



SZPITAL PSYCHIATRYCZNY  
Samodzielny Publiczny  
w Węgorzewie

W WĘGORZEWIE

SZPITAL PSYCHIATRYCZNY

Samodzielny Publiczny

w Węgorzewie

28-05-2026

Ldż. 5054 Podpis Dądos

DŻ.510.39.2026.KM

Jadłospis 01.06.2026 – 10.06.2026

**Dieta podstawowa- 01.06.2026 r.- poniedziałek**

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2435,2 kcal; Białko: 97,3g; Węglowodany: 385,1g; w tym Cukry: 47,7g; Tłuszcze: 62,7g;

NKT: 24,4g; Błonnik: 32,5g; Sód: 2477mg

**Śniadanie**

- Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)
- Chleb mieszany (zawiera: **pszenica, żyto**)
- Bułka pszenna (zawiera: **pszenica**)
- Masło prawdziwe 82% (zawiera: **mleko**)
- Twaróg (składniki: ser twarogowy półtłusty (**mleko**) 90%, mleko spożywcze 2% tłuszczu (**mleko**) 10%)
- Miód
- Jabłko
- Ryż na mleku (składniki: **mleko** spożywcze 2% tłuszczu 87 %, ryż biały gotowany 13 %)

**Gramatura**

200ml  
150g  
80g  
10g  
80g  
25g  
80g  
300ml

**Dieta łatwostrawna - 01.06.2026 r.- poniedziałek**

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2381,2kcal; Białko: 91,3g; Węglowodany: 372,4g; w tym Cukry: 30,3g; Tłuszcze: 63,7g;

NKT: 22,4g; Błonnik: 28g; Sód: 2245mg

**Śniadanie**

- Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)
- Chleb mieszany (zawiera: **pszenica, żyto**)
- Bułka pszenna (zawiera: **pszenica**)
- Masło prawdziwe 82% (zawiera: **mleko**)
- Twaróg (składniki: ser twarogowy półtłusty (**mleko**) 90%, mleko spożywcze 2% tłuszczu (**mleko**) 10%)
- Miód
- Jabłko

**Gramatura**

200ml  
150g  
80g  
10g  
80g  
25g  
80g

**Obiad**

- Żurek (składniki: zakwas **żytni** 25%, bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 20%, warzywa (marchew, pietruszka korzeń, **seler** korzeniowy, por) 30%, ziemniak 13%, kiełbasa 6%, **jaja** kurze całe 5%, (liść lauowy, ziele angielskie, pieprz) 1%)
- Kasza gryczana gotowana
- Pulpety w sosie pomidorowym (duszone) (składniki: łopatka wieprzowa 55%, woda 20%, bułka **pszenna** 8%, **jaja** kurze całe 4%, koncentrat pomidorowy 10%, przyprawy (sól, pieprz) 2%, mąka **pszenna** 1%)
- Surówka z białej kapusty (składniki: kapusta biała 81%, marchew 13%, olej rzepakowy 5%, sól biała 0,5%, pieprz czarny mielony 0,5%)
- Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)

**Gramatura**

300ml  
150g  
150g  
80g  
200ml

**Obiad**

- 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 lauowy, ziele angielskie, sól biała, pieprz czarny) 1%)
- Kasza gryczana gotowana
- Pulpety w sosie pomidorowym (duszone) (składniki: łopatka wieprzowa 55%, woda 20%, bułka **pszenna** 8%, **jaja** kurze całe 4%, koncentrat pomidorowy 10%, przyprawy (sól, pieprz) 2%, mąka **pszenna** 1%)
- Kalafior gotowany
- Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)

**Gramatura**

300ml  
150g  
150g  
80g  
200ml

**Kolacja**

- Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)
- Chleb pszenny (zawiera: **pszenica**)
- Masło prawdziwe 82% (zawiera: **mleko**)
- Pasta z fasoli z ogórkiem kiszonym (składniki: fasola biała sucha 43%, ogórek kiszony 28%, cebula 14%, musztarda (zawiera: **gorczyca**) 7%, olej rzepakowy 7%, przyprawy (sól biała, pieprz czarny) 1%)
- Pomidor

**Gramatur**

200 ml  
150g  
10g  
100g  
80g

**Kolacja**

- Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)
- Chleb pszenny (zawiera: **pszenica**)
- Masło prawdziwe 82% (zawiera: **mleko**)
- Marchewkowa pasta z fasoli (składniki: fasola biała sucha 25%, jogurt naturalny (**mleko**) 35%, marchew 25%, olej rzepakowy 10%, natka pietruszki 3%, przyprawy (sól, majeranek) 2%)
- Pomidor

**Gramatura**

200 ml  
150g  
10g  
100g  
80g



<b>Dieta podstawowa- 02.06.2026 r.- wtorek</b>		<b>Dieta łatwostrawna - 02.06.2026 r.- wtorek</b>	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2012,9kcal; Białko: 88,4g; Węglowodany: 291,6g; w tym Cukry: 40g; Tłuszcze: 59,6g; NKT: 22,9g; Błonnik: 25,4g; Sód: 2932mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 1815,8 kcal; Białko: 75,4g; Węglowodany: 268g; w tym Cukry: 29g; Tłuszcze: 54,3g; NKT: 21g; Błonnik: 24,5g; Sód: 2440mg	
<b>Śniadanie</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Gramatura</b>
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: <b>pszenica</b> )	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: <b>pszenica</b> )	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
4. Szynka konserwowa (zawiera: <b>soja, jaja, seler, gorczyca, mleko</b> )	75g	4. Szynka konserwowa (zawiera: <b>soja, jaja, seler, gorczyca, mleko</b> )	75g
5. Jabłko	80g	5. Jabłko	80g
6. Płatki owsiane na mleku (składniki: <b>mleko</b> spożywcze 2% tłuszczu 87%, płatki <b>owsiane</b> 13%)	300ml		
	200ml		
<b>Obiad</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Obiad</b>	<b>Gramatura</b>
1. Kapuśniak (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 60%, kapusta kiszona 15%, kapusta biała 7%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, <b>seler</b> korzeniowy) 6%, ziemniaki 5%, boczek surowy bez kości (smażony) 4%, koncentrat pomidorowy 1%, pieprz czarny 0%)	300ml	1. Zupa koperkowa (składniki: bulion drobiowy (na wywarze z porcji rosółowej) 60%, ziemniaki 20%, warzywa (marchew, pietruszka korzeń, <b>seler</b> korzeniowy, por) 10%, śmietana 18% tłuszczu ( <b>mleko</b> ) 6%, koperek 3%, przyprawy (sól, pieprz) 1%)	300ml
2. Pyzy ziemniaczane w sosie z warzywami (składniki ziemniaki 40%, mąka <b>pszenna</b> 10%, marchew 10%, cebula 8%, <b>seler</b> korzeniowy 4%, pietruszka korzeń 3%, <b>jaja</b> kurze całe 4%, olej rzepakowy 4%, woda 15%, przyprawy (liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól) 2%)	250g	2. Pyzy ziemniaczane w sosie z warzywami (składniki ziemniaki 40%, mąka <b>pszenna</b> 10%, marchew 10%, cebula 8%, <b>seler</b> korzeniowy 4%, pietruszka korzeń 3%, <b>jaja</b> kurze całe 4%, olej rzepakowy 4%, woda 15%, przyprawy (liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól) 2%)	250g
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
<b>Kolacja</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Gramatura</b>
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 mieszany(zawiera: <b>pszenica, żyto</b> )	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: <b>pszenica</b> )	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
4. Pasta twarogowo – rybna (składniki: ser twarogowy półtłusty ( <b>mleko</b> ) 70%, <b>szprot</b> w pomidorach 30%)	100g	4. Pasta twarogowo – rybna (składniki: ser twarogowy półtłusty ( <b>mleko</b> ) 70%, <b>szprot</b> w pomidorach 30%)	100g
5. Sałata	20g	5. Sałata	20g



<b>Dieta podstawowa- 03.06.2026 r.- środa</b>		<b>Dieta łatwostrawna - 03.06.2026 r.- środa</b>	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2688,1kcal; Białko: 112,7g; Węglowodany: 322,8g; w tym Cukry: 54,2g; Tłuszcze: 107,8g; NKT: 45,5g; Błonnik: 23,2g; Sód: 5601 mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2386,1 kcal; Białko: 99 g; Węglowodany: 308,4 g; w tym Cukry: 42g; Tłuszcze: 87,7g; NKT: 34,8 g; Błonnik: 23g; Sód: 4393mg	
<b>Śniadanie</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Gramatura</b>
1. Kakao naturalne na mleku (składniki: <b>mleko</b> spożywcze 2% tłuszczu 98%, cukier 1%, kakao 16% proszek 1%)	200ml	1. Kakao naturalne na mleku 2% (składniki: <b>mleko</b> spożywcze 2% tłuszczu 98%, cukier 1%, kakao 16% proszek 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: <b>pszenica</b> )	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: <b>pszenica</b> )	150g
3. Bułka pszenna (zawiera: <b>pszenica</b> )	80g	3. Bułka pszenna (zawiera: <b>pszenica</b> )	80g
4. Masło prawdziwe (zawiera: <b>mleko</b> )	10g	4. Masło prawdziwe (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
5. Polędwica sopocka (zawiera: <b>gluten, seler, gorczyca, mleko</b> )	75g	5. Polędwica sopocka (zawiera: <b>gluten, seler, gorczyca, mleko</b> )	75g
6. Jabłko	80g	6. Jabłko	80g
7. Zacierka na mleku (składniki: <b>mleko</b> 2% tłuszczu 86%, mąka <b>pszenna</b> 7%, woda 6%, , <b>jaja</b> kurze całe 1%)	300ml		
<b>Obiad</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Obiad</b>	<b>Gramatura</b>
1. Zupa pomidorowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 64%, koncentrat pomidorowy 12%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, <b>seler</b> korzeniowy) 12% , ryż biały 8%, śmietana 18% tłuszczu ( <b>mleko</b> ) 3%, (pieprz czarny mielony, sól biała) 1%)	300ml	1. Zupa pomidorowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 64%, koncentrat pomidorowy 12%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, <b>seler</b> korzeniowy) 12% , ryż biały 8%, śmietana 18% tłuszczu ( <b>mleko</b> ) 3%, (pieprz czarny mielony, sól biała) 1%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g	2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Rumsztyk wieprzowy (pieczony) (składniki: szynka wieprzowa bez kości 85%, cebula 10%, bułka <b>pszenna</b> , 4%, przyprawy (sól, pieprz) 1%	90g	3. Rumsztyk wieprzowy (pieczony) (składniki: szynka wieprzowa bez kości 85%, cebula 10%, bułka <b>pszenna</b> , 4%, przyprawy (sól, pieprz) 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. 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
<b>Kolacja</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Gramatura</b>
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: <b>pszenica</b> )	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: <b>pszenica</b> )	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
4. Kaszanka pieczona z cebulą (składniki: kaszanka ( <b>pszenica</b> ) 90%, cebula 10%)	150g	4. Parówki gotowane (zawiera: <b>soja, seler, gorczyca, mleko</b> )	150g
5. Ogórek kiszony	80g	5. Pomidor	80g



<b>Dieta podstawowa- 04.06.2026 r.- czwartek</b>		<b>Dieta łatwostrawna - 04.06.2026 r.- czwartek</b>	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2071,8 kcal; Białko: 100,4g; Węglowodany: 274,4g; w tym Cukry: 39,2g; Tłuszcze: 67,3g; NKT: 30,2g; Błonnik: 24,4g; Sód: 2664,9mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 1818,8 kcal; Białko: 87,3g; Węglowodany: 241,2g; w tym Cukry: 25,8 g; Tłuszcze: 59,4g; NKT: 25g; Błonnik: 23,9 g; Sód: 2510mg	
<b>Śniadanie</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Gramatura</b>
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: <b>pszenica, żyto</b> )	150g	2. Chleb mieszany (zawiera: <b>pszenica, żyto</b> )	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
4. Schab parzony (zawiera: <b>soja, seler, gorczyca, mleko</b> )	75g	4. Schab parzony (zawiera: <b>soja, seler, gorczyca, mleko</b> )	75g
5. Jabłko	80g	5. Jabłko	80g
6. Płatki owsiane na mleku (składniki: <b>mleko</b> spożywcze 2% tłuszczu 87%, płatki <b>owsiane</b> 13%)	300ml		
<b>Obiad</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Obiad</b>	<b>Gramatura</b>
1. Zupa kalafiorowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 55%, kalafior 25%, ziemniaki 10%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, <b>seler</b> korzeniowy) 9 %, śmietana 18% tłuszczu 4% ( <b>mleko</b> ), (koper ogrodowy, sól biała, pieprz czarny mielony, liść laurowy) 1%)	300ml	1. Zupa kalafiorowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 55%, kalafior 25%, ziemniaki 10%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, <b>seler</b> korzeniowy) 9 %, śmietana 18% tłuszczu 4% ( <b>mleko</b> ), (koper ogrodowy, sól biała, pieprz czarny mielony, liść laurowy) 1%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g	2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Kotlet z ryżu i mięsa w sosie pomidorowym z warzywami (duszone) (składniki: łopatka wieprzowa 40%, ryż biały 10%, koncentrat pomidorowy 12%, warzywa (marchew, pietruszka, <b>seler</b> korzeniowy, cebula) 14%, <b>jaja</b> kurze całe 6%, woda 12%, olej rzepakowy 5%, przyprawy (sól, pieprz) 1%)	120g	3. Kotlet z ryżu i mięsa w sosie pomidorowym z warzywami (duszone) (składniki: łopatka wieprzowa 40%, ryż biały 10%, koncentrat pomidorowy 12%, warzywa (marchew, pietruszka, <b>seler</b> korzeniowy, cebula) 14%, <b>jaja</b> kurze całe 6%, woda 12%, olej rzepakowy 5%, przyprawy (sól, pieprz) 1%)	120g
4. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	80g	4. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	80g
	200ml		200ml
<b>Kolacja</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Gramatura</b>
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: <b>pszenica</b> )	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: <b>pszenica</b> )	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
4. Szynka wędzona (zawiera: <b>soja, seler, gorczyca, mleko</b> )	50g	4. Szynka wędzona (zawiera: <b>soja, seler, gorczyca, mleko</b> )	50g
5. Ser twardy (zawiera: <b>mleko</b> )	25g	5. Ser twardy (zawiera: <b>mleko</b> )	25g
6. Papryka	50g	6. Pomidor	80g



### Dieta podstawowa- 05.06.2026 r.- piątek

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2303,7 kcal; Białko: 97,6g; Węglowodany: 353,1g; w tym Cukry: 40,5g; Tłuszcze: 60,8g;

NKT: 23,2g; Błonnik: 28,4g; Sód: 3767mg

Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: <b>pszenica</b> )	150g
3. Bułka pszenna (zawiera: <b>pszenica</b> )	80g
4. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
5. Twaróg ze szczypiorkiem (składniki: ser twarogowy półtłusty ( <b>mleko</b> ) 88%, <b>mleko</b> spożywcze 2% tłuszczu 10%, szczypiorek 2%)	83g
6. Jabłko	80g
7. Kasza manna na mleku (składniki: <b>mleko</b> spożywcze 2% tłuszczu 88%, kasza manna ( <b>pszenica</b> ) 12%)	300ml

Obiad	Gramatura
1. Zupa fasolowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 63 %, fasola biała nasiona suche 14% , mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, <b>seler</b> korzeniowy) 13%, ziemniaki 10 %, boczek surowy bez kości (smażony) 3%, (liść laurowy, majeranek, sól biała, pieprz czarny mielony) 1%).	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Kotlet rybny (pieczony) (składniki: <b>morszczuk</b> filet bez skóry mrożony 67%, <b>jaja</b> kurze całe 11%, bułka tarta ( <b>pszenica</b> ) 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
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: <b>pszenica</b> )	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
4. Sałatka ziemniaczana (składniki: ziemniaki 65%, ogórek kiszony 15%, majonez 7% ( <b>jaja</b> , <b>gorczyca</b> ), jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ) 7%, cebula 4%, koper ogrodowy 2%, olej rzepakowy 2%, sól biała 0%, pieprz czarny 0%)	100g
5. Ser twardy (zawiera: <b>mleko</b> )	25g
6. Pomidor	80g

### Dieta łatwostrawna - 05.06.2026 r.- piątek

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2118,9kcal; Białko: 85,1 g; Węglowodany: 346,3g; w tym Cukry: 27,3g; Tłuszcze: 48,3g;

NKT: 19,7g; Błonnik: 25,8g; Sód: 2639mg

Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: <b>pszenica</b> )	150g
3. Bułka pszenna (zawiera: <b>pszenica</b> )	80g
4. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
5. Twaróg ze szczypiorkiem (składniki: ser twarogowy półtłusty ( <b>mleko</b> ) 88%, <b>mleko</b> spożywcze 2% tłuszczu 10%, szczypiorek 2%)	83g
6. Jabłko	80g

Obiad	Gramatura
1. Zupa grysikowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 70%, kasza manna ( <b>pszenica</b> ) 20%, ziemniaki 5%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, <b>seler</b> korzeniowy) 14%, (koper ogrodowy, liść laurowy, sól biała, pieprz czarny mielony) 1%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Kotlet rybny (pieczony) (składniki: <b>morszczuk</b> filet bez skóry mrożony 67%, <b>jaja</b> kurze całe 11%, bułka tarta ( <b>pszenica</b> ) 17%, olej rzepakowy 5%, pieprz czarny mielony 0%, sól biała 0%)	90g
4. Kalafior gotowany	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: <b>pszenica</b> )	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
4. Sałatka ziemniaczana (składniki: ziemniaki 65%, ogórek kiszony 15%, majonez 7% ( <b>jaja</b> , <b>gorczyca</b> ), jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ) 7%, cebula 4%, koper ogrodowy 2%, olej rzepakowy 2%, sól biała 0%, pieprz czarny 0%)	100g
5. Ser twardy (zawiera: <b>mleko</b> )	25g
6. Pomidor	80g



<b>Dieta podstawowa- 06.06.2016 r.- sobota</b>		<b>Dieta łatwostrawna - 06.06.2016 r.- sobota</b>	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2288,2 kcal; Białko: 95,8g; Węglowodany: 301,2g; w tym Cukry: 67,2g; Tłuszcze: 77,8g; NKT: 34,2g; Błonnik: 22,5g; Sód: 4006mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2057,3kcal; Białko: 83,9g; Węglowodany: 267,6g; w tym Cukry: 53,2g; Tłuszcze: 71,8g; NKT: 31,4g; Błonnik: 20,8g; Sód: 4209mg	
<b>Śniadanie</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Gramatura</b>
1. Kakao naturalne na mleku 2% (składniki: <b>mleko</b> spożywcze 2% tłuszczu 98%, cukier 1%, kakao 16% proszek 1%)	200ml	1. Kakao naturalne na mleku 2% (składniki: <b>mleko</b> spożywcze 2% tłuszczu 98%, cukier 1%, kakao 16% proszek 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: <b>pszenica</b> )	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: <b>pszenica</b> )	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
4. Kiełbasa krotoszyńska (zawiera: <b>soja, seler, gorczyca, mleko</b> )	75g	4. Kiełbasa krotoszyńska (zawiera: <b>soja, seler, gorczyca, mleko</b> )	75g
5. Pomidor	80g	5. Pomidor	80g
6. Płatki owsiane na mleku (składniki: <b>mleko</b> spożywcze 2% tłuszczu 87%, płatki <b>owsiane</b> 13%)	300ml		
<b>Obiad</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Obiad</b>	<b>Gramatura</b>
1. Zupa ogonowa (składniki: woda 63%, zupa ogonowa w proszku ( <b>seler, jaja, mleko, gorczyca, soja, pszenica</b> ) 15%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, <b>seler</b> korzeniowy) 12 %, śmietana 18% tłuszczu ( <b>mleko</b> ) 4%, sól 0%, pieprz czarny 0%.	300ml	1. Zupa ogonowa (składniki: woda 63%, zupa ogonowa w proszku ( <b>seler, jaja, mleko, gorczyca, soja, pszenica</b> ) 15%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, <b>seler</b> korzeniowy) 12 %, śmietana 18% tłuszczu ( <b>mleko</b> ) 4%, sól 0%, pieprz czarny 0%.	300ml
2. Ziemniaki gotowane		2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Szyńka gotowana w sosie własnym (składniki: szynka wieprzowa 70%, woda 20%, mąka <b>pszenna</b> typ 550 3%, olej rzepakowy 3%, przyprawy (sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz) 2%, cebula 2%)	150g	3. Szyńka gotowana w sosie własnym (składniki: szynka wieprzowa 70%, woda 20%, mąka <b>pszenna</b> typ 550 3%, olej rzepakowy 3%, przyprawy (sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz) 2%, cebula 2%)	160g
4. Surówka czerwonej kapusty (składniki: kapusta czerwona 75%, marchew 13%, jabłko 8%, olej rzepakowy 2%, sok z cytryny 1,5%, sól 0,5%)	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		
<b>Kolacja</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Gramatura</b>
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: <b>pszenica</b> )	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: <b>pszenica</b> )	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
4. Szyńka wędzona (zawiera: <b>soja, seler, gorczyca, mleko</b> )	50g	4. Polędwica sopocka (zawiera: <b>soja, seler, gorczyca, mleko</b> )	50g
5. Serek topiony (zawiera: <b>mleko</b> )	17g	5. Serek topiony (zawiera: <b>mleko</b> )	17g
6. Jabłko	80g	6. Jabłko	80g



<b>Dieta podstawowa- 07.06.2026 r.- niedziela</b>		<b>Dieta łatwostrawna - 17.05.2026 r.- niedziela</b>	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2282,3kcal; Białko: 95g; Węglowodany: 330,7g; w tym Cukry: 63g; Tłuszcze: 70,1g; NKT: 27,5g; Błonnik: 25,7g; Sód: 3511mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 1953,6kcal; Białko: 84,1g; Węglowodany: 268,2g; w tym Cukry: 46,5g; Tłuszcze: 65,1g; NKT: 24,3g; Błonnik: 21,4g; Sód: 2607mg	
<b>Śniadanie</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Gramatura</b>
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: <b>pszenica</b> )	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: <b>pszenica</b> )	150g
3. Masło prawdziwe (zawiera: <b>mleko</b> )	10g	3. Masło prawdziwe (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
4. Jajka gotowane na miękko (zawiera: <b>jaja</b> )	50g	4. Jajka gotowane na miękko (zawiera: <b>jaja</b> )	50g
5. Majonez (zawiera: <b>jaja, gorczyca</b> )	15g	5. Polędwica drobiowa (zawiera: <b>soja, seler, gorczyca, mleko</b> )	50g
6. Polędwica drobiowa (zawiera: <b>soja, seler, gorczyca, mleko</b> )	50g	6. Jabłko	80g
7. Jabłko	80g		
8. Płatki kukurydziane na mleku (składniki: <b>mleko</b> spożywcze 2% tłuszczu 87%, płatki kukurydziane 13%)	300ml		
<b>Obiad</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Obiad</b>	<b>Gramatura</b>
1. Rosół z makaronem (składniki: bulion drobiowy 68 %, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, <b>seler</b> korzeniowy) 17% makaron pszenny dwujajeczny 13% ( <b>pszenica</b> ), pietruszka liście 1%, przyprawy (liść lauowy, ziele angielskie, sól biała) 1%)	300ml	1. Rosół z makaronem (składniki: bulion drobiowy 68 %, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, <b>seler</b> korzeniowy) 17% makaron pszenny dwujajeczny 13% ( <b>pszenica</b> ), pietruszka liście 1%, przyprawy (liść lauowy, ziele angielskie, sól biała) 1%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g	2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Kotlet mielony (pieczony) (składniki: mięso z łopatki wieprzowej 70%, bułka pszenna ( <b>pszenica</b> ) 10%, <b>jaja</b> kurze całe 8%, olej rzepakowy 8%, cebula 3%, pietruszka liście 1%, sól biała 0%, pieprz czarny mielony 0%, lubczyk suszony 0%)	90g	3. Kotlet mielony (pieczony) (składniki: mięso z łopatki wieprzowej 70%, bułka pszenna ( <b>pszenica</b> ) 10%, <b>jaja</b> 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 i jogurtem (składniki: sałata 55%, rzodkiewka 25%, śmietana 18% tłuszczu ( <b>mleko</b> ) 10%, jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ) 5%, szczypiorek 4%, przyprawy (sól) 1%)	80g	4. Sałata ze śmietaną i jogurtem (składniki: sałata 55%, rzodkiewka 25%, śmietana 18% tłuszczu ( <b>mleko</b> ) 10%, jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ) 5%, szczypiorek 4%, przyprawy (sól) 1%)	80g
5. Napój owocowy	200ml	5. Napój owocowy	200ml
<b>Kolacja</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Gramatura</b>
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: <b>pszenica</b> )	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: <b>pszenica</b> )	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
4. Szynka konserwowa (zawiera: <b>soja, seler, gorczyca, mleko</b> )	50g	4. Szynka konserwowa (zawiera: <b>soja, seler, gorczyca, mleko</b> )	50g
5. Serek kanapkowy (zawiera: <b>mleko</b> )	25g	5. Serek kanapkowy (zawiera: <b>mleko</b> )	25g
6. Jabłko	80g	6. Jabłko	80g



<b>Dieta podstawowa- 08.06.2026 r.- poniedziałek</b>		<b>Dieta łatwostrawna - 08.06.2026 r.- poniedziałek</b>	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2412,8kcal; Białko: 110,9g; Węglowodany: 361,2g; w tym Cukry: 67,6g; Tłuszcze: 64g; NKT: 26g; Błonnik: 29,3g; Sód: 2411mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2148,8kcal; Białko: 101,1g; Węglowodany: 326,7g; w tym Cukry: 54,1g; Tłuszcze: 53,8g; NKT: 21,8g; Błonnik: 27,2g; Sód: 2276mg	
<b>Śniadanie</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Gramatura</b>
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: <b>pszenica, żyto</b> )	150g	2. Chleb mieszany (zawiera: <b>pszenica, żyto</b> )	150g
3. Bułka pszenna (zawiera: <b>pszenica</b> )	80g	3. Bułka pszenna (zawiera: <b>pszenica</b> )	80g
4. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g	4. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
5. Twaróg (składniki: ser twarogowy półtłusty ( <b>mleko</b> ) 90%, mleko spożywcze 2% tłuszczu ( <b>mleko</b> ) 10%)	80g	5. Twaróg (składniki: ser twarogowy półtłusty ( <b>mleko</b> ) 90%, mleko spożywcze 2% tłuszczu ( <b>mleko</b> ) 10%)	80g
6. Dżem	30g	6. Dżem	30g
7. Jabłko	80g	7. Jabłko	80g
8. Płatki owsiane na mleku (składniki: <b>mleko</b> spożywcze 2% tłuszczu 87%, płatki <b>owsiane</b> 13%)	300ml		
<b>Obiad</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Obiad</b>	<b>Gramatura</b>
1. Zupa buraczkowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 55%, buraki 20%, ziemniaki 12%, warzywa (marchew, pietruszka, <b>seler</b> korzeniowy, por) 7%, cebula 3%, śmietana 18% tłuszczu ( <b>mleko</b> ) 2%, przyprawy (sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) 1%	300ml	1. Zupa buraczkowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 55%, buraki 20%, ziemniaki 12%, warzywa (marchew, pietruszka, <b>seler</b> korzeniowy, por) 7%, cebula 3%, śmietana 18% tłuszczu ( <b>mleko</b> ) 2%, przyprawy (sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) 1%	300ml
2. Kasza jęczmienna gotowana	150g	2. Kasza jęczmienna gotowana	150g
3. Gulasz z żołądków drobiowych z warzywami (gotowany) (składniki: żołądki drobiowe 60%, mieszanka warzyw 7-składnikowa 25% (marchew, groszek zielona, fasolka szparagowa, kalafior, brokuł, cebula, <b>seler</b> korzeniowy), śmietana 18% tłuszczu ( <b>mleko</b> ) 10%, olej rzepakowy 4%, pietruszka liście 1%, sól biała 0%, majeranek 0%)	160g	3. Gulasz drobiowy z warzywami (gotowany) (składniki: mięso z piersi kurczaka 60%, mieszanka warzyw 7-składnikowa 25% (marchew, groszek zielona, fasolka szparagowa, kalafior, brokuł, cebula, <b>seler</b> korzeniowy), śmietana 30% tłuszczu ( <b>mleko</b> ) 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	4. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml
<b>Kolacja</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Gramatura</b>
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: <b>pszenica</b> )	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: <b>pszenica</b> )	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
4. Ryba po grecku (duszona) (składniki: <b>morszczuk</b> 45%, marchew 25%, cebula 8%, pietruszka korzeń 5%, <b>seler</b> korzeniowy, 5%, koncentrat pomidorowy, 7%, olej rzepakowy, 3%, przyprawy (liść laurowy, ziele angielskie, pieprz), 2%)	200g	4. Ryba po grecku (duszona) (składniki: <b>morszczuk</b> 45%, marchew 25%, cebula 8%, pietruszka korzeń 5%, <b>seler</b> korzeniowy, 5%, koncentrat pomidorowy, 7%, olej rzepakowy, 3%, przyprawy (liść laurowy, ziele angielskie, pieprz), 2%)	200g
5. Gruszka	80g	5. Gruszka	80g



<b>Dieta podstawowa- 09.06.2026 r.- wtorek</b>		<b>Dieta łatwostrawna - 09.06.2026 r.- wtorek</b>	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2316,6kcal; Białko: 102,6g; Węglowodany: 338,3g; w tym Cukry: 40,8g; Tłuszcze: 66,9g; NKT: 24,8g; Błonnik: 27g; Sód: 3408mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 1951,8 kcal; Białko: 104,8g; Węglowodany: 273,5g; w tym Cukry: 25,8g; Tłuszcze: 53,4g; NKT: 21,1g; Błonnik: 25g; Sód: 2863mg	
<b>Śniadanie</b>	<b>Gramatur</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Gramatura</b>
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: <b>pszenica</b> )	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: <b>pszenica</b> )	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
4. Polędwica sopocka (zawiera: <b>soja, seler, gorczyca, mleko</b> )	75g	4. Polędwica sopocka (zawiera: <b>soja, seler, gorczyca, mleko</b> )	75g
5. Jabłko	80g	5. Jabłko	80g
6. Płatki owsiane na mleku (składniki: <b>mleko</b> spożywcze 2% tłuszczu 87%, płatki <b>owsiane</b> 13%)	300ml		
<b>Obiad</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Obiad</b>	<b>Gramatura</b>
1. Zupa zacierkowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 60%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, <b>seler</b> korzeniowy) 16% ziemniaki 15%, mąka <b>pszenna 6%</b> , <b>jaja</b> kurze całe 2%, koper ogrodowy 1%)	300ml	1. Zupa zacierkowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 60%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, <b>seler</b> korzeniowy) 16% ziemniaki 15%, mąka <b>pszenna 6%</b> , <b>jaja</b> kurze całe 2%, koper ogrodowy 1%)	300ml
2. Bułka pszenna zwykła (zawiera: <b>pszenica</b> )	80g	2. ziele angielskie 1%	
3. Fasolka po bretońsku (gotowana) (składniki: fasola biała sucha 20%, kiełbasa wieprzowa 20% ( <b>soja, mleko, seler, gorczyca, pszenica</b> ), koncentrat pomidorowy 15%, cebula 10%, woda 30%, olej rzepakowy 4%, przyprawy (majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól) 1%)	200g	3. Ziemniaki gotowane	150g
4. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml	4. Schab duszony w sosie własnym (składniki: schab wieprzowy 78%, woda 15%, mąka <b>pszenna</b> typ 550 3%, olej rzepakowy 2%, przyprawy (sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz) 1%, cebula 1%)	160g
		5. Warzywa duszone (składniki: marchew 40%, pietruszka korzeń 30%, <b>seler</b> korzeniowy 20%, groszek zielony 10%)	80g
		6. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml
<b>Kolacja</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Gramatura</b>
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: <b>pszenica</b> )	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: <b>pszenica</b> )	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
4. Sałatka ryżowa (składniki: ryż biały 25%, polędwica sopocka 41%, marchew 14%, kukurydza konserwowa 14%, majonez ( <b>jaja, gorczyca</b> ) 7% , sól, pieprz czarny 0%)	100g	4. Sałatka ryżowa (składniki: ryż biały 25%, polędwica sopocka 41%, marchew 14%, kukurydza konserwowa 14%, majonez ( <b>jaja, gorczyca</b> ) 7% , sól, pieprz czarny 0%)	100g
5. Ser twardy (zawiera: <b>mleko</b> )	25g	5. Ser twardy (zawiera: <b>mleko</b> )	25g
6. Pomidor	80g	6. Pomidor	80g



<b>Dieta podstawowa- 10.06.2026 r.- środa</b>		<b>Dieta łatwostrawna - 10.06.2026 r.- środa</b>	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2418,8 kcal; Białko: 102,8g; Węglowodany: 340,3; w tym Cukry: 51,9g; Tłuszcze: 76,1g; NKT: 33,3g; Błonnik: 26,6g; Sód: 3704mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2397,8kcal; Białko: 96,6g; Węglowodany: 334,1g; w tym Cukry: 36g; Tłuszcze: 78,7g; NKT: 32,1 g; Błonnik: 24,2g; Sód: 3534mg	
<b>Śniadanie</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Gramatura</b>
1. Kakao naturalne na mleku 2% (składniki: <b>mleko</b> spożywcze 2% tłuszczu 98%, cukier 1%, kakao 16% proszek 1%)	200ml	1. Kakao naturalne na mleku 2% (składniki: <b>mleko</b> spożywcze 2% tłuszczu 98%, cukier 1%, kakao 16% proszek 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: <b>pszenica</b> )	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: <b>pszenica</b> )	150g
3. Bułka pszenna (zawiera: <b>pszenica</b> )	80g	3. Bułka pszenna (zawiera: <b>pszenica</b> )	80g
4. Masło prawdziwe (zawiera: <b>mleko</b> )	10g	4. Masło prawdziwe (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
5. Szynka konserwowa (zawiera: <b>soja, seler, gorczyca, mleko</b> )	75g	5. Szynka konserwowa (zawiera: <b>soja, seler, gorczyca, mleko</b> )	75g
6. Jabłko	80g	6. Jabłko	80g
7. Płatki owsiane na mleku (składniki: <b>mleko</b> spożywcze 2% tłuszczu 87%, płatki <b>owsiane</b> 13%)	300ml		
<b>Obiad</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Obiad</b>	<b>Gramatura</b>
1. Zupa ogórkowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 63%, ziemniaki 18%, ogórki kiszane 8%, (marchew, pietruszka korzeń, por, <b>seler</b> korzeniowy) 7%, śmietana 18% tłuszczu ( <b>mleko</b> ) 2%, koperek świeży 1%, (sól biała, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny) 1%)	300ml	1. Zupa ryżowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 70%, ryż biały 15%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, <b>seler</b> korzeniowy) 14% , pietruszka liście 1%, sól 0% pieprz czarny 0%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g	2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Pieczeń rzymska (pieczona) (składniki: szynka wieprzowa 67%, bułki pszenne zwykłe ( <b>pszenica</b> ) 13%, <b>jaja</b> kurze całe 10%, bułka tarta ( <b>pszenica</b> ) 10%, sól biała 0%)	90g	3. Pieczeń rzymska (pieczona) (składniki: szynka wieprzowa 67%, bułki pszenne zwykłe ( <b>pszenica</b> ) 13%, <b>jaja</b> kurze całe 10%, bułka tarta ( <b>pszenica</b> ) 10%, sól biała 0%)	110g
4. Surówka z marchewki i jabłka (marchew 60 %, jabłko 35 %, śmietana 18% tłuszczu ( <b>mleko</b> ) 4 %, sok z cytryny)	80g	4. Surówka z marchewki i jabłka (marchew 60 %, jabłko 35 %, śmietana 18% tłuszczu ( <b>mleko</b> ) 4 %, sok z cytryny)	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
<b>Kolacja</b>	<b>Gramatura</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Gramatura</b>
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: <b>pszenica</b> )	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: <b>pszenica</b> )	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: <b>mleko</b> )	10g
4. Salceson (zawiera: <b>soja, seler, gorczyca, mleko</b> )	75g	4. Parówki gotowane (zawiera: <b>soja, seler, gorczyca, mleko</b> )	150g
5. Musztarda	15g	5. Pomidor	80g
6. Pomidor	80g		



Dieta podstawowa:

Średnia podaż kalorii:	2340,1 kcal/d – jadłospis pokrywa średnie zapotrzebowanie osoby dorosłej w 100%
Średnia podaż białka	101,8 g/d (17,4% energii)
Średnia podaż tłuszczu	70,7g/d (27,2% energii)
Średnia podaż węglowodanów	334,7g/d (55,4% energii)
Średnia zawartość NKT	28,8g/d
Średnia zawartość cukrów	51,8g/d

Dieta łatwostrawna:

Średnia podaż kalorii:	2121,1 kcal/d – jadłospis pokrywa średnie zapotrzebowanie osoby dorosłej w 100%
Średnia podaż białka	93,7 g/d (17,7% energii)
Średnia podaż tłuszczu	63,2g/d (26,8% energii)
Średnia podaż węglowodanów	303,7g/d (55,5% energii)
Średnia zawartość NKT	25,3g/d
Średnia zawartość cukrów	37,5g/d

Opracował: <b>Dietetyk Karolina Golińska</b> ul. Turystyczna 4, 11-600 Węgorzewo NIP: 8451998915, REGON 52040355, tel: 505 033 072	Weryfikacja organizacyjno-ekonomiczna: Kierownik Działu Żywności mgr Katarzyna MAŚLIJ	Zatwierdził: DYREKTOR Szpitala Psychiatrycznego SP ZOZ w Węgorzewie mgr Agnieszka Szałko
--	---	--