

**Szpital w Wąbrzeźnie**

Posiłek	Poniedziałek			
	12.01.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu/trzustkowa
Śniadanie	Pieczywo razowe- pszenno- żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Krem czekoladowy 20 g Pomidor 80g Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Krem czekoladowy 20 g Pomidor (bez skóry) 80g Herbata 250 ml	Pieczywo razowe pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50g (SOJ) Twaróg w plastrach 30 g (MLE) Pomidor 80g Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15 g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Twaróg w plastrach 30 g (MLE) Pomidor (bez skóry) 80g Herbata 250 ml
II śniadanie	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)
Obiad	Krem z cukinii i kalafiora 350 ml (GLU,MLE,SEL) Kasza jęczmienna 200 g Gulasz wieprzowy ala Strogonof z warzywami 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Krem z cukinii i kalafiora 350 ml (GLU,MLE,SEL) Kasza jęczmienna 200 g Gulasz wieprzowy ala Strogonof z warzywami 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Krem z cukinii i kalafiora 350 ml (GLU,MLE,SEL) Kasza jęczmienna 200 g Gulasz wieprzowy ala Strogonof z warzywami 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Krem z cukinii i kalafiora 350 ml (GLU,MLE,SEL) Kasza jęczmienna 200 g Gulasz wieprzowy ala Strogonof z warzywami 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek kiszony 40 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g (SOJ) Wędlina drobiowa 20 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g (SOJ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g (SOJ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2219 kcal Białko: 91,2 g Tłuszcz: 65,2 g W tym nasycone kw. tł.: 22,4 g Węglowodany: 322,2 g W tym cukry: 51,8 g Sól: 5,9 g Błonnik: 28,9 g	Energia: 2189 kcal Białko: 90,1 g Tłuszcz: 64,3 g W tym nasycone kw. tł.: 22,3 g Węglowodany: 322 g W tym cukry: 51,7 g Sól: 6,9 g Błonnik: 23,6 g	Energia: 1868 kcal Białko: 97,4 g Tłuszcz: 58,8 g W tym nasycone kw. tł.: 25 g Węglowodany: 238,7 g W tym cukry: 50,3 g Sól: 4,6 g Błonnik: 31,7 g	Energia: 2189 kcal Białko: 90,1 g Tłuszcz: 64,3 g W tym nasycone kw. tł.: 22,3 g Węglowodany: 322 g W tym cukry: 51,7 g Sól: 6,9 g Błonnik: 23,6 g

**Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne posiłki: ZOL1, ZOL 2**

## Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Wtorek			
	13.01.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem Tłuszczu/ trzustkowa
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twarożek z koperkiem 50g (MLE) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twarożek z koperkiem 50g (MLE) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twarożek z koperkiem 50g (MLE) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twarożek z koperkiem 50g (MLE) Wędlina drobiowa 30g (SOJ) Sałata 10 g Herbata 250ml
II śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku (MLE) 200ml	Płatki kukurydziane na mleku (MLE) 200ml	Płatki kukurydziane na mleku (MLE)	Płatki kukurydziane na mleku (MLE)
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowo- drobiowy z warzywami 100 g (GLU, JAJ) Surówka koperkowa 100 g (GOR) Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowo- drobiowy z warzywami 100g (GLU, JAJ) Marchewka gotowana 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowo- drobiowy z warzywami 100 g (GLU, JAJ) Surówka koperkowa 100 g (GOR) Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowo- drobiowy z warzywami 100 g (GLU, JAJ) Marchewka gotowana 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt.(MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Ser żółty 15 g (MLE) Pasta z wątróbki 50 g (MLE) Ogórek świeży 40 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z wątróbki 50 g (MLE) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z wątróbki 50 g (MLE) Ogórek świeży 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z wątróbki 50 g (MLE) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Ser żółty 15 g (MLE) Ogórek świeży 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z wątróbki 30 g (MLE) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z wątróbki 30 g (MLE) Ogórek świeży 40 g	Pieczywo mieszane 45g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z wątróbki 30g (MLE) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2320 kcal Białko: 108,9 g Tłuszcz: 66,5 g W tym nasycone kw. tł.: 26,1 g Węglowodany: 328,3 g W tym cukry: 51,8 g Sól: 8 g Błonnik: 32,8 g	Energia: 2218 kcal Białko: 97,9 g Tłuszcz: 73,7 g W tym nasycone kw. tł.: 29,7 g Węglowodany: 299 g W tym cukry: 52,1 g Sól: 7,6 g Błonnik: 21,9 g	Energia: 2278 kcal Białko: 110,1 g Tłuszcz: 65,5 g W tym nasycone kw. tł.: 27,9 g Węglowodany: 319,7 g W tym cukry: 51,5 g Sól: 8,1 g Błonnik: 32,8 g	Energia: 2218 kcal Białko: 97,9 g Tłuszcz: 73,7 g W tym nasycone kw. tł.: 29,7 g Węglowodany: 299 g W tym cukry: 52,1 g Sól: 7,6 g Błonnik: 21,9 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie- codziennie na drugie śniadanie mleczne posiłki: ZOL 1, ZOL 2

## Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Środa			
	14.01.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu/ <b>trzustkowa</b>
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Jajka gotowane 2 szt. Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Jajka gotowane 2 szt. Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Jajka gotowane 2 szt. Wędlina drobiowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Jajka gotowane 2 szt. ( <b>bez żółtka</b> ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
II śniadanie	Mus owocowy 1 szt.	Mus owocowy 1 szt.	Kefir 1 szt. ( <b>MLE</b> )	Mus owocowy 1 szt.
Obiad	Barszcz biały z kielbasą 350 ml ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Pierogi leniwe 250 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Sos jogurtowy 50 ml ( <b>MLE</b> ) Woda 200 ml	Barszcz biały z kielbasą 350 ml ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Pierogi leniwe 250 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Sos jogurtowy 50 ml ( <b>MLE</b> ) Woda 200 ml	Barszcz biały z kielbasą 350 ml ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Pierogi leniwe 250 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Sos jogurtowy 50 ml ( <b>MLE</b> ) Woda 200 ml	Barszcz biały z kielbasą 350 ml ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Pierogi leniwe 250 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Sos jogurtowy 50 ml ( <b>MLE</b> ) Woda 200 ml
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 15 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta z makreli 50 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 40 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 15 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta rybna 50 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży (bez skóry) 40g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 15 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta rybna 50g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta rybna ( <b>MLE</b> ) 50 g Wędlina wieprzowa 15 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek świeży (bez skóry) 40g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 15 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek świeży 40 g	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 15 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek świeży 40 g	Pieczywo pszenno- żytnie 60 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 15 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek świeży 40 g	Pieczywo mieszane 60 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 15 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek świeży 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2264 kcal Białko: 94,4 g Tłuszcz: 58,7 g W tym nasycone kw. tł.: 20,6 g Węglowodany: 346,5 g W tym cukry: 51,7 g Sól: 5,9 g Błonnik: 30,8 g	Energia: 2224 kcal Białko: 92,5 g Tłuszcz: 57,8 g W tym nasycone kw. tł.: 20,5 g Węglowodany: 343,9 g W tym cukry: 51,5 g Sól: 6,9 g Błonnik: 25,6 g	Energia: 2092 kcal Białko: 99,7 g Tłuszcz: 62,5 g W tym nasycone kw. tł.: 22,9 g Węglowodany: 284,9 g W tym cukry: 50,2 g Sól: 4,8 g Błonnik: 31,8 g	Energia: 2224 kcal Białko: 92,5 g Tłuszcz: 57,8 g W tym nasycone kw. tł.: 20,5 g Węglowodany: 343,9 g W tym cukry: 51,5 g Sól: 6,9 g Błonnik: 25,6 g

**Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne porcji: ZOL 1, ZOL 2**

## Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Czwartek			
	15.01.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu/ trzustkowa
	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Sałatka makaronowa z wędliną, groszkiem i kukurydzą 150 g (JAJ,GOR) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Sałatka makaronowa z wędliną, groszkiem i kukurydzą 150 g (JAJ,GOR) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Sałatka makaronowa z wędliną, groszkiem i kukurydzą 150 g (JAJ,GOR) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Sałatka makaronowa z wędliną, groszkiem i kukurydzą 150 g (JAJ,GOR) Sałata 10 g Herbata 250ml
II śniadanie	Koktajl owocowy z jogurtem naturalnym 200 ml (MLE)	Koktajl owocowy z jogurtem naturalnym 200 ml (MLE)	Koktajl owocowy z jogurtem naturalnym 200ml (MLE)	Koktajl owocowy z jogurtem naturalnym 200ml (MLE)
	Zupa brokułowa 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Skrzydółka drobiowe pieczone 2 szt. Surówka z marchewki 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Skrzydółka drobiowe pieczone 2 szt. Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Skrzydółka drobiowe pieczone 2 szt. Surówka z marchewki 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Skrzydółka drobiowe pieczone 2 szt. Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Serdelek drobiowy 1 szt. (SOJ) Ogórek kiszony 40 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Serdelek drobiowy 1 szt. (SOJ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Serdelek drobiowy 1 szt. (SOJ) Ogórek kiszony 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Serdelek drobiowy 1 szt. (SOJ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
2 kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Ogórek kiszony 40 g Serek topiony (MLE) 20 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Wędlina wieprzowa (SOJ) 30 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Wędlina wieprzowa (SOJ) 30 g
Wartość odżywcza	Energia: 2389 kcal Białko: 101 g Tłuszcz: 77,2 g W tym nasycone kw. tł.: 27,1 g Węglowodany: 333,9 g W tym cukry: 52,3 g Sól: 4,8 g Błonnik: 41 g	Energia: 2327 kcal Białko: 103 g Tłuszcz: 70,8 g W tym nasycone kw. tł.: 29,4 g Węglowodany: 332,3 g W tym cukry: 51,8 g Sól: 5,9 g Błonnik: 35,6 g	Energia: 2166 kcal Białko: 97 g Tłuszcz: 73,1 g W tym nasycone kw. tł.: 24,5 g Węglowodany: 286,6 g W tym cukry: 50,1 g Sól: 3 g Błonnik: 43,8 g	Energia: 2327 kcal Białko: 103 g Tłuszcz: 70,8 g W tym nasycone kw. tł.: 29,4 g Węglowodany: 332,3 g W tym cukry: 51,8 g Sól: 5,9 g Błonnik: 35,6 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne porcji: ZOL 1, ZOL 2

**Szpital w Wąbrzeźnie**

Posiłek	Piątek 16.01.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu/ trzustkowa
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Metka łososiowa 40 g (SOJ) Ser żółty 30 g (MLE) Pomidor 80 g Kakao 250ml (MLE)	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Metka łososiowa 40 g (SOJ) Serek z papryką 30 g (MLE) Pomidor (bez skóry) 80 g Kakao 250ml (MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 40 g (SOJ) Serek z papryką 30 g Pomidor 80 g Kakao 250ml (MLE)	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Metka łososiowa 40 g (SOJ) Serek z papryką 30 g Pomidor (bez skóry) 80 g Kakao 250ml (MLE)
II śniadanie	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Obiad	Krupnik 350 ml (GLU,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Śledź w śmietanie 100 g (GLU,RYB,MLE) Kalafior gotowany 100 g Woda 200 ml	Krupnik 350 ml (GLU,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z ryby parowanej 100 g Kalafior gotowany 100 g Sos o smaku cytrynowym 50ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Krupnik 350 ml (GLU,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z ryby parowanej 100 g Kalafior gotowany 100 g Sos o smaku cytrynowym 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Krupnik 350 ml (GLU,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z ryby parowanej 100 g Kalafior gotowany 100 g Sos o smaku cytrynowym 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.	Jogurt naturalny (MLE) 1 szt.	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB,MLE,GOR) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB,MLE,GOR) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g (bez skóry) Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB,MLE,GOR) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB,MLE,GOR) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g (bez skóry) Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g (bez skóry)	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g (bez skóry)
Wartość odżywcza	Energia: 2350 kcal Białko: 96,1 g Tłuszcz: 78,2 g W tym nasycone kw. tł.: 22,5 g Węglowodany: 327,7 g W tym cukry: 52,5 g Sól: 5,7 g Błonnik: 34,4 g	Energia: 2124 kcal Białko: 91,4 g Tłuszcz: 60,6 g W tym nasycone kw. tł.: 18,5 g Węglowodany: 313,3 g W tym cukry: 51,7 g Sól: 6,3 g Błonnik: 27,3 g	Energia: 1967 kcal Białko: 100,5 g Tłuszcz: 60,1 g W tym nasycone kw. tł.: 20,3 g Węglowodany: 258,3 g W tym cukry: 50,4 g Sól: 3,1 g Błonnik: 35,6 g	Energia: 2124 kcal Białko: 91,4 g Tłuszcz: 60,6 g W tym nasycone kw. tł.: 18,5 g Węglowodany: 313,3 g W tym cukry: 51,7 g Sól: 6,3 g Błonnik: 27,3 g

**Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne posiłki: ZOL 1, ZOL 2**

## Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Sobota			
	17.01.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu/ trzustkowa
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50g (SOJ) Miód pszczele 20 g Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (SOJ) Wędlina drobiowa 50g (SOJ) Miód pszczele 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50g (SOJ) Serek z papryką 30 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50g (SOJ) Miód pszczele 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
II śniadanie	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Obiad	Zupa marchewkowa z groszkiem 350ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Wątróbka z cebulą i jabłkiem 100 g Sos warzywny 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Zupa marchewkowa z groszkiem 350ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Wątróbka z cebulą i jabłkiem 100 g Sos warzywny 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Zupa marchewkowa z groszkiem 350ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Wątróbka z cebulą i jabłkiem 100g Sos warzywny 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Zupa marchewkowa z groszkiem 350ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Wątróbka z cebulą i jabłkiem 100 g Sos warzywny 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml
Podwieczorek	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ)	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ)	Maślanka 200 ml (MLE)	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ)
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z kurczaka 30 g ( SOJ, GOR ) Serek topiony 30 g (MLE) Ogórek kiszony 40 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z kurczaka 30 g ( SOJ, GOR ) Paprykarz 30 g (MLE) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z kurczaka 30 g ( SOJ, GOR ) Paprykarz 30g (MLE) Ogórek kiszony 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z kurczaka 30 g ( SOJ, GOR ) Paprykarz 30 g (RYB,MLE,GOR) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z kurczaka 20 g (SOJ, GOR) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z kurczaka 20 g (SOJ, GOR ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z kurczaka 20 g ( SOJ, GOR ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z kurczaka 20 g ( SOJ, GOR ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2056 kcal Białko: 89 g Tłuszcz: 71,7 g W tym nasycone kw. tł.: 24,1 g Węglowodany: 269,8 g W tym cukry: 50,2 g Sól: 6,6 g Błonnik: 31,8 g	Energia: 2022 kcal Białko: 87,2 g Tłuszcz: 67,4 g W tym nasycone kw. tł.: 19,2 g Węglowodany: 277,4 g W tym cukry: 50,1 g Sól: 7,4 g Błonnik: 27,8 g	Energia: 2048 kcal Białko: 94,6 g Tłuszcz: 74,6 g W tym nasycone kw. tł.: 23,9 g Węglowodany: 252,4 g W tym cukry: 49,8 g Sól: 5,9 g Błonnik: 38,3 g	Energia: 2022 kcal Białko: 87,2 g Tłuszcz: 67,4 g W tym nasycone kw. tł.: 19,2 g Węglowodany: 277,4 g W tym cukry: 50,1 g Sól: 7,4 g Błonnik: 27,8 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne posiłki: ZOL 1, ZOL 2

**Szpital w Wąbrzeźnie**

Posiłek	Niedziela 18.01.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu/ trzustkowa
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlna wieprzowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Jajko gotowane 2 szt. Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlna wieprzowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Jajko gotowane 2 szt. Pomidor 80 g (bez skóry) Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlna wieprzowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Jajko gotowane 2 szt. Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlna wieprzowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Jajko gotowane 2 szt. ( <b>bez żółtka</b> ) Pomidor 80 g Herbata 250ml
II śniadanie	Jogurt owocowy 1 szt. ( <b>MLE</b> )	Jogurt owocowy 1 szt. ( <b>MLE</b> )	Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> )	Jogurt owocowy 1 szt. ( <b>MLE</b> )
Obiad	Krem z dyni 350 ml ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Potrawka ala Bigos 150 g ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Woda 200 ml	Krem z dyni 350 ml ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Potrawka ala Bigos 150 g ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Woda 200 ml	Krem z dyni 350 ml ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Potrawka ala Bigos 150 g ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Woda 200 ml	Krem z dyni 350 ml ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Potrawka ala Bigos 150 g ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Woda 200 ml
Podwieczorek	Serek homogenizowany 1 szt. ( <b>MLE</b> )	Serek homogenizowany 1 szt. ( <b>MLE</b> )	Serek wiejski 1 szt. ( <b>MLE</b> )	Serek homogenizowany 1 szt. ( <b>MLE</b> )
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 30 g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Wędlna drobiowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 30g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Wędlna drobiowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 30 g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Wędlna drobiowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 30 g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Wędlna drobiowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata 10 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 20 g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Sałata 10 g	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 20g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Sałata 10 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 20 g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Sałata 10 g	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 20 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata 10 g
Wartość odżywcza	Energia: 2198 kcal Białko: 97,1 g Tłuszcz: 73,4 g W tym nasycone kw. tł.: 18,9 g Węglowodany: 290,6 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 6,6 g Błonnik: 26,2 g	Energia: 2168 kcal Białko: 96 g Tłuszcz: 72,5 g W tym nasycone kw. tł.: 18,8 g Węglowodany: 290,2 g W tym cukry: 50,9 g Sól: 7,6 g Błonnik: 20,9 g	Energia: 1908 kcal Białko: 89,7 g Tłuszcz: 75,1 g W tym nasycone kw. tł.: 21,4 g Węglowodany: 217,3 g W tym cukry: 49,8 g Sól: 5,1 g Błonnik: 29 g	Energia: 2168 kcal Białko: 96 g Tłuszcz: 72,5 g W tym nasycone kw. tł.: 18,8 g Węglowodany: 290,2 g W tym cukry: 50,9 g Sól: 7,6 g Błonnik: 20,9 g

**Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne posiłki: ZOL 1, ZOL 2**

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Poniedziałek			
	19.01.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlna drobiowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek świeży 80g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlna drobiowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlna drobiowa 70 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek świeży 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlna drobiowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
II śniadanie	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Obiad	Zupa jarzynowa 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Makaron z sosem bolońskim 350 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Makaron z sosem bolońskim 350 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Makaron z sosem bolońskim 350 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Makaron z sosem bolońskim 350 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200 ml
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1 szt. ( <b>MLE</b> )	Jogurt owocowy 1 szt. ( <b>MLE</b> )	Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> )	Jogurt owocowy 1 szt. ( <b>MLE</b> )
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta jajeczna 30 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Serek z koperkiem 10 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40g Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta jajeczna 30 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Serek z koperkiem 10 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40 g (bez skóry) Herbata 250 ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta jajeczna 30 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Serek z koperkiem 10 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40 g Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta jajeczna 30 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Serek z koperkiem 10 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor (bez skóry) 40 g Herbata 250 ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta jajeczna 20 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Serek z koperkiem 20 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40 g	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta jajeczna na jogurcie 20 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Serek z koperkiem 20 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta jajeczna na jogurcie 20 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Serek z koperkiem 20 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40 g	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta jajeczna na jogurcie 20 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Serek z koperkiem 20 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2124 kcal Białko: 78,6 g Tłuszcz: 67 g W tym nasycone kw. tł.: 22,1 g Węglowodany: 309 g W tym cukry: 50,7 g Sól: 4,7 g Błonnik: 26,1 g	Energia: 2126 kcal Białko: 79,7 g Tłuszcz: 66,6 g W tym nasycone kw. tł.: 22,1 g Węglowodany: 320,9 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 5,75 g Błonnik: 22,8 g	Energia: 1883 kcal Białko: 84,2 g Tłuszcz: 68 g W tym nasycone kw. tł.: 25,1 g Węglowodany: 236,65 g W tym cukry: 49,4 g Sól: 4 g Błonnik: 29 g	Energia: 2126 kcal Białko: 79,7 g Tłuszcz: 66,6 g W tym nasycone kw. tł.: 22,1 g Węglowodany: 320,9 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 5,75 g Błonnik: 22,8 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne posiłki: ZOL 1, ZOL 2

## Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Wtorek 20.01.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowo- warzywny 50 g (SOJ) Dżem brzoskwinowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowo- warzywny 50 g (SOJ) Dżem brzoskwinowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowo- warzywny 70 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowo- warzywny 50 g (SOJ) Dżem brzoskwinowy, niskosłodzony 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
II śniadanie	Płatki owsiane na mleku (MLE) 200 ml	Płatki owsiane na mleku (MLE) 200ml	Płatki owsiane na mleku (MLE) 200ml	Płatki owsiane na mleku (MLE) 200ml
Obiad	Zupa ziemniaczana krem 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Gołąbek niezawijany 100 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy z warzywami 100 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa ziemniaczana krem 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Gołąbek niezawijany 100 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy z warzywami 100 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa ziemniaczana krem 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Gołąbek niezawijany 100 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy z warzywami 10ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa ziemniaczana krem 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Gołąbek niezawijany 100 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy z warzywami 100ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Paprykarz 30 g (RYB,MLE,GOR) Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Paprykarz 30 g (RYB,MLE,GOR) Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Paprykarz 30 g (RYB,MLE,GOR) Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Paprykarz 30 g (RYB,MLE,GOR) Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paprykarz 20 g (RYB,MLE,GOR) Sałata 10 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paprykarz 20 g (RYB,MLE,GOR) Sałata 10 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paprykarz 20 g (RYB,MLE,GOR) Sałata 10 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paprykarz 20 g (RYB,MLE,GOR) Sałata 10 g
Wartość odżywcza	Energia: 2254 kcal Białko: 88,6 g Tłuszcz: 71,1 g W tym nasycone kw. tł.: 5,7 g Węglowodany: 323,1 g W tym cukry: 51,3 g Sól: 6,7 g Błonnik: 35,2 g	Energia: 2214 kcal Białko: 86,8 g Tłuszcz: 70,2 g W tym nasycone kw. tł.: 20,45 g Węglowodany: 320,5 g W tym cukry: 51,4 g Sól: 6,8 g Błonnik: 30 g	Energia: 2161 kcal Białko: 96,8 g Tłuszcz: 75,8 g W tym nasycone kw. tł.: 21,7 g Węglowodany: 276,6 g W tym cukry: 50,5 g Sól: 4 g Błonnik: 40,6 g	Energia: 2214 kcal Białko: 86,8 g Tłuszcz: 70,2 g W tym nasycone kw. tł.: 20,45 g Węglowodany: 320,5 g W tym cukry: 51,4 g Sól: 6,8 g Błonnik: 30 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne porcji: ZOL 1, ZOL 2

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Środa			
	21.01.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Sałatka jarzynowa 70 g (JAJ,GOR) Wędlina drobiowa 20 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Sałatka jarzynowa na jogurcie 70 g (JAJ,GOR) Wędlina drobiowa 20 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Sałatka jarzynowa na jogurcie 70 g (JAJ,GOR) Wędlina drobiowa 20 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Sałatka jarzynowa na jogurcie 70 g (JAJ,GOR) Wędlina drobiowa 20 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata 250ml
II śniadanie	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.	Jogurt naturalny (MLE) 1 szt.	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.
Obiad	Zupa fasolowa 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ryż z twarogiem i jabłkiem prażonym 350 g (GLU,JAJ,MLE) Woda 200ml	Zupa krem warzywny 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ryż z twarogiem i jabłkiem prażonym 350 g (GLU,JAJ,MLE) Woda 200ml	Zupa fasolowa 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ryż z twarogiem i jabłkiem prażonym 350 g (GLU,JAJ,MLE) Woda 200ml	Zupa krem warzywny 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ryż z twarogiem i jabłkiem prażonym 350 g (GLU,JAJ,MLE) Woda 200ml
Podwieczorek	Owoc 1szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Parówki 2 szt. (SOJ) Serek z koperkiem 10g (MLE) Ogórek świeży 40g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Parówki 2 szt. (SOJ) Serek z koperkiem (MLE) 10g Ogórek świeży 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Parówki 2 szt. (SOJ) Serek z koperkiem (MLE) 10g Ogórek świeży 40g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5 g (MLE) Parówki 2 szt. (SOJ) Serek z koperkiem (MLE) 10g Ogórek świeży (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Serek z koperkiem 20g (MLE) Ogórek świeży 40g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Serek z koperkiem (MLE) 20g Ogórek świeży (bez skóry) 40g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Serek z koperkiem (MLE) 20g Ogórek świeży 40g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5 g (MLE) Serek z koperkiem (MLE) 20g Ogórek świeży (bez skóry) 40g
Wartość odżywcza	Energia: 2124 kcal Białko: 78,6 g Tłuszcz: 56,9 g W tym nasycone kw. tł.: 19,4 g Węglowodany: 330,9 g W tym cukry: 51,2 g Sól: 4,1 g Błonnik: 30,5 g	Energia: 2064 kcal Białko: 74,9 g Tłuszcz: 56,9 g W tym nasycone kw. tł.: 19,4 g Węglowodany: 319,2 g W tym cukry: 50,9 g Sól: 6,3 g Błonnik: 27,65 g	Energia: 1878 kcal Białko: 73,3 g Tłuszcz: 55,5 g W tym nasycone kw. tł.: 21 g Węglowodany: 273,8 g W tym cukry: 49,8 g Sól: 2,1 g Błonnik: 33,4 g	Energia: 2064 kcal Białko: 74,9 g Tłuszcz: 56,9 g W tym nasycone kw. tł.: 19,4 g Węglowodany: 319,2 g W tym cukry: 50,9 g Sól: 6,3 g Błonnik: 27,65 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne porcji: ZOL 1, ZOL 2

Szpital w Wąbrzeźnie		Czwartek		
Posiłek		22.01.2026		
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 80 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Serek z koperkiem 30 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 80 g (bez skóry) Herbata 250ml	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Serek z koperkiem 30 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 90 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Serek z koperkiem 30 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 80 g (bez skóry) Herbata 250ml
II śniadanie	Budyń waniliowy ( <b>MLE</b> ) 200 ml	Budyń waniliowy ( <b>MLE</b> ) 200 ml	Maślanka 150 ml ( <b>MLE</b> )	Budyń waniliowy ( <b>MLE</b> ) 200 ml
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Udko drobiowe 1 szt. Surówka ukraińska 100 g ( <b>GOR</b> ) Sos jasny 50 ml ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Woda 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Udko drobiowe 1 szt. Fasolka szparagowa gotowana 100 g Sos jasny 50 ml ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Woda 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Udko drobiowe 1 szt. Surówka ukraińska 100 g ( <b>GOR</b> ) Sos jasny 50 ml ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Woda 200 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Udko drobiowe 1 szt. Fasolka szparagowa gotowana 100 g Sos jasny 50 ml ( <b>GLU,MLE,SEL</b> ) Woda 200ml
Podwieczorek	Biszkopty 30 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> )	Biszkopty 30 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> )	Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> )	Biszkopty 30 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> )
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta rybna 50 g ( <b>RYB, GOR</b> ) Pomidor 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta rybna 50 g ( <b>RYB, GOR</b> ) Pomidor (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta rybna 30 g ( <b>RYB, GOR</b> ) Pomidor 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta rybna 50 g ( <b>RYB, GOR</b> ) Pomidor (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 40g	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski 1 szt. ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40 g	Pieczywo pszenne 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2243 kcal Białko: 94,4 g Tłuszcz: 69,8 g W tym nasycone kw. tł.: 21 g Węglowodany: 317,1 g W tym cukry: 51,4 g Sól: 6,7 g Błonnik: 27,9 g	Energia: 2096 kcal Białko: 88,7 g Tłuszcz: 59,4 g W tym nasycone kw. tł.: 21,25 g Węglowodany: 312,2 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 7,55 g Błonnik: 21,9 g	Energia: 2073 kcal Białko: 107,1 g Tłuszcz: 79,45 g W tym nasycone kw. tł.: 27,4 g Węglowodany: 234,7 g W tym cukry: 50,2 g Sól: 4,9 g Błonnik: 30,5 g	Energia: 2096 kcal Białko: 88,7 g Tłuszcz: 59,4 g W tym nasycone kw. tł.: 21,25 g Węglowodany: 312,2 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 7,55 g Błonnik: 21,9 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne posiłki: ZOL 1, ZOL 2

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Piątek 23.01.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Twaróg w kostce 50 g (MLE) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Sałata 10 g Kakao (MLE) 250 ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Twaróg w kostce 50 g (MLE) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Sałata 10 g Kakao (MLE) 250 ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twaróg z kostce 50 g (MLE) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Sałata 10 g Kakao (MLE) 250 ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twaróg z kostce 50 g (MLE) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Sałata 10 g Kakao (MLE) 250 ml
II śniadanie	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Obiad	Zupa minestrone 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba po grecku 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200 ml	Zupa minestrone 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba po grecku 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Zupa minestrone 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba po grecku 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Zupa minestrone 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba po grecku 150 g (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Serek topiony 30 g (MLE) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy 30 g (GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy 30 g (GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy 30 g (GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor (bez skóry) 40g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Serek topiony 20 g (MLE) Pomidor 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy 20 g (GOR) Pomidor (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy 20 g (GOR) Pomidor 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta z ciecierzycy 20 g (GOR) Pomidor (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2149 kcal Białko: 96,5 g Tłuszcz: 65,4 g W tym nasycone kw. tł.: 21 g Węglowodany: 300 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 6,7 g Błonnik: 34,3 g	Energia: 2069 kcal Białko: 91,4 g Tłuszcz: 57 g W tym nasycone kw. tł.: 15,75 g Węglowodany: 309 g W tym cukry: 50,7 g Sól: 6,7 g Błonnik: 31,9 g	Energia: 1853 kcal Białko: 87,1 g Tłuszcz: 56,45 g W tym nasycone kw. tł.: 17,45 g Węglowodany: 252,2 g W tym cukry: 49,7 g Sól: 3,7 g Błonnik: 40 g	Energia: 2069 kcal Białko: 91,4 g Tłuszcz: 57 g W tym nasycone kw. tł.: 15,75 g Węglowodany: 309 g W tym cukry: 50,7 g Sól: 6,7 g Błonnik: 31,9 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne porcji: ZOL 1, ZOL 2

**Szpital w Wąbrzeźnie**

Posiłek	Sobota			
	24.01.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Pasta z kurczaka 50 g ( <b>GOR</b> ) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 80 g Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 90 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Pasta z kurczaka 50 g ( <b>GOR</b> ) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Pasta z kurczaka 50 g ( <b>GOR</b> ) Serek z koperkiem ( <b>MLE</b> ) 30g Pomidor 80 g Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 90 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Pasta z kurczaka 50g ( <b>GOR</b> ) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250 ml
II śniadanie	Herbatniki 30 g ( <b>JAJ, GLU</b> )	Herbatniki 30 g ( <b>JAJ, GLU</b> )	Maślanka 150 ml ( <b>MLE</b> )	Herbatniki 30 g ( <b>JAJ, GLU</b> )
Obiad	Zupa krupnik z kuskusem 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Żołądki drobiowe w sosie pomidorowym 150 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda z 200ml	Zupa krupnik z kuskusem 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Żołądki drobiowe w sosie pomidorowym 150 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml	Zupa krupnik z kuskusem 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Żołądki drobiowe w sosie pomidorowym 150 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml	Zupa krupnik z kuskusem 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Żołądki drobiowe w sosie pomidorowym 150 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina drobiowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 40g STARKOWANE Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina drobiowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina drobiowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 40g Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina drobiowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40g Herbata 250 ml
II kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Paszтетowa 20 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 40g	Pieczywo mieszane 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 20 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40g	Pieczywo pszenno-żytnie 60g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Paszтетowa 20 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 40g	Pieczywo mieszane 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 20 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40g
Wartość odżywcza	Energia: 1908 kcal Białko: 71,6 g Tłuszcz: 56,6 g W tym nasycone kw. tł.: 20,1 g Węglowodany: 283,1 g W tym cukry: 49,7 g Sól: 4,6 g Błonnik: 33 g	Energia: 1932 kcal Białko: 72,8 g Tłuszcz: 60,6 g W tym nasycone kw. tł.: 22 g Węglowodany: 282,65 g W tym cukry: 49,9 g Sól: 5,6 g Błonnik: 27,8 g	Energia: 1911 kcal Białko: 78,35 g Tłuszcz: 60,5 g W tym nasycone kw. tł.: 24,35 g Węglowodany: 264 g W tym cukry: 49,6 g Sól: 3,9 g Błonnik: 37,7 g	Energia: 1932 kcal Białko: 72,8 g Tłuszcz: 60,6 g W tym nasycone kw. tł.: 22 g Węglowodany: 282,65 g W tym cukry: 49,9 g Sól: 5,6 g Błonnik: 27,8 g

**Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne porcji: ZOL 1, ZOL 2**

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Niedziela 25.01.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 80 g Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 70 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250 ml
II śniadanie	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.	Jogurt naturalny (MLE) 1 szt.	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.
Obiad	Zupa krem marchewkowy 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kiełbasa z cebulą 100 g (SOJ) Brokuł gotowany 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Zupa krem marchewkowy 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowo- drobiowy pieczony 100 g (GLU,JAJ) Brokuł gotowany 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Zupa krem marchewkowy 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowo- drobiowy pieczony 100g (GLU,JAJ) Brokuł gotowany 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml	Zupa krem marchewkowy 350 ml (GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowo- drobiowy pieczony 100 g (GLU,JAJ) Brokuł gotowany 100 g Sos jasny 50 ml (GLU,MLE,SEL) Woda 200ml
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek świeży 40 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek świeży 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Jajko gotowane 2 szt. Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek świeży 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Jajko gotowane 2 szt. Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Jajko gotowane 2 szt. Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek świeży 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Jajko gotowane 2 szt. (bez żółtka) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2087 kcal Białko: 91,7 g Tłuszcz: 64,8 g W tym nasycone kw. tł.: 21,7 g Węglowodany: 292,5 g W tym cukry: 50,6 g Sól: 8,5 g Błonnik: 34,8 g	Energia: 2061 kcal Białko: 93,3 g Tłuszcz: 61,2 g W tym nasycone kw. tł.: 20,35 g Węglowodany: 297 g W tym cukry: 50,5 g Sól: 8,3 g Błonnik: 31,2 g	Energia: 1846 kcal Białko: 101,9 g Tłuszcz: 61,8 g W tym nasycone kw. tł.: 22,4 g Węglowodany: 225,3 g W tym cukry: 49,7 g Sól: 6,8 g Błonnik: 38,9 g	Energia: 2061 kcal Białko: 93,3 g Tłuszcz: 61,2 g W tym nasycone kw. tł.: 20,35 g Węglowodany: 297 g W tym cukry: 50,5 g Sól: 8,3 g Błonnik: 31,2 g

Płatki jęczmienne/ owsiane/ kukurydziane z mlekiem/ budynie/ kisiele- codziennie na drugie śniadanie mleczne posiłki: ZOL 1, ZOL 2

Dzień tygodnia	Posiłki
Poniedziałek	<p><b>Paszтет drobiowo- warzywny: kupny : paszтет indykpol- mięso z indyka, kurczaka, z włoszczyzną</b> Składniki: Serek kanapkowy z papryką- serek kanapkowy plus papryka pokrojona</p> <p><b>Gulasz ala strogonof</b> Składniki: łopatka wieprzowa, ogórek kiszony, cebula, pieczarki, papryka, marchew, koncentrat pomidorowy, mąka ziemniaczana, <b>mąka pszenna</b>, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz</p> <p><b>Krem z cukinii i kalafiora</b> Składniki: Ziemniaki, cukinia, kalafior, seler korzeniowy, woda, mąka pszenna, typ 500 ,mąka ziemniaczana, ziele angielskie, Liść laurowy, suszony</p>
Wtorek	<p><b>Twarożek ze szczypiorkiem:</b> Ser twarogowy, półtłusty, jogurt naturalny/ majonez, szczypiorek</p> <p><b>Sos jasny:</b> Składniki: mąka pszenna, pieprz czarny, sól biała, majeranek</p> <p><b>Kotlet wieprzowo- drobiowy z warzywami:</b> Składniki: Mięso wieprzowe- łopatka, mięso drobiowe, włoszczyzna, bułka tarta, pieprz, sól, jajka</p> <p><b>Surówka koperkowa:</b> Składniki: kapusta biała, majonez, kukurydza konserwowa (kukurydza, ocet spirytusowy, sól), cukier, sól, kwas cytrynowy- regulator kwasowości</p> <p><b>Zupa pomidorowa z makaronem</b> Składniki: Koncentrat pomidorowy, makaron biały, mąka pszenna, kremówka łośicka, włoszczyzna krojona w paski, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól</p>
Środa	<p><b>Pasta rybna:</b> Ryba/ makreła wędzona, włoszczyzna, majonez, sól, pieprz Majonez: olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet spirytusowy, ocet winny, gorczyca, woda, cukier, sól</p> <p><b>Żurek</b> <b>Składniki:</b> żurek na naturalnym zakwasie, mąka pszenna, typ 500, mąka ziemniaczana, kremówka łośicka (wyrób śmietanopodobny)- Mleko odtłuszczone, oleje roślinne (palmowy, kokosowy), śmietanka, emulgator (mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych), celuloza, karagen, aromat śmietankowy, barwnik (E160a), woda, ziele angielskie, Liść laurowy, suszona, pieprz czarny, sól biała</p> <p><b>Pierogi leniwe:</b> Składniki: Mąka pszenna, mąka ziemniaczana, ziemniaki, twaróg półtłusty, jajko, sól, cukier</p> <p><b>Sos jogurtowy</b> Składniki: Jogurt naturalny, cukier</p>
Czwartek	<b>Salatka makaronowa:</b>

**Szpital w Wąbrzeźnie**

	<p>Składniki: makaron pszenny, ogórek świeży, szynka konserwowa, kukurydza, groszek, majonez, sól, pieprz</p> <p><b>Sos jasny:</b> Składniki: mąka pszenna, pieprz czarny, sól biała, majeranek</p> <p><b>Surówka z marchewki:</b> Składniki: marchew, cukier, rodzyunki, kwas cytrynowy- regulator kwasowości</p> <p><b>Zupa brokułowa:</b> brokuł, włoszczyzna, ziemniaki, woda, mąka ziemniaczana, kremówka łośicka, woda, czosnek, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy</p>
<b>Piątek</b>	<p><b>Pasta jajeczna:</b> Składniki: Jajka gotowane, jogurt naturalny/ majonez, sól, pieprz</p> <p><b>Krupnik:</b> <b>Składniki:</b> Kasza jęczmienna, ziemniak, włoszczyzna, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól</p> <p><b>Sos o smaku cytrynowym</b> Składniki: mąka ziemniaczana, zaprawa cytrynowa (Woda, sok cytrynowy z koncentratu 4%, regulator kwasowości, kwas cytrynowy, substancja konserwująca: benzoesan sodu, przeciwutleniacze: kwas askorbinowy, aromat, barwnik luteina), włoszczyzna paski, kremówka łośicka (wyrób śmietanopodobny)- Mleko odtłuszczone, oleje roślinne (palmowy, kokosowy), śmietanka, emulgator (mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych), celuloza, karagen, aromat śmietankowy, barwnik (E160a)</p> <p><b>Śledź w śmietanie:</b> składniki: śledzie płaty, śmietana 12% tłuszczu, sól, pieprz, czosnek, cebula</p>
<b>Sobota</b>	<p><b>Pasta z kurczaka</b> Składniki: Mięso z ud kurczaka, majonez, włoszczyzna krojona, sól, pieprz</p> <p><b>Sos jasny:</b> <b>Składniki:</b> Majeranek, suszone, mąka pszenna, pieprz czarny, sól biała</p> <p><b>Zupa marchewkowa z groszkiem:</b> Marchew, groszek, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, kremówka łośicka, włoszczyzna krojona w paski, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól</p> <p><b>Wątróbka duszona z jabłkiem i cebulą:</b> Składniki: Wątróbka kurczaka, cebula, jabłko, mąka pszenna, olej rzepakowy, majeranek, suszony, sól biała</p> <p><b>Sos jasny z warzywami:</b> Składniki: Majeranek, suszone, mąka pszenna, typ 500, pieprz czarny, Sól biała, kremówka łośicka, włoszczyzna</p>
<b>Niedziela</b>	<p><b>Pasta z ciecierzycy i ogórka kiszzonego:</b> Składniki: Ciecierzycza zalewa, ogórek kiszony, rzodkiewka, majonez, sól, pieprz</p> <p><b>Sos jasny:</b> Składniki: Majeranek, suszone, mąka pszenna, pieprz czarny, sól biała</p>

Szpital w Wąbrzeźnie

	<p><b>Potrąwka ala bigos:</b> Składniki: Kapusta kiszona, kapusta świeża, włośczyzna paski, papryka, koncentrat pomidorowy, majeranek, sól, pieprz, czosnek</p> <p><b>Krem z dyni:</b> Składniki: Marchew, dynia, liść laurowy, suszony, mąka pszenna, typ 500, mąka ziemniaczana, cukier, sól biała, kremówka łosicka, woda, ziele angielskie, ziemniaki</p>
<b>Poniedziałek</b>	<p><b>Sos bolognese z mięsem wieprzowym i makaronem</b> Składniki: Łopatka mielona, włośczyzna, makaron bezjajeczny, z pszenicy durum, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, bazylią, sól, pieprz, czosnek</p> <p><b>Zupa jarzynowa:</b> Składniki: Ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, kremówka łosicka, włośczyzna krojona w paski, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól</p> <p><b>Pasta jajeczna:</b> Składniki: Jajka gotowane, jogurt naturalny/ majonez, sól, pieprz Majonez składniki: olej rzepakowy, woda, żółtko jaja, cukier, ocet spirytusowy, ocet winny, sól, gorczyca Serek ze koperkiem: składniki: ser kanapkowy i dodany koperek</p>
<b>Wtorek</b>	<p><b>Zupa ziemniaczana krem</b> Składniki: Ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, kremówka łosicka, włośczyzna krojona w paski, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól</p> <p><b>Gołębki niezawijane</b> Mięso mielone wieprzowe, <b>jajko</b>, ryż, kapusta, majeranek, czosnek, sól, pieprz</p> <p><b>Sos pomidorowy z warzywami</b> Koncentrat pomidorowy, <b>mąka pszenna</b>, włośczyzna, pieprz czarny, sól biała, majeranek, suszone</p>
<b>Środa</b>	<p><b>Salatka jarzynowa:</b> Składniki: majonez, kukurydza, konserwowa, sól biała, włośczyzna krojona w paski, ziemniaki, jajka</p> <p><b>Zupa fasolowa:</b> Fasola biała, ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, kremówka łosicka, włośczyzna krojona w paski, w kostkę/ marchew kostka, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz.</p> <p><b>Ryż z jabłkiem prażonymi i twarogiem</b> Ryż biały, jabłko prażone, cukier, ser twarogowy półtłusty</p>
<b>Czwartek</b>	<p><b>Zupa pomidorowa z ryżem</b> Koncentrat pomidorowy, ryż biały, <b>mąka pszenna</b>, <b>kremówka łosicka</b>, włośczyzna krojona w paski, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól</p> <p><b>Surówka ukraińska</b> Kapusta czerwona, majonez, cukier, czosnek, sól, kwas cytrynowy- regulator kwasowości</p> <p><b>Sos jasny:</b> Składniki: mąka pszenna, majeranek, suszone, pieprz czarny, sól biała</p>

**Szpital w Wąbrzeźnie**

	<b>Pasta rybna:</b> Ryba/ makrela wędzona, włoszczyzna, majonez, sól, pieprz Majonez: olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet spirytusowy, ocet winny, gorczyca, woda, cukier, sól
<b>Piątek</b>	<b>Zupa minestrone:</b> Składniki: Cukinia, ziemniaki, papryka, pomidor, pulpa pomidorowa, fasola szparagowa, mąka ziemniaczana, sól, pieprz, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy. <b>Ryba po grecku:</b> Dorsz świeży, filety bez skóry, mąka pszenna, typ 500, olej rzepakowy, przecier pomidorowy, włoszczyzna krojona w paski, cebula, cukier, ziele angielskie, liść laurowy suszony, sól, pieprz <b>Twarożek ze szczypiorkiem:</b> Składniki: Ser twarogowy, półtłusty, jogurt naturalny/ majonez, szczypiorek
<b>Sobota</b>	<b>Krupnik z kuskusem:</b> Składniki: Kasza kuskus, ziemniak, włoszczyzna, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól <b>Żołądki drobiowe w sosie pomidorowym z warzywami</b> Żołądki drobiowe, sos o smaku śmietankowym: kremówka łosicka, mąka ziemniaczana, włoszczyzna, ziele angielskie, liść laurowy, woda, sól, pieprz, majeranek <b>Pasta z kurczaka</b> Mięso z ud kurczaka, majonez, włoszczyzna krojona, sól, pieprz
<b>Niedziela</b>	<b>Sos jasny:</b> Składniki: mąka pszenna, majeranek, suszone, pieprz czarny, sól biała <b>Kotlet wieprzowo- drobiowy:</b> Składniki: Mięso wieprzowe- łopatka, mięso drobiowe, bułka tarta, pieprz, sól, jajka <b>Zupa krem z marchewki</b> Składniki: marchew, mąka pszenna, typ 500, mąka ziemniaczana, sól biała, kremówka łosicka, włoszczyzna, woda, ziele angielskie, ziemniaki, cukier, Liść laurowy, suszony

**Gotowe produkty****Chleb pszenny:**

Składniki: mąka pszenna typ 750 (52,1%), woda, mąka żytnia typ 720 (9,8%), drożdże piekarskie, środek wypiekowy: stabilizator: węglan wapnia, emulgator E 472 e, mąka sojowa, środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy, zakwas- woda, mąka żytnia, kwas mlekowy, octowy, otręby pszenne, emulgator lecytyny (ze słonecznika), sól

**Chleb razowy- pszenno- żytni (pieczywo mieszane żytnio- pszenne)**

Składniki: mąka żytnia- razowa typ 2000 (36,9%), mąka pszenna (typ 750 (33,4%), woda, mąka żytnia typ 720 (6,1%), drożdże piekarskie, sól, olej rzepakowy, środek wypiekowy – stabilizator- węglan wapnia, emulgator E 472 e, mąka sojowa, środki do przetwarzania mąki, kwas askorbinowy.

**Serek kanapkowy: twaróg do wypieków**

Składniki: twaróg (mleko, śmietanka, bakterie fermentacji mlekowej, podpuszka), skrobia modyfikowana kukurydziana, substancja konserwująca: sorbinian potasu

**Serek topiony: Gouda**

### **Szpital w Wąbrzeźnie**

Składniki: Ser 50% ( w tym gouda 55%), woda, masło, sole emulgujące: E 339, E450, E 452, sól

#### **Ser żółty:**

Składniki: Mleko pasteryzowane, sól, stabilizator- chlorek wapnia, kultury bakterii, podpuszka mikrobiologiczna

#### **Szynkówka: wędlina wieprzowa:**

Składniki: mięso wieprzowe 47%, woda, skrobia pszenna, sól, izolat białka sojowego, glukoza, maltodekstryna, białko zwierzęce wieprzowa, cukier, hydrolizat białka roślinnego (ze słonecznika), aromaty, barwnik E 120, substancje konserwujące E250, przeciwutleniacze: E 301, E316, regulator kwasowości, substancje zagęszczające: E 407, stabilizatory E451. Produkt może zawierać: sezam, gorczycę, mleko, seler

#### **Półdewica drobiowa z majerankiem z dodatkiem wieprzowiny:**

Składniki: Wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzony. Składniki: woda, filet z kurczaka 40 %, skrobia, skórki wieprzowe 5%, mięso wieprzowe 2%, białko sojowe, sól, białko wieprzowe, stabilizatory (E 451, E262), substancje zagęszczające (E E407, E 425, wzmacniacz smaku (E316, majeranek 0,15% substancja konserwująca E 250.

#### **Bianka Pierś gotowana z indyka**

Składniki: Mięso z fileta z piersi indyka 56%, woda, skrobia ziemniaczana, skrobia grochowa, substancje żelujące: E 407, stabilizatory: E 451: regulator kwasowości: E 331: błonnik pszenny, bezglutenowy), sól, wzmacniacz smaku: E 621, przeciwutleniacz: E 316, ekstrakty drożdżowe, aromaty, substancje konserwujące: azotyn sodu.

#### **Szynka mocno wędzona**

Składniki: Mięso wieprzowe 76%, woda, sól, izolat białka sojowego, stabilizatory: E 451, E 452, substancja zagęszczająca: E 407, E415, cukier gronowy, maltodekstryna, dekstroza, laktoza, glukoza, wzmacniacze smaku: E 621, E635, przeciwutleniacze: E 316, aromaty, białko zwierzęce wieprzowe, ekstrakty drożdżowe, ekstrakty ziół, aromat dymu wędzarniczego, hydrolizat białka sojowego, syrop cukrowy, substancja konserwująca: E 250

#### **Dżem brzoskwiniowy:**

Składniki: Brzoskwinia, (35%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyna, regulatory kwasowości: kwas cytrynowy, cytryniany sodu, substancje zagęszczające: guma guar, guma ksantanowa, substancje konserwujące: benzoosan sodu, sorbinian potasu

#### **Dżem truskawkowy:**

Składniki: truskawki, (35%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyna, regulatory kwasowości: kwas cytrynowy, cytryniany sodu, substancje zagęszczające: guma guar, guma ksantanowa, substancje konserwujące: benzoosan sodu, sorbinian potasu

#### **Parówki nowojorskie:**

Składniki: Mięso wieprzowe 69%, woda, konserwant białka sojowego, skrobia, błonnik ziemniaczany, sól, tłuszcz wieprzowy, regulatory kwasowości octany potasu, białko wieprzowe, skrobia modyfikowana, stabilizatory: difosforany, trifosforany, cytryniany sodu, octany sodu, wzmacniacze smaku: glutaminian monosodowy, 5- rybonukleotydy disodowe: substancje zagęszczające: guma guar, guma celulozowa, karagen, ekstrakty przypraw, glukoza, aromaty, przeciwutleniacze: askorbinian sodu: substancja konserwująca: azotyn sodu.

#### **Zaprawa cytrynowa:**

Składniki: Woda, sok cytrynowy z koncentratu 4%, regulator kwasowości, kwas cytrynowy, substancja konserwująca: benzoosan sodu, przeciwutleniacze: kwas askorbinowy, aromat, barwnik luteina

#### **Paprykarz szczeciński:**

Składniki: Woda, 31% szprot rozdrobniony złowione w Morzu Bałtyckim, ryż, koncentrat pomidorowy, cebula, błonnik pszenny bezglutenowy, błonnik grochowy, sól, ocet spirytusowy, olej rzepakowy, papryka chilli mielona, aromat papryki, gorczyca

#### **Serek wiejski:**

Składniki: Twaróg ziarnisty, śmietanka pasteryzowana, sól

#### **Serek farmerski ziarnisty ze śmietanką**

Składniki: Ser twarogowy ziarnisty, śmietanka, sól

#### **Serek homogenizowany:**

Składniki: Mleko, śmietanka, cukier, naturalny aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych

#### **Płatki kukurydziane:**

Składniki: Kaszka kukurydziana 87 %, cukier, ekstrakt ze słodu/ jęczmiennego, sól

#### **Jogurt owocowy:**

Składniki: Mleko, cukier, skrobia modyfikowana, truskawki (2%), białka mleka, żelatyna wołowa, aromat, barwnik: karmin, żywe kultury bakterii

#### **Kefir:**

Składniki: Mleko odtłuszczone, żywe kultury bakterii i drożdży kefirowych

#### **Metka lososiowa: kielbasa surowa metka lososiowa**

Składniki: tłuszcz wieprzowy, mięso wieprzowe 22,9%, tkanka łączna wieprzowa, woda 4%, substancja konserwująca: azotyn sodu, cukier, przyprawy (w tym skorupiaki, ryby, laktoza z mleka), sól,

## **Szpital w Wąbrzeźnie**

aromat dymu wędzarniczego, aromaty

### **Półdewica Ani**

Produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony, w osłonce niejadalnej. Składniki: woda, filet z kurczaka 36%, skrobia, skórki wieprzowe 5%, białko sojowe, sól, białko wieprzowe, substancje zagęszczające (karagen, koniak), maltodekstryna, glukoza, stabilizatory (trifosforany, octany sodu), wzmacniacz smaku (glutaminian monosodowy), aromaty, przeciwutleniacz (izoaskorbinian sodu), substancja konserwująca (azotyn sodu)

**Wędlina krakowska wędzona- kielbasa wieprzowa**, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona, produkt w osłonce niejadalnej. Składniki: mięso wieprzowe 62%, woda, skrobia ziemniaczana, sól, błonnik pszenny, substancje zagęszczające: E 407, E415, izolat białka sojowego, białko wieprzowe kolagenowe, białka mleka, stabilizatory: E 450, E451, E 262, E 325, glukoza, regulatory kwasowości: E330, E 331, przeciwutleniacze: E 300, E316, przyprawy, wzmacniacz smaku: E 621, sacharoza, aromaty, maltodekstryna, barwnik E 120, substancja konserwująca: E 250.

### **Pasztet indykpol**

Pasztet drobiowy, drobnorozdrobniony, pieczony. Składniki: mięso oddzielone mechanicznie 52% (w tym z indyka 26%, z kurczaka 26%), skóry drobiowe, kasza manna ( z pszenicy), wątroba drobiowa 6,6%, skrobia ziemniaczana, sól, jaja kurze w proszku, białko sojowe, przyprawy ( w tym seler), ekstrakt selera, olej rzepakowy, hydrolizat białka sojowego, wzmacniacz smaku: E 621, przeciwutleniacz: E 316, regulator kwasowości: E 262, substancje konserwujące: E 202, E 214

### **Pierś wędzona**

Wędlina drobiowa, z połączonych kawałków mięsa, wędzona, parzona. Zawiera wodę dodaną. Produkt z osłonce kolagenowej wołowej, jadalnej, siatce niejadalnej. Składniki: filet z piersi indyka 37%, filet z piersi kurczaka 30%, woda, substancje żelujące: E407, stabilizatory: E451, błonnik pszenny, bezglutenowy, regulator kwasowości: E331, skrobia grochowa, przeciwutleniacz E 316, skrobia ziemniaczana, sól, substancja zagęszczająca: E 1422, maltodekstryna, wzmacniacz smaku E621, E 627, 631, aromaty, hydrolizat białka słonecznikowego, substancje konserwujące: azotyn sodu

## **Lista alergenów**

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,  
SKO - Skorupiaki i pochodne,  
RYB - Ryby i pochodne,  
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,  
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,  
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,  
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,  
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,  
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,  
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,  
JAJ - Jaja i pochodne,  
SOJ - Soja i pochodne,  
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,  
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,  
SEL - Seler i pochodne,  
MCK - Mięczaki i pochodne,  
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,