



SZPITAL PSYCHIATRYCZNY
W WĘGORZEWIE publiczny
Zakład Opieki Zdrowotnej w Węgorzewie

DŻ.510.36.2026.KM -05- 2026

Jadłospis 21.05.2026 – 31.05.2026

Dieta podstawowa- 21.05.2026 r.- czwartek

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:
Wartość energetyczna: 2346,3 kcal; Białko: 111,9g; Węglowodany: 316,1g; w tym Cukry: 43,5g; Tłuszcze: 75,3g;
NKT: 27,7g; Błonnik: 26,8g; Sód: 3896mg

Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200ml
2. Chleb mieszany (zawiera: pszenica, żyto)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Polędwica sopocka (zawiera: gluten, seler, gorczyca, mleko)	75g
5. Jabłko	80g
6. Płatki owsiane na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 87%, płatki owsiane 13%)	300ml

Obiad	Gramatura
1. Zupa zacierkowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 60%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 16% ziemniaki 15%, mąka pszenna 6%, jaja kurze całe 2%, koper ogrodowy 1%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Bigos (gotowany) (składniki: kapusta kiszona 50%, kapusta biała 25%, mięso z łopatki wieprzowej 12%, cebula 5%, koncentrat pomidorowy 3%, olej rzepakowy 2%, kiełbasa 2% przyprawy (sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) 1%)	300g
4. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml

Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200 ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Sałatka makaronowa (składniki: makaron pszenny 35%, szynka konserwowa 25%, kukurydza konserwowa 15%, ogórek konserwowy 10%, papryka 8%, majonez (jaja, gorczyca) 6%, przyprawy (sól, pieprz) 1%)	200g
5. Ser twardy (zawiera: mleko)	25g
6. Pomidor	80g

Dieta łatwostrawna - 21.05.2026 r.- czwartek

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:
Wartość energetyczna: 2017,1 kcal; Białko: 100,6g; Węglowodany: 279,4g; w tym Cukry: 31,2 g; Tłuszcze: 59,1g;
NKT: 23,4g; Błonnik: 23,9 g; Sód: 3144mg

Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200ml
2. Chleb mieszany (zawiera: pszenica, żyto)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Polędwica sopocka (zawiera: gluten, seler, gorczyca, mleko)	75g
5. Jabłko	80g

Obiad	Gramatura
1. Zupa zacierkowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 60%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 16% ziemniaki 15%, mąka pszenna 6%, jaja kurze całe 2%, koper ogrodowy 1%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Gulasz drobiowy z warzywami (gotowany) (składniki: mięso z piersi kurczaka 60%, mieszanka warzyw 7-składnikowa 25% (marchew, groszek zielony, fasolka szparagowa, kalafior, brokuł, cebula, seler korzeniowy), śmietana 30% tłuszczu (mleko) 10%, olej rzepakowy 4%, pietruszka liście 1%, sól biała 0%, majeranek 0%)	160g
4. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml

Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 1%)	200 ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Sałatka makaronowa (składniki: makaron pszenny 35%, szynka konserwowa 25%, kukurydza konserwowa 15%, ogórek konserwowy 10%, papryka 8%, majonez (jaja, gorczyca) 6%, przyprawy (sól, pieprz) 1%)	200g
5. Ser twardy (zawiera: mleko)	25g
6. Pomidor	80g



Dieta podstawowa- 22.05.2026 r.- piątek		Dieta łatwostrawna - 22.05.2026 r.- piątek	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2319,8 kcal; Białko: 107,3g; Węglowodany: 344,1g; w tym Cukry: 42,1g; Tłuszcze: 62,9g; NKT: 21,2g; Błonnik: 28,9g; Sód: 3982mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2146,4kcal; Białko: 91,2 g; Węglowodany: 341g; w tym Cukry: 33,1g; Tłuszcze: 51,3g; NKT: 17,9g; Błonnik: 25,2g; Sód: 2906mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Bułka pszenna (zawiera: pszenica)	80g	3. Bułka pszenna (zawiera: pszenica)	80g
4. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g	4. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
5. Twaróg ze szczypiorkiem (składniki: ser twarogowy półtłusty (mleko) 88%, mleko spożywcze 2% tłuszczu 10%, szczypiorek 2%)	83g	5. Twaróg ze szczypiorkiem (składniki: ser twarogowy półtłusty (mleko) 88%, mleko spożywcze 2% tłuszczu 10%, szczypiorek 2%)	83g
6. Jabłko	80g	6. Jabłko	80g
7. Ryż na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 87 %, ryż biały gotowany 13 %)	300ml		
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
1. Grochówka (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 65%, groch suchy łuskany 14%, ziemniaki 9%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 8%, boczek surowy bez kości (smażony) 3%, (liść lauowy, ziele angielskie, majeranek suszony, pieprz czarny, sól biała) 1%)	300ml	1. Zupa grysikowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 70%, kasza manna (pszenica) 20%, ziemniaki 5%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 14%, (koper ogrodowy, liść lauowy, sól biała, pieprz czarny mielony) 1%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g	2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Kotlet rybny (pieczony) (składniki: morszczuk filet bez skóry mrożony 67%, jaja kurze całe 11%, bułka tarta (pszenica) 17%, olej rzepakowy 5%, pieprz czarny mielony 0%, sól biała 0%)	90g	3. Kotlet rybny (pieczony) (składniki: morszczuk filet bez skóry mrożony 67%, jaja kurze całe 11%, bułka tarta (pszenica) 17%, olej rzepakowy 5%, pieprz czarny mielony 0%, sól biała 0%)	90g
4. Surówka z ogórków kiszonych (składniki: ogórek kiszony 86%, cebula 9%, olej rzepakowy 4%, pieprz czarny mielony 1%)	80g	4. Marchew gotowana	80g
5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml	5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200 ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 1%)	200 ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Pasta kanapkowa z wędliny (składniki: wędliny wieprzowe i drobiowe (schab parzony, szynka konserwowa, szynka wędzona) 75%, majonez (jaja , gorczyca) 15%, ogórek kiszony 9%, koperek 1%)	100g	4. Pasta kanapkowa z wędliny (składniki: wędliny wieprzowe i drobiowe (schab parzony, szynka konserwowa, szynka wędzona) 75%, majonez (jaja , gorczyca) 15%, ogórek kiszony 9%, koperek 1%)	100g
5. Pomidor	80g	5. Pomidor	80g



Dieta podstawowa- 23.05.2016 r.- sobota

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2238,9 kcal; Białko: 98,9g; Węglowodany: 307,1g; w tym Cukry: 67,9g; Tłuszcze: 73,8g; NKT: 33,3g; Błonnik: 23,7g; Sód: 3059mg

Śniadanie

1. Kakao naturalne na mleku 2% (składniki: **mleko** spożywcze 2% tłuszczu 98%, cukier 1%, kakao 16% proszek 1%)
2. Chleb pszenny (zawiera: **pszenica**)
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: **mleko**)
4. Kiełbasa krotoszyńska (zawiera: **soja, seler, gorczyca, mleko**)
5. Pomidor
6. Płatki owsiane na mleku (składniki: **mleko** spożywcze 2% tłuszczu 87%, płatki **owsiane** 13%)

Gramatura

200ml
150g
10g
75g
80g
300ml

Obiad

1. Zupa koperkowa (składniki: bulion drobiowy (na wywarze z porcji rosółowej) 60%, ziemniaki 20%, warzywa (marchew, pietruszka korzeń, **seler** korzeniowy, por) 10%, śmietana 18% tłuszczu (**mleko**) 6%, koperek 3%, przyprawy (sól, pieprz) 1%)
2. Ziemniaki gotowane
3. Gulasz wieprzowy z warzywami (gotowany) (składniki: łopatka wieprzowa 60%, mieszanka warzyw 7-składnikowa 25% (marchew, groszek zielona, fasolka szparagowa, kalafior, brokuł, cebula, **seler** korzeniowy), śmietana 30% tłuszczu (**mleko**) 10%, olej rzepakowy 4%, (pietruszkę liście, sól biała, pieprz czarny, majeranek) 1%)
4. Napój owocowy

Gramatura

300ml
150g
160g
200ml

Kolacja

1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%,)
2. Chleb pszenny (zawiera: **pszenica**)
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: **mleko**)
4. Szynka drobiowa (zawiera: **soja, seler, gorczyca, mleko**)
5. Serek topiony (zawiera: **mleko**)
6. Jabłko

Gramatura

200 ml
150g
10g
50g
17g
80g

Dieta łatwostrawna - 23.05.2016 r.- sobota

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 1988,4 kcal; Białko: 86,1g; Węglowodany: 273,1g; w tym Cukry: 54,4g; Tłuszcze: 66,2g; NKT: 29,7g; Błonnik: 21,6g; Sód: 2936mg

Śniadanie

1. Kakao naturalne na mleku 2% (składniki: **mleko** spożywcze 2% tłuszczu 98%, cukier 1%, kakao 16% proszek 1%)
2. Chleb pszenny (zawiera: **pszenica**)
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: **mleko**)
4. Kiełbasa krotoszyńska (zawiera: **soja, seler, gorczyca, mleko**)
5. Pomidor

Gramatura

200ml
150g
10g
75g
80g

Obiad

1. Zupa koperkowa (składniki: bulion drobiowy (na wywarze z porcji rosółowej) 60%, ziemniaki 20%, warzywa (marchew, pietruszka korzeń, **seler** korzeniowy, por) 10%, śmietana 18% tłuszczu (**mleko**) 6%, koperek 3%, przyprawy (sól, pieprz) 1%)
2. Ziemniaki gotowane
3. Gulasz wieprzowy z warzywami (gotowany) (składniki: łopatka wieprzowa 60%, mieszanka warzyw 7-składnikowa 25% (marchew, groszek zielona, fasolka szparagowa, kalafior, brokuł, cebula, **seler** korzeniowy), śmietana 30% tłuszczu (**mleko**) 10%, olej rzepakowy 4%, (pietruszkę liście, sól biała, pieprz czarny, majeranek) 1%)
4. Napój owocowy

Gramatura

300ml
150g
160g
200ml

Kolacja

1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%,)
2. Chleb pszenny (zawiera: **pszenica**)
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: **mleko**)
4. Szynka drobiowa (zawiera: **soja, seler, gorczyca, mleko**)
5. Serek topiony (zawiera: **mleko**)
6. Jabłko

Gramatura

200 ml
150g
10g
50g
17g
80g



Dieta podstawowa- 24.05.2026 r.- niedziela		Dieta łatwostrawna - 24.05.2026 r.- niedziela	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2288,1 kcal; Białko: 117,5g; Węglowodany: 330,7g; w tym Cukry: 57,3g; Tłuszcze: 60g; NKT: 28,5g; Błonnik: 22,7g; Sód: 3725 mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2057,2kcal; Białko: 105,6g; Węglowodany: 294,5g; w tym Cukry: 47,8g; Tłuszcze: 55,1g; NKT: 25g; Błonnik: 19,8g; Sód: 2526mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%),	200ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%),	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe (zawiera: mleko)	10g
4. Schab parzony (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g	4. Schab parzony (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g
5. Serek topiony (zawiera: mleko)	17g	5. Serek topiony (zawiera: mleko)	17g
6. Jabłko	80g	6. Jabłko	80g
7. Kasza manna na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 88%, kasza manna (pszenica) 12%)	300ml		
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
1. Zupa makaronowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 67%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 14%, makaron pszenny dwujajeczny (pszenica) 13%, ziemniaki 4%, pietruszka liście 1%)	300ml	1. Zupa makaronowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 67%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 14%, makaron pszenny dwujajeczny (pszenica) 13%, ziemniaki 4%, pietruszka liście 1%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g	2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Schab duszony w sosie własnym (składniki: schab wieprzowy 77%, woda 15%, mąka pszenna typ 550 3%, olej rzepakowy 2%, cebula 2%, przyprawy (sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz) 1%)	160g	3. Schab duszony w sosie własnym (składniki: schab wieprzowy 78%, woda 15%, mąka pszenna typ 550 3%, olej rzepakowy 2%, przyprawy (sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz) 1%, cebula 1%)	160g
4. Surówka czerwonej kapusty (składniki: kapusta czerwona 75%, marchew 13%, jabłko 8%, olej rzepakowy 2%, sok z cytryny 1,5%, sól 0,5%)	80g	4. Warzywa duszone (składniki: marchew 40%, pietruszka korzeń 30%, seler korzeniowy 20%, groszek zielony 10%)	80g
5. Napój owocowy	200ml	5. Napój owocowy	200ml
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%),	200ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%),	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Szyńka konserwowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g	4. Polędwica sopočka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g
5. Ser twardy (zawiera: mleko)	25g	5. Ser twardy (zawiera: mleko)	25g
6. Ogórek kiszony	80g	6. Jabłko	80g



Dieta podstawowa- 25.05.2026 r.- poniedziałek

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2496,4kcal; Białko: 99,2g; Węglowodany: 363,1g; w tym Cukry: 56,3g; Tłuszcze: 77,2g;
NKT: 26,8g; Błonnik: 26,4g; Sód: 3609mg

Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%,)	200ml
2. Chleb mieszany (zawiera: pszenica, żyto)	150g
3. Bułka pszenna (zawiera: pszenica)	80g
4. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
5. Twaróg (składniki: ser twarogowy półtłusty (mleko) 90%, mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko) 10%)	80g
6. Dżem	30g
7. Jabłko	80g
8. Płatki owsiane na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 87%, płatki owsiane 13%)	300ml

Obiad	Gramatura
1. Zupa szczawiowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 55%, ziemniaki 18%, szczaw 11%, jaja kurze całe 8%, warzywa (marchew, pietruszka, seler korzeniowy, por) 7%, przyprawy (sól, pieprz, liść laurowy) 1%)	300ml
2. Makaron z mięsem mielonym i sosem pomidorowym (składniki: makaron dwujajeczny 40% (jaja), łopatką wieprzową mieloną 25%, woda 10%, koncentrat pomidorowy 10%, cebula 8%, olej rzepakowy 3%, mąka pszenna typ 550 3%, przyprawy (sól biała, pieprz czarny, oregano suszone, bazylija suszona) 1%)	300g
3. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml

Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200 ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Pasta z makreli z ziemniakami (składniki: ziemniaki 57%, makreła wędzona 30%, majonez (jaja, gorczyca) 10%, koperek 3%)	100g
5. Ogórek konserwowy	80g

Dieta łatwostrawna - 25.05.2026 r.- poniedziałek

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2316,1kcal; Białko: 86g; Węglowodany: 350,7g; w tym Cukry: 42,5g; Tłuszcze: 67,2g;
NKT: 22,6g; Błonnik: 22,4g; Sód: 3509mg

Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%,)	200ml
2. Chleb mieszany (zawiera: pszenica, żyto)	150g
3. Bułka pszenna (zawiera: pszenica)	80g
4. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
5. Twaróg (składniki: ser twarogowy półtłusty (mleko) 90%, mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko) 10%)	80g
6. Dżem	30g
7. Jabłko	80g

Obiad	Gramatura
1. Zupa ryżowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 70%, ryż biały 15%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 14%, pietruszka liście 1%, sól 0% pieprz czarny 0%)	300ml
2. Makaron z mięsem mielonym i sosem pomidorowym (składniki: makaron dwujajeczny 40% (jaja), łopatką wieprzową mieloną 25%, woda 10%, koncentrat pomidorowy 10%, cebula 8%, olej rzepakowy 3%, mąka pszenna typ 550 3%, przyprawy (sól biała, pieprz czarny, oregano suszone, bazylija suszona) 1%)	300g
3. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml

Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200 ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Pasta z makreli z ziemniakami (składniki: ziemniaki 57%, makreła wędzona 30%, majonez (jaja, gorczyca) 10%, koperek 3%)	100g
5. Pomidor	80g



Dieta podstawowa- 26.05.2026 r.- wtorek		Dieta łatwostrawna - 26.05.2026 r.- wtorek	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2258,9kcal; Białko: 94,6g; Węglowodany: 323,8g; w tym Cukry: 50,6g; Tłuszcze: 70,4g; NKT: 27,6g; Błonnik: 30,1g; Sód: 2232mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2063,2 kcal; Białko: 80,1g; Węglowodany: 283,4g; w tym Cukry: 35,4g; Tłuszcze: 72,4g; NKT: 23,5g; Błonnik: 27g; Sód: 2091mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Schab parzony (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	75g	4. Schab parzony (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	75g
5. Jabłko	80g	5. Jabłko	80g
6. Makaron na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 87 %, makaron pszenny dwujajeczny (pszenica) 13 %)	300ml	6. Kisiel (składniki: woda 81%, kisiel w proszku 19%)	200ml
7. Kisiel (składniki: woda 81%, kisiel w proszku 19%)	200ml		
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
1. Zupa jarzynowa (składniki: bulion drobiowy (na wywarze z porcji rosółowej) 65%, ziemniaki 20%, warzywa (marchew, pietruszka korzeń, seler korzeniowy, por) 13%, kalafior 3%, brokuły 3%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 3%, pietruszka liście 1%, koper ogrodowy 1%, przyprawy (sól, pieprz) 1%)	300ml	1. Zupa jarzynowa (składniki: bulion drobiowy (na wywarze z porcji rosółowej) 65%, ziemniaki 20%, warzywa (marchew, pietruszka korzeń, seler korzeniowy, por) 13%, kalafior 3%, brokuły 3%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 3%, pietruszka liście 1%, koper ogrodowy 1%, przyprawy (sól, pieprz) 1%)	300ml
2. Kasza gryczana gotowana	150g	2. Kasza gryczana gotowana	150g
3. Klopsik w sosie (pieczony) (składniki: łopatka wieprzowa mielona 60%, bułka tarta (pszenica) 10%, jaja kurze całe 7%, cebula 5%, woda 10%, mąka pszenna typ 550 3%, olej rzepakowy 3%, przyprawy (sól, pieprz) 2%)	110g	3. Klopsik w sosie (pieczony) (składniki: łopatka wieprzowa mielona 60%, bułka tarta (pszenica) 10%, jaja kurze całe 7%, cebula 5%, woda 10%, mąka pszenna typ 550 3%, olej rzepakowy 3%, przyprawy (sól, pieprz) 2%)	160g
4. Surówka z marchewki i jabłka (marchew 60 %, jabłko 35 %, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 4 %, sok z cytryny)	80g	4. Surówka z marchewki i jabłka (marchew 60 %, jabłko 35 %, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 4 %, sok z cytryny)	200ml
5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml	5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200 ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200 ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Pasta z zielonego groszku (składniki: groszek zielony konserwowy 70%, cebula 12%, olej rzepakowy 6%, musztarda (gorczyca) 6%, pietruszka liście 5%, (sól biała, pieprz czarny) 1%)	100g	4. Sałatka jarzynowa (składniki: ziemniaki 27%, majonez (jaja, gorczyca) 18%, marchew 16%, groszek zielony 10%, jabłko 8%, pietruszka korzeń 6%, jaja kurze całe 6%, kukurydza konserwowa 5%, seler korzeniowy 3%, sól 0%, pieprz czarny 0%.)	100g
5. Pomidor	80g	5. Pomidor	80g



Dieta podstawowa- 27.05.2026 r.- środa

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2588,4kcal; Białko: 114,3g; Węglowodany: 349,1g; w tym Cukry: 56,6g; Tłuszcze: 86,2g; NKT: 35,1g; Błonnik: 26,4g; Sód: 3854mg

Śniadanie	Gramatura
1. Kakao naturalne na mleku 2% (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, cukier 1%, kakao 16% proszek 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Bułka pszenna (zawiera: pszenica)	80g
4. Masło prawdziwe (zawiera: mleko)	10g
5. Szynka konserwowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	75g
6. Jabłko	80g
7. Płatki owsiane na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 87%, płatki owsiane 13%)	300ml

Obiad	Gramatura
1. Zupa pomidorowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 64%, koncentrat pomidorowy 12%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 12%, ryż biały 8%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 3%, (pieprz czarny mielony, sól biała) 1%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Kotlet drobiowy mielony (pieczony) (składniki: mięso z piersi kurczaka 70%, bułka pszenna (pszenica) 10%, jaja kurze całe 8%, olej rzepakowy 8%, cebula 3%, pietruszka liście 1%, sól biała 0%, pieprz czarny mielony 0%, lubczyk suszony 0%)	90g
4. Sałata ze śmietaną (składniki: sałata 55%, rzodkiewka 25%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 15%, szczypiorek 4%, przyprawy (sól) 1%)	80g
5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml

Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200 ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Parówki gotowane (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	150g
5. Ketchup	15g
6. Pomidor	80g

Dieta łatwostrawna - 27.05.2026 r.- środa

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2323kcal; Białko: 101,2g; Węglowodany: 311,8g; w tym Cukry: 41,2g; Tłuszcze: 78,4g; NKT: 31,5 g; Błonnik: 23,8g; Sód: 3586mg

Śniadanie	Gramatura
1. Kakao naturalne na mleku 2% (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, cukier 1%, kakao 16% proszek 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Bułka pszenna (zawiera: pszenica)	80g
4. Masło prawdziwe (zawiera: mleko)	10g
5. Poledwica drobiowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	75g
6. Jabłko	80g

Obiad	Gramatura
1. Zupa pomidorowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 64%, koncentrat pomidorowy 12%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 12%, ryż biały 8%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 3%, (pieprz czarny mielony, sól biała) 1%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Kotlet drobiowy mielony (pieczony) (składniki: mięso z piersi kurczaka 70%, bułka pszenna (pszenica) 10%, jaja kurze całe 8%, olej rzepakowy 8%, cebula 3%, pietruszka liście 1%, sól biała 0%, pieprz czarny mielony 0%, lubczyk suszony 0%)	90g
4. Sałata ze śmietaną (składniki: sałata 55%, rzodkiewka 25%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 15%, szczypiorek 4%, przyprawy (sól) 1%)	80g
5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml

Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 1%)	200 ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Parówki gotowane (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	150g
5. Pomidor	80g



Dieta podstawowa- 28.05.2026 r.- czwartek		Dieta łatwostrawna - 28.05.2026 r.- czwartek	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2002,2 kcal; Białko: 72,9g; Węglowodany: 288,8g; w tym Cukry: 37,1g; Tłuszcze: 65,7g; NKT: 23,7g; Błonnik: 22g; Sód: 2783mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 1985,3 kcal; Białko: 81,2g; Węglowodany: 300g; w tym Cukry: 24,6 g; Tłuszcze: 54,5g; NKT: 21,6g; Błonnik: 21,1 g; Sód: 2432mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200ml
2. Chleb mieszany (zawiera: pszenica, żyto)	150g	2. Chleb mieszany (zawiera: pszenica, żyto)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Polędwica sopocka (zawiera: gluten, seler, gorczyca, mleko)	75g	4. Polędwica sopocka (zawiera: gluten, seler, gorczyca, mleko)	75g
5. Jabłko	80g	5. Jabłko	80g
6. Ryż na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 87 %, ryż biały gotowany 13 %)	300ml		
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
1. Zupa pieczarkowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 60%, pieczarki świeże 15 %, warzywa (marchew, pietruszka korzeń, seler korzeniowy, por) 10%, ziemniaki 9%, śmietana 18% (mleko) 5%, przyprawy (sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) 1%)	300ml	1. Zupa grysikowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 70%, kasza manna (pszenica) 20%, ziemniaki 5%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 14%, (koper ogrodowy, liść laurowy, sól biała, pieprz czarny mielony) 1%)	300ml
2. Kopytka gotowane z okrasą z cebuli (smażone) (składniki: ziemniaki 69%, skrobia ziemniaczana 10%, cebula 10%, jaja kurze całe 5%, olej rzepakowy 5%, przyprawy (sól, pieprz) 1%)	200g	2. Kopytka gotowane z okrasą z cebuli 200g (smażone) (ziemniaki 67%, skrobia ziemniaczana 10%, cebula 10%, jaja kurze całe 8%, olej rzepakowy 5%, sól biała 0%, pieprz czarny mielony 0%)	200g
3. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml	3. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200 ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 1%)	200 ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Paszтет drobiowy (zawiera: gluten, seler, gorczyca, mleko)	77g	4. Schab parzony (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g
5. Sałata	20g	5. Ser twardy (zawiera: mleko)	25g
		6. Sałata	20g



Dieta podstawowa- 29.05.2026 r.- piątek

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2261 kcal; Białko: 97,1g; Węglowodany: 352,4g; w tym Cukry: 50,5g; Tłuszcze: 56,2g;

NKT: 24,3g; Błonnik: 26,4g; Sód: 3797mg

Śniadanie

1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)
2. Chleb pszenny (zawiera: **pszenica**)
3. Bułka pszenna (zawiera: **pszenica**)
4. Masło prawdziwe 82% (zawiera: **mleko**)
5. Twaróg ze szczypiorkiem (składniki: ser twarogowy półtłusty (**mleko**) 88%, **mleko** spożywcze 2% tłuszczu 10%, szczypiorek 2%)
6. Jabłko
7. Płatki owsiane na mleku (składniki: **mleko** spożywcze 2% tłuszczu 87%, płatki **owsiane** 13%)

Gramatura

- 200ml
- 150g
- 80g
- 10g
- 83g
- 80g
- 300ml

Dieta łatwostrawna - 29.05.2026 r.- piątek

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2003kcal; Białko: 85,6 g; Węglowodany: 321,8g; w tym Cukry: 42,6g; Tłuszcze: 47,4g;

NKT: 22,3g; Błonnik: 25,4g; Sód: 2459mg

Śniadanie

1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)
2. Chleb pszenny (zawiera: **pszenica**)
3. Bułka pszenna (zawiera: **pszenica**)
4. Masło prawdziwe 82% (zawiera: **mleko**)
5. Twaróg ze szczypiorkiem (składniki: ser twarogowy półtłusty (**mleko**) 88%, **mleko** spożywcze 2% tłuszczu 10%, szczypiorek 2%)
6. Jabłko

Gramatura

- 200ml
- 150g
- 80g
- 10g
- 83g
- 80g

Obiad

1. Barszcz ukraiński (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 56%, ziemniaki 15%, mieszanka warzywna (marchew, pietruszka, **seler** korzeniowy, cebula) 10%, buraki 8%, kapusta biała 5%, fasola biała sucha 4%, boczek surowy bez kości (smażony) 1%, przyprawy (sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny) 1%).
2. Ziemniaki gotowane
3. Kotlet rybny (pieczony) (składniki: **morszczuk** filet bez skóry mrożony 67%, **jaja** kurze całe 11%, bułka tarta (**pszenica**) 17%, olej rzepakowy 5%, pieprz czarny mielony 0%, sól biała 0%)
4. Surówka z kapusty kiszzonej (składniki: kapusta kiszona 90%, marchew 5%, olej rzepakowy 5%, pieprz czarny mielony 0%)
5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)

Gramatura

- 300ml
- 150g
- 90g
- 80g
- 200ml

Obiad

1. Zupa buraczkowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 55%, buraki 20%, ziemniaki 12%, warzywa (marchew, pietruszka, **seler** korzeniowy, por) 7%, cebula 3%, śmietana 18% tłuszczu (**mleko**) 2%, przyprawy (sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) 1%)
2. Ziemniaki gotowane
3. Kotlet rybny (pieczony) (składniki: **morszczuk** filet bez skóry mrożony 67%, **jaja** kurze całe 11%, bułka tarta (**pszenica**) 17%, olej rzepakowy 5%, pieprz czarny mielony 0%, sól biała 0%)
4. Kalafior gotowany
5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)

Gramatura

- 300ml
- 150g
- 90g
- 80g
- 200ml

Kolacja

1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)
2. Chleb pszenny (zawiera: **pszenica**)
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: **mleko**)
4. Kasza manna z syropem (składniki: mleko spożywcze 3,2% tłuszczu 78%, kasza manna (**pszenica**) 15%, syrop owocowy 6%, cukier 1%)
5. Ser twardy (zawiera: **mleko**)
6. Pomidor

Gramatura

- 200 ml
- 150g
- 10g
- 100g
- 25g
- 80g

Kolacja

1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 1%)
2. Chleb pszenny (zawiera: **pszenica**)
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: **mleko**)
4. Kasza manna z syropem (składniki: mleko spożywcze 3,2% tłuszczu 78%, kasza manna (**pszenica**) 15%, syrop owocowy 6%, cukier 1%)
5. Ser twardy (zawiera: **mleko**)
6. Pomidor

Gramatura

- 200 ml
- 150g
- 10g
- 100g
- 25g
- 80g



Dieta podstawowa- 30.05.2016 r.- sobota		Dieta łatwostrawna - 30.05.2016 r.- sobota	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2195,1 kcal; Białko: 93,6g; Węglowodany: 318g; w tym Cukry: 67,3g; Tłuszcze: 69,2g; NKT: 29,1g; Błonnik: 21,2g; Sód: 2940mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2035,4kcal; Białko: 86,5g; Węglowodany: 297,7g; w tym Cukry: 54,8g; Tłuszcze: 60,3g; NKT: 26,1g; Błonnik: 22,5g; Sód: 2987mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1. Kakao naturalne na mleku 2% (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, cukier 1%, kakao 16% proszek 1%)	200ml	1. Kakao naturalne na mleku 2% (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, cukier 1%, kakao 16% proszek 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Kiełbasa krotoszyńska (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	75g	4. Kiełbasa krotoszyńska (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	75g
5. Pomidor	80g	5. Pomidor	80g
6. Ryż na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 87 %, ryż biały gotowany 13 %)	300ml		
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
1. Zupa ziemniaczana (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 55%, ziemniaki 25%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 16% pietruszka liście 2%)	300ml	1. Zupa ziemniaczana (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 55%, ziemniaki 25%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 16% pietruszka liście 2%)	300ml
2. Kasza jęczmienna gotowana	150g	2. Kasza jęczmienna gotowana	150g
3. Klopsik w sosie koperkowym (duszony) (składniki: łopatka wieprzowa 50%, woda 25%, bułka pszenna 10%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 6%, jaja kurze całe 4%, koperek 3%, mąka pszenna 1%, przyprawy (sól) 1%)	90g	3. Klopsik w sosie koperkowym (duszony) (składniki: łopatka wieprzowa 50%, woda 25%, bułka pszenna 10%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 6%, jaja kurze całe 4%, koperek 3%, mąka pszenna 1%, przyprawy (sól) 1%)	90g
4. Surówka z buraczków (składniki: buraki gotowane 91%, cebula 5%, olej rzepakowy 3%, sok z cytryny 1%)	80g	4. Surówka z buraczków (składniki: buraki gotowane 91%, cebula 5%, olej rzepakowy 3%, sok z cytryny 1%)	80g
5. Napój owocowy	200ml	5. Napój owocowy	200ml
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%,)	200 ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%,)	200 ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Szynka drobiowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g	4. Szynka drobiowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g
5. Serek kanapkowy (zawiera: mleko)	25g	5. Serek kanapkowy (zawiera: mleko)	25g
6. Jabłko	80g	6. Jabłko	80g



Dieta podstawowa- 31.05.2026 r.- niedziela		Dieta łatwostrawna - 31.05.2026 r.- niedziela	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2368,9kcal; Białko: 104,5g; Węglowodany: 312,1g; w tym Cukry: 61,8g; Tłuszcze: 84,1g; NKT: 28,1g; Błonnik: 23,9g; Sód: 2990mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2081,9kcal; Białko: 95,3g; Węglowodany: 272,7g; w tym Cukry: 47,8g; Tłuszcze: 73,2g; NKT: 22,9g; Błonnik: 22g; Sód: 3014mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%),	200ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%),	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe (zawiera: mleko)	10g
4. Jajka gotowane na miękko (zawiera: jaja)	50g	4. Jajka gotowane na miękko (zawiera: jaja)	50g
5. Majonez (zawiera: jaja, gorczyca)	15g	5. Szynka z indyka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g
6. Szynka konserwowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g	6. Jabłko	80g
7. Jabłko	80g		
8. Płatki owsiane na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 87%, płatki owsiane 13%)	300ml		
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
1. Rosół z makaronem (składniki: bulion drobiowy 68 %, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 17% makaron pszenny dwujajeczny 13% (pszenica), pietruszka liście 1%, przyprawy (liść laurowy, ziele angielskie, sól biała) 1%	300ml	1. Rosół z makaronem (składniki: bulion drobiowy 68 %, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 17% makaron pszenny dwujajeczny 13% (pszenica), pietruszka liście 1%, przyprawy (liść laurowy, ziele angielskie, sól biała) 1%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane		2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Kurczak pieczony (pieczony) (składniki: udo z kurczaka 90%, olej rzepakowy 9%, przyprawy (sól biała, pieprz czarny) 1%)	150g	3. Kurczak duszony (składniki: udo z kurczaka 94%, olej rzepakowy 5%, przyprawy (sól biała, pieprz czarny) 1%)	160g
4. Marchewka z groszkiem duszona (składniki: marchew 80%, groszek zielony 19%, przyprawy (sól, pieprz) 1%)	160g	4. Marchewka z groszkiem duszona (składniki: marchew 80%, groszek zielony 19%, przyprawy (sól, pieprz) 1%)	80g
5. Napój owocowy	80g	5. Napój owocowy	200ml
	200ml		
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%),	200ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%),	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Pieczeń rzymska (zawiera: jaja, seler, gorczyca, mleko)	50g	4. Połędwica sopocka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g
5. Serek kanapkowy (zawiera: mleko)	25g	5. Serek kanapkowy (zawiera: mleko)	25g
6. Ogórek konserwowy	80g	6. Jabłko	80g



Dieta podstawowa:

Średnia podaż kalorii:	2304,2 kcal/d – jadłospis pokrywa średnie zapotrzebowanie osoby dorosłej w 100%
Średnia podaż białka	102,8 g/d (17,8% energii)
Średnia podaż tłuszczu	70,1g/d (27,4% energii)
Średnia podaż węglowodanów	327,1g/d (54,8% energii)
Średnia zawartość NKT	27,7g/d
Średnia zawartość cukrów	53,5g/d

Dieta łatwostrawna:

Średnia podaż kalorii:	2083,9 kcal/d – jadłospis pokrywa średnie zapotrzebowanie osoby dorosłej w 100%
Średnia podaż białka	91,8 g/d (17,6% energii)
Średnia podaż tłuszczu	61,4g/d (26,5% energii)
Średnia podaż węglowodanów	301,2g/d (55,9% energii)
Średnia zawartość NKT	24,3g/d
Średnia zawartość cukrów	41,5g/d

Opracował: Dietetyk Karolina Golińska Ul. Turystyczna 4, 11-600 Węgorzewo NIP: 845 199 88 15, REGON 820403534 tel: 505 033 072	Weryfikacja organizacyjno-ekonomiczna: Kierownik Działu Żywności mgr Katarzyna MASTLIK Zastępca Dyrektora ds. Inwestycyjno-Technicznych <i>[Signature]</i>	Zatwierdził: Dyrektor Szpitala Psychiatrycznego SP ZOZ w Węgorzewie <i>[Signature]</i> mgr Agnieszka Szalko
---	--	--

mgr inż. Maciej Zmitrowicz

1 6 MAJ 2026