



DŻ.510.31.2026.KM

27-04-2026 Jadłospis 01.05.2026 – 10.05.2026 r.

Dieta podstawowa- 01.05.2026 r.- piątek

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2426,3 kcal; Białko: 97,6g; Węglowodany: 370,5g; w tym Cukry: 54,8g; Tłuszcze: 70g;
NKT: 25g; Błonnik: 29,6g; Sód: 2884mg

Sniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	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 pomidorowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 55%, koncentrat pomidorowy 23%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 12%, ryż biały 5%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 5%, pieprz czarny mielony 0%, sól biała 0%)	300ml
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 0%, sól biała 0%)	90g
4. Surówka z kapusty kiszzonej (składniki: kapusta kiszona 90%, marchew 5%, olej rzepakowy 5%, pieprz czarny mielony 0%)	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%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Sałatka jarzynowa (składniki: ziemniaki 27%, majonez (jaja , gorczyca) 17%, marchew 14%, groszek zielony 8%, jabłko 7%, ogórek kiszony 7%, pietruszka korzeń 5%, jaja kurze całe 5%, kukurydza konserwowa 5%, seler korzeniowy 3%, (sól, pieprz) 1%)	100g
5. Ser twardy (zawiera: mleko)	25g
6. Pomidor	80g

Dieta łatwostrawna - 01.05.2026 r.- piątek

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2156,5kcal; Białko: 85,2 g; Węglowodany: 340,9g; w tym Cukry: 44,7g; Tłuszcze: 58,5g;
NKT: 20,8g; Błonnik: 29g; Sód: 2625mg

Sniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	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 pomidorowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 55%, koncentrat pomidorowy 23%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 12%, ryż biały 5%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 5%, pieprz czarny mielony 0%, sól biała 0%)	300ml
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 0%, sól 0%)	90g
4. Warzywa gotowane (składniki: marchew 40%, pietruszka korzeń 30%, seler korzeniowy 30%)	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. Sałatka jarzynowa (składniki: ziemniaki 27%, majonez (jaja , gorczyca) 17%, marchew 16%, groszek zielony 10%, jabłko 8%, pietruszka korzeń 6%, jaja kurze całe 6%, kukurydza konserwowa 5%, seler korzeniowy 3%, (sól, pieprz) 1%)	100g
5. Ser twardy (zawiera: mleko)	25g
6. Pomidor	80g

Handwritten signature



Dieta podstawowa- 02.05.2016 r.- sobota		Dieta łatwostrawna - 02.05.2016 r.- sobota	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2253,9 kcal; Białko: 100,5g; Węglowodany: 339,8g; w tym Cukry: 68,7g; Tłuszcze: 59,7g; NKT: 26,6g; Błonnik: 21,5g; Sód: 2894mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2011,8 kcal; Białko: 88,7g; Węglowodany: 303,6g; w tym Cukry: 55,5g; Tłuszcze: 53,9g; NKT: 23,3g; Błonnik: 20,7g; Sód: 2771mg	
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. Polędwica sopocka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	75g	4. Polędwica sopocka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	75g
5. Pomidor	80g	5. Pomidor	80g
6. Kasza manna na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 85%, kasza manna (pszenica) 15%)	300ml		
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
1. Zupa ziemniaczana (składniki: bulion drobiowy 57%, ziemniaki 25%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 16%, pietruszka liście 1%, przyprawy (sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) 1%)	300ml	1. Zupa ziemniaczana (składniki: bulion drobiowy 57%, ziemniaki 25%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 16%, pietruszka liście 1%, przyprawy (sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) 1%)	300ml
2. Ryż gotowany	150g	2. Ryż gotowany	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%)	110g
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%)	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. Szynka konserwowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g	4. Szynka konserwowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g
5. Serek kanapkowy (zawiera: mleko)	25g	5. Serek kanapkowy (zawiera: mleko)	25g
6. Gruszka	80g	6. Gruszka	80g



Dieta podstawowa- 03.05.2026 r.- niedziela		Dieta łatwostrawna - 03.05.2026 r.- niedziela	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2452,6 kcal; Białko: 117,6g; Węglowodany: 321,4g; w tym Cukry: 58,8g; Tłuszcze: 82,6g; NKT: 30g; Błonnik: 24,9g; Sód: 3870 mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2095 kcal; Białko: 104,6g; Węglowodany: 287g; w tym Cukry: 45g; Tłuszcze: 63,1g; NKT: 25,6g; Błonnik: 22,8g; Sód: 3688mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%), 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło prawdziwe (zawiera: mleko) 4. Jajka gotowane (zawiera: jaja) 5. Majonez 6. Schab parzony (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko) 7. Jabłko 8. Płatki owsiane na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 87%, płatki owsiane 13%)	200ml 150g 10g 50g 15g 75g 80g 300ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%), 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło prawdziwe (zawiera: mleko) 4. Jajka gotowane (zawiera: jaja) 5. Schab parzony (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko) 6. Jabłko	200ml 150g 10g 50g 75g 80g
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%, przyprawy (liść laurowy, ziele angielskie, sól biała, pieprz czarny) 1%) 2. Ziemniaki gotowane 3. Filet drobiowy panierowany (smażony) (składniki: pierś z kurczaka 70%, bułka tarta (pszenica) 12%, jaja kurze całe 8%, mąka pszenna (pszenica) 5%, olej rzepakowy 5%, przyprawy (sól, pieprz) 0%) 4. Surówka z marchewki i jabłka (marchew 60 %, jabłko 35 %, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 4 %, sok z cytryny) 5. Napój owocowy	300ml 150g 140g 80g 200ml	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%, przyprawy (liść laurowy, ziele angielskie, sól biała, pieprz czarny) 1%) 2. Ziemniaki gotowane 3. Schab duszony w sosie własnym (składniki: schab wieprzowy bez kości 85%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 10%, cebula 5%, liść laurowy 0%, ziele angielskie 0%) 4. Surówka z marchewki i jabłka (marchew 60 %, jabłko 35 %, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 4 %, sok z cytryny) 5. Napój owocowy	300ml 150g 140g 80g 200ml
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%), 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 4. Kiełbasa krotoszyńska (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko) 5. Ser twardy (zawiera: mleko) 6. Ogórek kiszony	200ml 150g 10g 50g 25g 80g	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%), 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 4. Kiełbasa krotoszyńska (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko) 5. Ser twardy (zawiera: mleko) 6. Jabłko	200ml 150g 10g 50g 25g 80g



Dieta podstawowa- 04.05.2026 r.- poniedziałek		Dieta łatwostrawna - 04.05.2026 r.- poniedziałek	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2415,6 kcal; Białko: 94,5g; Węglowodany: 332,3g; w tym Cukry: 39,5g; Tłuszcze: 83,6g; NKT: 28,2g; Błonnik: 24,9g; Sód: 2759mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2176,3 kcal; Białko: 93,2g; Węglowodany: 323,8g; w tym Cukry: 26,1g; Tłuszcze: 60,5g; NKT: 21,2g; Błonnik: 22,3g; Sód: 2736mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%), 2. Chleb mieszany (zawiera: pszenica, żyto) 3. Bułka pszenna (zawiera: pszenica) 4. Masło ekstra 82% (zawiera: mleko) 5. Paszтет drobiowy (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko) 6. Jabłko 7. Zacierka na mleku (składniki: mleko 2% tłuszczu 86%, mąka pszenna 7%, woda 6%, , jaja kurze całe 1%)	200ml 150g 80g 10g 77g 80g 300ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%) 2. Chleb mieszany (zawiera: pszenica, żyto) 3. Bułka pszenna (zawiera: pszenica) 4. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 5. Polędwica drobiowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko) 6. Jabłko	200ml 150g 80g 10g 75g 80g
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
1. Zupa szczawiowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 55%, ziemniaki 18%, szcaw 11%, jaja kurze całe 8%, warzywa (marchew, pietruszka, seler korzeniowy, por) 7%, przyprawy (sól, pieprz, liść laurowy) 1%) 2. Kasza jęczmienna gotowana 3. Gulasz wieprzowy z warzywami (gotowany) (składniki: łopatką 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. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	300ml 150g 150g 200ml	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%) 2. Kasza jęczmienna gotowana 3. Gulasz wieprzowy z warzywami (gotowany) (składniki: łopatką 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. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	300ml 150g 150g 200ml
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%) 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło ekstra 82% (zawiera: mleko) 1. Pomidorowa pasta rybno-jajeczna (składniki: szyprót w pomidorach 50%, jaja kurze całe 30%, cebula 10%, majonez (jaja, gorczyca) 8%, pietruszka liście 1%, (sól biała, pieprz czarny) 1%) 4. Papryka	200ml 150g 10g 100g 50g	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%) 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 2. Pomidorowa pasta rybno-jajeczna (składniki: szyprót w pomidorach 50%, jaja kurze całe 30%, cebula 10%, majonez (jaja, gorczyca) 8%, pietruszka liście 1%, (sól biała, pieprz czarny) 1%) 4. Pomidor	200ml 150g 10g 100g 80g

2



Dieta podstawowa- 05.05.2026 r.- wtorek		Dieta łatwostrawna - 05.05.2026 r.- wtorek	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2024,2,kcal; Białko: 104,9g; Węglowodany: 269,8g; w tym Cukry: 32,6g; Tłuszcze: 63,5g; NKT: 22,6g; Błonnik: 25,8g; Sód: 2528mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2000,1 ,kcal; Białko: 106,4g; Węglowodany: 271,9g; w tym Cukry: 32,6g; Tłuszcze: 59,6g; NKT: 22,6g; Błonnik: 26,4g; Sód: 2536mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)	200ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło ekstra 82% (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Szyńka z indyka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	75g	4. Szyńka z indyka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	75g
5. Jabłko	100g	5. Jabłko	80g
6. Jogurt naturalny (zawiera: mleko)	150g	6. Jogurt naturalny (zawiera: mleko)	150g
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
1. Rosół z makaronem (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 67%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 18% makaron pszenny dwujajeczny 13% (pszenica), pietruszka liście 1%, przyprawy (liść laurowy, ziele angielskie, sól biała, pieprz czarny) 1%)	300ml	1. Rosół z makaronem (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 67%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 18% makaron pszenny dwujajeczny 13% (pszenica), pietruszka liście 1%, przyprawy (liść laurowy, ziele angielskie, sól biała, pieprz czarny) 1%)	300ml
2. Kasza gryczana	150g	2. Kasza gryczana	150g
3. Kurczak pieczony (pieczony) (składniki: udo z kurczaka 90%, olej rzepakowy 9%, przyprawy (sól biała, pieprz czarny) 1%)	160g	3. Kurczak duszony (składniki: udo z kurczaka 94%, olej rzepakowy 5%, przyprawy (sól biała, pieprz czarny) 1%)	160g
4. Kalafior gotowany	150g	4. Kalafior gotowany	150g
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 99%, herbata czarna 1%)	200ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło ekstra 82% (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Twaróg ze szczypiorkiem (składniki: ser twarogowy półtłusty (mleko) 88%, mleko spożywcze 2% tłuszczu 9%, szczypiorek 2%, przyprawy (sól biała, pieprz czarny) 1%)	83g	4. Twaróg ze szczypiorkiem (składniki: ser twarogowy półtłusty (mleko) 88%, mleko spożywcze 2% tłuszczu 10%, szczypiorek 2%)	83g
5. Pomidor	100g	5. Pomidor	80g

2



Dieta podstawowa- 06.05.2026 r.- środa		Dieta łatwostrawna - 06.05.2026 r.- środa	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2664kcal; Białko: 126,3g; Węglowodany: 328,2g; w tym Cukry: 44,3g; Tłuszcze: 98,8g; NKT: 40,2g; Błonnik: 26,6g; Sód: 4826mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2238,8 kcal; Białko: 110,9g; Węglowodany: 302,6g; w tym Cukry: 31,2g; Tłuszcze: 70,3g; NKT: 29,1 g; Błonnik: 26,1g; Sód: 3522mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%) 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Bułka pszenna (zawiera: pszenica) 4. Masło prawdziwe (zawiera: mleko) 5. Polędwica drobiowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko) 6. Jabłko 7. Płatki owsiane na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 87%, płatki owsiane 13%)	200ml 150g 80g 10g 75g 80g 300ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%) 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Bułka pszenna (zawiera: pszenica) 4. Masło prawdziwe (zawiera: mleko) 5. Polędwica drobiowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko) 6. Jabłko	200ml 150g 80g 10g 75g 80g
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%) 2. Ziemniaki gotowane 3. Schab duszony w sosie własnym (składniki: schab wieprzowy bez kości 85%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 10%, cebula 5%, liść laurowy 0%, ziele angielskie 0%) 4. Surówka czerwonej kapusty (składniki: kapusta czerwona 75%, marchew 13%, jabłko 8%, olej rzepakowy 2%, sok z cytryny 1,5%, sól 0,5%) 5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	300ml 150g 140g 80g 200ml	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%) 2. Ziemniaki gotowane 3. Schab duszony w sosie własnym (składniki: schab wieprzowy bez kości 85%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 10%, cebula 5%, liść laurowy 0%, ziele angielskie 0%) 4. Warzywa gotowane (marchew 40%, pietruszka 26%, seler korzeniowy 19%, groszek zielony 15%) 5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	300ml 150g 160g 80g 200ml
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%) 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 4. Kaszanka pieczona z cebulą (składniki: kaszanka (pszenica) 90%, cebula 10%) 5. Ogórek kiszony	250 ml 150g 10g 150g 80g	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%) 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 4. Parówki gotowane (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko) 5. Pomidor	250 ml 150g 10g 150g 80g



Dieta podstawowa- 07.05.2026 r.- czwartek		Dieta łatwostrawna - 07.05.2026 r.- czwartek	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2204,8 kcal; Białko: 99,4g; Węglowodany: 322,8g; w tym Cukry: 41,9g; Tłuszcze: 63,6g; NKT: 28,5g; Błonnik: 26,9g; Sód: 3280mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 1817,7 kcal; Białko: 97,3 g; Węglowodany: 247,1g; w tym Cukry: 26,8g; Tłuszcze: 52,5g; NKT: 23,8g; Błonnik: 21,3 g; Sód: 3033,1mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%) 2. Chleb mieszany (zawiera: pszenica, żyto) 3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 4. Pieczeń rzymska (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko) 5. Jabłko 6. Ryż na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 87 %, ryż biały gotowany 13 %)	200ml 150g 10g 75g 80g 300ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%) 2. Chleb mieszany (zawiera: pszenica, żyto) 3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 4. Polędwica sopocka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko) 5. Jabłko	200ml 150g 10g 75g 80g
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%) 2. Bułka pszenna zwykła (zawiera: pszenica) 3. Fasolka po bretońsku (gotowana) (składniki: fasola biała sucha 20%, kielbasa wieprzowa 20% (soja, mleko, seler, gorczyca, pszenica), koncentrat pomidorowy 15%, cebula 10%, woda 30%, olej rzepakowy 4%, przyprawy (majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól) 1%) 4. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	300ml 80g 200g 200ml	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%) 2. Ziemniaki gotowane 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%) 4. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	300ml 150g 150g 200ml
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%) 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 4. Szynka wędzona (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko) 5. Ser twardy (zawiera: mleko) 6. Sałata	250 ml 150g 10g 50g 25g 20g	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 1%) 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 4. Polędwica drobiowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko) 5. Ser twardy (zawiera: mleko) 6. Sałata	250 ml 150g 10g 50g 25g 20g



Dieta podstawowa- 08.05.2026 r.- piątek		Dieta łatwostrawna - 08.05.2026 r.- piątek	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2276 kcal; Białko: 98,1g; Węglowodany: 345,2g; w tym Cukry: 46,3g; Tłuszcze: 61,3g; NKT: 23,8g; Błonnik: 29,7g; Sód: 3578mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2033,8 kcal; Białko: 91,6g; Węglowodany: 300,8g; w tym Cukry: 30,5g; Tłuszcze: 55,5g; NKT: 22,5g; Błonnik: 23,8g; Sód: 2546mg	
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 (składniki: ser twarogowy półtłusty (mleko) 90%, mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko) 10%)	80g	5. Twaróg (składniki: ser twarogowy półtłusty (mleko) 90%, mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko) 10%)	80g
6. Miód	25g	6. Miód	25g
7. 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. 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%).	300ml	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%)	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 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 0%, sól 0%)	90g
4. Surówka z ogórków kiszonych (składniki: ogórek kiszony 86%, cebula 10%, olej rzepakowy 4%, pieprz czarny mielony 0%)	80g	4. Kalafior gotowany	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%)	200ml	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 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. Pasta jajeczna z marchewką (składniki: jaja kurze całe 70%, jogurt naturalny 15%, marchew 10%, olej rzepakowy 4%, koper 1%, sól biała, pieprz czarny)	100g
5. Ser twardy (zawiera: mleko)	25g	5. Ser twardy (zawiera: mleko)	25g
6. Pomidor	80g	6. Pomidor	80g



Dieta podstawowa - 09.05.2016 r.- sobota		Dieta łatwostrawna - 09.05.2016 r.- sobota	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2547,7 kcal; Białko: 106,9g; Węglowodany: 339,6g; w tym Cukry: 71,8g; Tłuszcze: 89,1g; NKT: 32,8g; Błonnik: 21,2g; Sód: 3467mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2305,6 kcal; Białko: 95,1g; Węglowodany: 303,4g; w tym Cukry: 58,6g; Tłuszcze: 83,3g; NKT: 29,5g; Błonnik: 20,4g; Sód: 3345mg	
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. Sałatka rybna (zawiera: ryby, seler, soja)	160g	4. Sałatka rybna (zawiera: ryby, seler, soja)	160g
5. Ogórek konserwowy	80g	5. Pomidor	80g
6. Kasza manna na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 88%, kasza manna (pszenica) 12%)	300ml		
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
1. Krupnik (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 65%, ziemniaki 15%, kasza jęczmienna 9%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 7%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 3%, przyprawy (sól biała, pieprz czarny, pietruszka liście) 1%	300ml	1. Krupnik (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 65%, ziemniaki 15%, kasza jęczmienna 9%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 7%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 3%, przyprawy (sól biała, pieprz czarny, pietruszka liście) 1%	300ml
2. Makaron z mięsem mielonym i sosem pomidorowym (składniki: makaron dwujajeczny 40% (jaja), łopatka wieprzowa mielona 25%, woda 10%, koncentrat pomidorowy 10%, cebula 8%, olej rzepakowy 3%, mąka pszenna typ 550 3%, przyprawy (sól biała, pieprz czarny, oregano suszone, bazyliia suszona) 1%	300g	2. Makaron z mięsem mielonym i sosem pomidorowym (składniki: makaron dwujajeczny 35% (jaja), łopatka wieprzowa mielona 25%, woda 15%, koncentrat pomidorowy 10%, cebula 8%, olej rzepakowy 3%, mąka pszenna typ 550 3%, przyprawy (sól biała, pieprz czarny, oregano suszone, bazyliia suszona) 1%	300g
3. Napój owocowy	200ml	3. 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. Szynka z indyka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g	4. Szynka z indyka (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- 10.05.2026 r.- niedziela		Dieta łatwostrawna - 10.05.2026 r.- niedziela	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2190,2kcal; Białko: 97,1g; Węglowodany: 302,5g; w tym Cukry: 61,8g; Tłuszcze: 70,9g; NKT: 26,5g; Błonnik: 21,6g; Sód: 3027 mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 1909,7 kcal; Białko: 83,7g; Węglowodany: 272,9g; w tym Cukry: 52,9g; Tłuszcze: 58,5g; NKT: 22,6g; Błonnik: 23,2g; Sód: 2606,4mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%), 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło prawdziwe (zawiera: mleko) 4. Jajecznica (składniki: jaja kurze całe 98%, olej rzepakowy 2%, sól biała 0%) 5. Kielbasa krotoszyńska (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko) 6. Jabłko 7. Płatki owsiane na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 87%, płatki owsiane 13%)	200ml 150g 10g 100g 25g 80g 300ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%), 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło prawdziwe (zawiera: mleko) 4. Jajecznica (składniki: jaja kurze całe 98%, olej rzepakowy 2%, sól biała 0%) 5. Kielbasa krotoszyńska (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko) 6. Jabłko	200ml 150g 10g 100g 25g 80g
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
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. 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 , sól biała , pieprz czarny mielony, lubczyk suszony) 1%) 4. Surówka z białej kapusty (składniki: kapusta biała 81%, marchew 13%, olej rzepakowy 5%, sól biała 0,5%, pieprz czarny mielony 0,5%) 5. Napój owocowy	300ml 150g 90g 80g 200ml	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. 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 , sól biała , pieprz czarny mielony, lubczyk suszony) 1%) 4. Marchew gotowana 5. Napój owocowy	300ml 150g 90g 80g 200ml
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%), 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 4. Polędwica sopocka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko) 5. Serek topiony (zawiera: mleko) 6. Jabłko	200ml 150g 10g 50g 17g 80g	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%), 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 4. Polędwica sopocka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko) 5. Serek topiony (zawiera: mleko) 6. Jabłko	200ml 150g 10g 50g 17g 80g



Dieta podstawowa:

Średnia podaż kalorii:	2354,7 kcal/d – jadłospis pokrywa średnie zapotrzebowanie osoby dorosłej w 100%
Średnia podaż białka	104,6 g/d (17,8% energii)
Średnia podaż tłuszczu	73,3g/d (28% energii)
Średnia podaż węglowodanów	332g/d (54,2% energii)
Średnia zawartość NKT	28,1g/d
Średnia zawartość cukrów	54,5g/d

Dieta łatwostrawna:

Średnia podaż kalorii:	2080 kcal/d – jadłospis pokrywa średnie zapotrzebowanie osoby dorosłej w 100%
Średnia podaż białka	94,8 g/d (18,2% energii)
Średnia podaż tłuszczu	60,9g/d (26,4 % energii)
Średnia podaż węglowodanów	299,6g/d (55,4% energii)
Średnia zawartość NKT	23,8g/d
Średnia zawartość cukrów	42,7g/d

Opracował:	Weryfikacja organizacyjno-ekonomiczna:	Zatwierdził:
Dietetyk Karolina Golińska ul. Turystyczna 4, 11-500 Węgorzewo NIP: 8451998915, REGON 520403534 tel: 505 033 072	Kierownik działu żywienia mgr Katarzyna MAŚLIJ	Zastępca Dyrektora ds. Inwestycyjno - Technicznych mgr inż. Maciej Zmitrowicz

29 KWL 2026

DYREKTOR
Szpitala Psychiatrycznego
SP ZOZ w Węgorzewie
mgr Agnieszka Szalko

