

Jadłospis 10-16.12.2025

DIETA LEKKOSTRAWNA – Zupa mleczna jest dostępna dla pacjentów mających problem z gryzieniem i przełykaniem posiłków zawierających pieczywo

	PODSTAWOWA	LEKKOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW/CUKRZYCOWA	
Środa 10-12-2025		Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Twarożek (7) 40g Polędwica sopocka (10) 20g Ogórek 60g Herbata 200ml	Zupa mleczna z kaszą manną (1,7) 250g Chleb pszenno-żytni (1) 120g Masło ekstra (7) 10g Twarożek (7) 40g Polędwica sopocka (10) 20g Ogórek 60g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Twarożek (7) 40g Polędwica sopocka (10) 20g Ogórek 60g Herbata 200ml
	II ŚN	Budyń (7) 120g		
	OB	Zupa jarzynowa (1,7,9) 250g Pierogi leniwe (1,3,7) 300g Gotowana marchewka 100g Kompot z owocami 200ml		
	PD	-		Jabłko 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Pasta z serka i wędliny (7,10) 60g Pomidor 60g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 120g Masło ekstra (7) 10g Pasta z serka i wędliny (7,10) 60g Pomidor 60g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Pasta z serka i wędliny (7,10) 60g Pomidor 60g Herbata 200ml
	PN	Serek homogenizowany (7) 150g		
		E: 1999,8 kcal, B: 98,5g, T: 81,5g, kw.tł.nasy: 31,23g, W: 257,6g, w tym cukry: 27,43g, Bł: 25,79g, Sól: 3,79g	E: 1978,3 kcal, B: 94,6g, T: 83,4g, kw.tł.nasy: 33,41g, W: 246,31g, w tym cukry: 29,98g, Bł: 23,42g, Sól: 4,1g	E: 2098,1 kcal, B: 104,5g, T: 83,9g, kw.tł.nasy: 32,1g, W: 261,9g, w tym cukry: 31,89g, Bł: 26,32g, Sól: 3, 9g
Czwartek 11-12-2025	ŚN	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Gotowana parówka (9,11) 80g Serek śmietankowy (7) 20g Ketchup (10) 10g Ogórek 60g Kawa z mlekiem (7) 200ml	Zupa mleczna z pł. owsianymi (1,7) 250g Chleb pszenno-żytni (1) 120g Masło ekstra (7) 10g Gotowana parówka (9,11) 80g Serek śmietankowy (7) 20g Ketchup (10) 10g Ogórek 60g Kawa z mlekiem (7) 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Gotowana parówka (9,11) 80g Serek śmietankowy (7) 20g Ketchup (10) 10g Ogórek 60g Kawa z mlekiem (7) 200ml
	II ŚN	Jogurt owocowy (7) 150g		Jogurt naturalny (7) 150g
		Krupnik (1,7,9) 250g Ziemniaki 200g Klops gotowany w sosie koperkowym (1,3,7) 150g Buraczki 100g Kompot z owocami 200ml		
	PD	-		Kasza manna (1,7) 120g
	KOL	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Ser żółty (7) 40g Wędlina (10) 20g Dżem 20g Pomidor 60g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 120g Masło ekstra (7) 10g Ser żółty (7) 40g Wędlina (10) 20g Dżem 20g Pomidor 60g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Ser żółty (7) 40g Wędlina (10) 20g Pomidor 60g Herbata 200ml
	PN	Kisiel 120g		
		E: 2155kcal, B: 80,1g, T: 80g, kw.tł.nasy.: 39,7g, W: 266,78g, w tym Cukry: 45,19g, Bł: 21,79g, Sól:8,37g	E: 2167,3kcal, B: 81,1g, T: 82,4g, kw.tł.nasy.: 40,3g, W: 269,31g, w tym Cukry: 46,19g, Bł: 21,57g, Sól:8,42g	E: 2231,2kcal, B: 82,7g, T: 81,2g, kw.tł.nasy.: 41g, W: 270,31g, w tym Cukry: 45,34g, Bł: 22,88g, Sól:8,78g

Piątek 12-12-2025	ŚN	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Pasta jajeczna (3,7) 60g Ser żółty (7) 20g Ogórek 60g Herbata 200ml	Zupa mleczna z kaszą manną (1,7) 250g Chleb pszenno-żytni (1) 120g Masło ekstra (7) 10g Pasta jajeczna (3,7) 60g Ser żółty (7) 20g Ogórek 60g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Pasta jajeczna (3,7) 60g Ser żółty (7) 20g Ogórek 60g Herbata 200ml
	II ŚN	Banan 60g		
	OB	Zupa kalafiorowa (1,7,9) 250g Ziemniaki 200g Śledź w sosie śmietanowym (1,3,7) 150g Kompot z owocami 200ml	Zupa kalafiorowa (1,7,9) 250g Ziemniaki 200g Ryba smażona w sosie pietruszkowym (1,3,4,7) 150g Surówka z kapusty zasmażanej 50g Trio warzywne 50g Kompot z owocami 200ml	
	PD	-		Kisiel 120g
	KOL	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Twaróg z koperkiem (7) 60g Roszponka 20g Dżem 20g Tarta rzodkiewka 50g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 120g Masło ekstra (7) 10g Twaróg z koperkiem (7) 60g Roszponka 20g Dżem 20g Tarta rzodkiewka 50g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Twaróg z koperkiem (7) 60g Roszponka 20g Tarta rzodkiewka 50g Herbata 200ml
	PN	Budyń (7) 120g		
		E: 2076,32 kcal, B: 96,9g, T: 73,1g, kw.tł.nasy: 28,6g, W: 267,89g, w tym cukry: 38,9g, Bł: 23,45g, Sól: 6,78g	E: 1957,13 kcal, B: 93,3g, T: 73,21g, kw.tł.nasy: 27,4g, W: 238,65g, w tym cukry: 31,44g, Bł: 20,94g, Sól: 6,87g	E: 2062,3 kcal, B: 94,6g, T: 79,2g, kw.tł.nasy: 34,7g, W: 257,9g, w tym cukry: 33,19g, Bł: 21,09g, Sól: 6,55g

Sobota 13-12-2025	ŚN	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Pasta mięsna (7) 60g Ser żółty (7) 20g Pomidor 60g Kawa z mlekiem (7) 200ml	Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi (1,7) Chleb pszenno-żytni (1) 120g Masło ekstra (7) 10g Pasta mięsna (7) 60g Ser żółty (7) 20g Pomidor 60g Kawa z mlekiem (7) 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Pasta mięsna (7) 60g Ser żółty (7) 20g Pomidor 60g Kawa z mlekiem (7) 200ml
	II ŚN	Mandarynka 60g		
	OB	Barszcz biały (1,7,9) 250g Ziemniaki 200g Pieczone udko w sosie własnym (1,7,9) 150g Gotowana fasolka 100g Kompot z owocami 200ml		
	PD	-		Kaszka manna (1,7) 120g
	KOL	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Paszтетowa (10) 60g Ser wędzony (7) 20g Pomidor 60g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 120g Masło ekstra (7) 10g Paszтетowa (10) 60g Ser wędzony (7) 20g Pomidor 60g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Paszтетowa (10) 60g Ser wędzony (7) 20g Pomidor 60g Herbata 200ml
	PN	Kisiel 120g		
		E: 1904,2 kcal, B: 105,9g, T: 62g, kw.tł.nasy.: 29g, W: 250,93g, w tym cukry: 45,02g, Bł: 22,66g, Sól: 6,17	E: 1923,4 kcal, B: 106,7g, T: 66,3g, kw.tł.nasy.: 32,1g, W: 255,79g, w tym cukry: 47,02g, Bł: 23,42g, Sól: 6,34g	E: 2145,4 kcal, B: 110,8g, T: 64,5g, kw.tł.nasy.: 31,2g, W: 272g, w tym cukry: 48,9g, Bł: 24,5g, Sól: 6,67g

Niedziela 14-12-2025	ŚN	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Jajko gotowane (3) 60g Ser żółty (7) 20g Majonez 10g Ogórek 60g Kakao z mlekiem (7) 200ml	Zupa mleczna z pł.owsianymi (1,7) 250g Chleb pszenno-żytni (1) 120g Masło ekstra (7) 10g Jajko gotowane (3) 60g Ser żółty (7) 20g Majonez 10g Ogórek 60g Kakao z mlekiem (7) 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Jajko gotowane (3) 60g Ser żółty (7) 20g Majonez 10g Ogórek 60g Kakao z mlekiem (7) 200ml
	II ŚN	Budyń (7) 120g		
	OB	Rosół z makaronem (1,9) 250g Ziemniaki 200g Kotlet drobiowy w sosie własnym (1,3,7) 150g Trio warzywne 50g Surówka z białej kapusty 50g Kompot z owocami 200ml		
	PD	-		Banan 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Galat drobiowy (10) 60g Ser topiony (7) 20g Pomidor 60g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 120g Masło ekstra (7) 10g Galat drobiowy (10) 60g Ser topiony (7) 20g Pomidor 60g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Galat drobiowy (10) 60g Ser topiony (7) 20g Pomidor 60g Herbata 200ml
	PN	Kisiel 120g		
		E: 2123,7 kcal, B: 104,1g, T: 85,9g, kw.tł.nasy.: 34,1g, W: 294,22g, w tym cukry: 39,27g, Bł: 21,94g, Sól: 4,96g	E: 2146,2 kcal, B: 104,8g, T: 86,5g, kw.tł.nasy.: 34,2g, W: 294,54g, w tym cukry: 40,89g, Bł: 15,03g, Sól: 5,33g	E: 2179,8 kcal, B: 105,3g, T: 86,3g, kw.tł.nasy.: 35,7g, W: 299,8g, w tym cukry: 40,23g, Bł: 23,41g, Sól: 5,03g

Poniedziałek 15-12-2025	ŚN	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Ser wędzony (7) 20g Wędlina (10) 20g Pomidor 60g Kawa z mlekiem (7) 200ml	Zupa mleczna z kaszą manną (1,7) 250g Chleb pszenno-żytni (1) 120g Masło ekstra (7) 10g Ser wędzony (7) 20g Wędlina (10) 20g Pomidor 60g Kawa z mlekiem (7) 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Ser wędzony (7) 20g Wędlina (10) 20g Pomidor 60g Kawa z mlekiem (7) 200ml
	II ŚN	Kaszka manna (7) 120g		
	OB	Zupa koperkowa (1,7,9) 250g Ziemniaki 200g Klops duszony w sosie pomidorowym (1,3,7) 150g Buraczki 100g Kompot z owocami 200ml		
	PD	-		Mandarynka 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Paprykarz (4) 40g Ser żółty (7) 20g Pomidor 60g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 120g Masło ekstra (7) 10g Paprykarz (4) 40g Ser żółty (7) 20g Pomidor 60g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 620g Masło ekstra (7) 10g Paprykarz (4) 40g Ser żółty (7) 20g Pomidor 60g Herbata 200ml
	PN	Budyń (7) 120g		
		E: 2100kcal, B: 98,6g, T: 82g, kw.tł.nasy.: 32g, W: 252,45g, w tym cukry: 34,33g, Bł: 21,16g, Sól: 6,19g	E: 2112,2kcal, B: 99,1g, T: 83,5g, kw.tł.nasy.: 32,53g, W: 259,51g, w tym cukry: 35,78g, Bł: 20,68g, Sól: 6,47g	E: 2198,3kcal, B: 99,4g, T: 83,1g, kw.tł.nasy.: 32,8g, W: 261,2g, w tym cukry: 36,7g, Bł: 23,41g, Sól: 6,2g

Wtorek 16-12-2025	ŚN	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Twaróg z jogurtem (7) 60g Połędwica sopocka (10) 20g Dżem 20g Pomidor 60g Kawa z mlekiem (7) 200ml	Zupa mleczna z pł.jęczmiennymi (1,7) 250g Chleb pszenno-żytni (1) 120g Masło ekstra (7) 10g Twaróg z jogurtem (7) 60g Połędwica sopocka (10) 20g Dżem 20g Pomidor 60g Kawa z mlekiem (7) 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Twaróg z jogurtem (7) 60g Połędwica sopocka (10) 20g Dżem 20g Pomidor 60g Kawa z mlekiem (7) 200ml
	II ŚN	Kisiel (7) 120g		
	OB	Zupa pomidorowa (1,7,9) 250g Ziemniaki 200g Gulasz w sosie (1,7) 150g Trio warzywne 50g Tarty ogórek kiszony 50g Kompot z owocami 200ml		
	PD	-		Banan 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Paszтет drobiowy (10) 60g Ser topiony (7) 20g Pomidor 50g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Paszтет drobiowy (10) 60g Ser topiony (7) 20g Pomidor 50g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni (1) 60g Chleb graham (1) 60g Masło ekstra (7) 10g Paszтет drobiowy (10) 60g Ser topiony (7) 20g Pomidor 50g Herbata 200ml
	PN	Budyń (1) 120g		
		E: 1914,4kcal, B: 91g, T: 55,6g, kw.tł.nasy.: 26,6g, W: 261,43g, w tym Cukry: 36,61g, Bł: 18,12g, Sól: 8,5g	E: 1934,2kcal, B: 90,4g, T: 56,8g, kw.tł.nasy.: 27,12g, W: 254,1g, w tym Cukry: 37,64g, Bł: 17,89g, Sól: 8,76g	E: 2001,3kcal, B: 93,9g, T: 57,2g, kw.tł.nasy.: 27,12g, W: 267,23g, w tym Cukry: 43,51g, Bł: 18,95g, Sól: 8,76g