

**Szpital w Wąbrzeźnie**

Posiłek	Poniedziałek 23.02.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu/ <b>trzustkowa</b>
Śniadanie	Pieczywo razowe- pszenno- żytnie 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Krem czekoladowy 20 g Pomidor 80g Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 90 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Krem czekoladowy 20 g Pomidor (bez skóry) 80g Herbata 250 ml	Pieczywo razowe pszenno-żytnie 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 50g ( <b>SOJ</b> ) Twaróg w plastrach 30 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80g Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 90 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Twaróg w plastrach 30 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor (bez skóry) 80g Herbata 250 ml
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	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki po wiejsku z mięsem wieprzowym- pieczone 250 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z buraka 100 g Woda 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki po wiejsku z mięsem wieprzowym- pieczone 250 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z buraka 100 g Woda 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki po wiejsku z mięsem wieprzowym – pieczone 250 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z buraka 100 g Woda 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki po wiejsku z mięsem wieprzowym – pieczone 250 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z buraka 100 g 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> ) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g ( <b>JAJ, SOJ</b> ) Serek topiony ( <b>MLE</b> ) 20 g Ogórek kiszony 40 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g ( <b>JAJ, SOJ</b> ) Serek kanapkowy z ziołami ( <b>MLE</b> ) 20g Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g ( <b>JAJ, SOJ</b> ) Serek kanapkowy z ziołami ( <b>MLE</b> ) 20 g Ogórek kiszony 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g ( <b>JAJ, SOJ</b> ) Serek kanapkowy z ziołami ( <b>MLE</b> ) 20g Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g ( <b>JAJ, SOJ</b> ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g ( <b>JAJ, SOJ</b> ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g ( <b>JAJ, SOJ</b> ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g (1,6) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Paszтет drobiowo-warzywny 30 g ( <b>JAJ, SOJ</b> ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2150 kcal Białko: 98,2 g Tłuszcz: 63,7 g W tym nasycone kw. tł.: 18,5 g Węglowodany: 305,2 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 4,5 g Błonnik: 31,2 g	Energia: 2087 kcal Białko: 97,5 g Tłuszcz: 63 g W tym nasycone kw. tł.: 18,4 g Węglowodany: 295,7 g W tym cukry: 50,9 g Sól: 5,5 g Błonnik: 26,9 g	Energia: 1864 kcal Białko: 100,1 g Tłuszcz: 65 g W tym nasycone kw. tł.: 26,8 g Węglowodany: 224,1 g W tym cukry: 49,6 g Sól: 2,9 g Błonnik: 34 g	Energia: 2087 kcal Białko: 97,5 g Tłuszcz: 63 g W tym nasycone kw. tł.: 18,4 g Węglowodany: 295,7 g W tym cukry: 50,9 g Sól: 5,5 g Błonnik: 26,9 g

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

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Wtorek			
	24.02.2026			
	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> ) Twarożek z koperkiem 50g ( <b>MLE</b> ) Wędlina drobiowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 50g ( <b>MLE</b> ) Wędlina drobiowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 50g ( <b>MLE</b> ) Wędlina drobiowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 50g ( <b>MLE</b> ) Wędlina drobiowa 30g ( <b>SOJ</b> ) Sałata 10 g Herbata 250ml
II śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku ( <b>MLE</b> ) 200ml	Płatki kukurydziane na mleku ( <b>MLE</b> ) 200ml	Płatki kukurydziane na mleku ( <b>MLE</b> )	Płatki kukurydziane na mleku ( <b>MLE</b> )
Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpeciki wieprzowe pieczone 5 szt. ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos pieczarkowy z warzywami 100 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml	Zupa kalafiorowa 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpeciki wieprzowe pieczone 5 szt. ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos pieczarkowy z warzywami 100 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml	Zupa kalafiorowa 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpeciki wieprzowe pieczone 5 szt. ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos pieczarkowy z warzywami 100 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml	Zupa kalafiorowa 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpeciki wieprzowe pieczone 5 szt. ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos pieczarkowy z warzywami 100 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml
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> ) Ser żółty 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wątróbki 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> ) Pasta z wątróbki 50 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wątróbki 50 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wątróbki 50 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 15 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 40 g	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wątróbki 30 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wątróbki 30 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 40 g	Pieczywo mieszane 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wątróbki 30g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2439 kcal Białko: 129,8 g Tłuszcz: 84,3 g W tym nasycone kw. tł.: 31,8 g Węglowodany: 293,4 g W tym cukry: 52,7 g Sól: 7,3 g Błonnik: 27,3 g	Energia: 2472 kcal Białko: 127,4 g Tłuszcz: 90,5 g W tym nasycone kw. tł.: 32,3 g Węglowodany: 293,8 g W tym cukry: 52,6 g Sól: 7,7 g Błonnik: 22,1 g	Energia: 2224 kcal Białko: 121,7 g Tłuszcz: 87,2 g W tym nasycone kw. tł.: 33,1 g Węglowodany: 236,9 g W tym cukry: 51,6 g Sól: 4,7 g Błonnik: 30,1 g	Energia: 2472 kcal Białko: 127,4 g Tłuszcz: 90,5 g W tym nasycone kw. tł.: 32,3 g Węglowodany: 293,8 g W tym cukry: 52,6 g Sól: 7,7 g Błonnik: 22,1 g

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

## Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Środa			
	25.02.2026			
	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> ) 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 20 g 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 (6) Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 120 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	Zupa fasolowa z kielbasą 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Pierogi leniwe 250 g ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Sos jogurtowy 50 ml ( <b>MLE</b> ) Woda 200 ml	Zupa ryżanka 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Pierogi leniwe 250 g ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Sos jogurtowy 50 ml ( <b>MLE</b> ) Woda 200 ml	Zupa fasolowa z kielbasą 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Pierogi leniwe 250 g ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Sos jogurtowy 50 ml ( <b>MLE</b> ) Woda 200 ml	Zupa ryżanka 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Pierogi leniwe 250 g ( <b>GLU, MLE, JAJ</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>RYB</b> ) Ogórek kiszony 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>RYB, GOR</b> ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40g 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>RYB, GOR</b> ) Ogórek kiszony 40 g 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>RYB, GOR</b> ) Ogórek kiszony (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 kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 15 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo pszenno- żytnie 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 15 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 15 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2250 kcal Białko: 96,9 g Tłuszcz: 58,6 g W tym nasycone kw. tł.: 20,6 g Węglowodany: 340,7 g W tym cukry: 51,7 g Sól: 4,8 g Błonnik: 32,3 g	Energia: 2210 kcal Białko: 95 g Tłuszcz: 57,7 g W tym nasycone kw. tł.: 20,5 g Węglowodany: 338,1 g W tym cukry: 51,8 g Sól: 5,8 g Błonnik: 27,1 g	Energia: 2088 kcal Białko: 102,9 g Tłuszcz: 62,3 g W tym nasycone kw. tł.: 22,9 g Węglowodany: 281,4 g W tym cukry: 50,7 g Sól: 3,7 g Błonnik: 33,3 g	Energia: 2210 kcal Białko: 95 g Tłuszcz: 57,7 g W tym nasycone kw. tł.: 20,5 g Węglowodany: 338,1 g W tym cukry: 51,8 g Sól: 5,8 g Błonnik: 27,1 g

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

Posiłek	Czwartek			
	26.02.2026			
	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 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 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 120 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 200 ml (MLE)
	Krupnik 350 ml ( GLU, MLE, JAJ ) Ziemniaki gotowane 200 g Udko drobiowe pieczone 1 szt. Surówka z marchewki 100 g Sos jasny 50 ml ( GLU, MLE, JAJ ) Woda 200 ml	Krupnik 350 ml ( GLU, MLE, JAJ ) Ziemniaki gotowane 200 g Udko drobiowe pieczone 1 szt. Brokuł gotowany 100 g Sos jasny 50 ml ( GLU, MLE, JAJ ) Woda 200 ml	Krupnik 350 ml ( GLU, MLE, JAJ ) Ziemniaki gotowane 200 g Udko drobiowe pieczone 1 szt. Surówka z marchewki 100 g Sos jasny 50 ml ( GLU, MLE, JAJ ) Woda 200 ml	Krupnik 350 ml ( GLU, MLE, JAJ ) Ziemniaki gotowane 200 g Udko drobiowe pieczone 1 szt. Brokuł gotowany 100 g Sos jasny 50 ml (GLU, MLE, JAJ) Woda 200 ml
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo pszenno- żytnie 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 45 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 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Wędlina wieprzowa (SOJ) 30 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: 2536 kcal Białko: 101 g Tłuszcz: 68,8 g W tym nasycone kw. tł.: 24,6 g Węglowodany: 391,1 g W tym cukry: 52,2 g Sól: 6,1 g Błonnik: 40 g	Energia: 2341 kcal Białko: 98,9 g Tłuszcz: 62,7 g W tym nasycone kw. tł.: 21,6 g Węglowodany: 259,9 g W tym cukry: 52,1 g Sól: 6,3 g Błonnik: 35,3 g	Energia: 2285 kcal Białko: 96,6 g Tłuszcz: 65,1 g W tym nasycone kw. tł.: 21,9 g Węglowodany: 336,4 g W tym cukry: 51,7 g Sól: 4,4 g Błonnik: 42 g	Energia: 2341 kcal Białko: 98,9 g Tłuszcz: 62,7 g W tym nasycone kw. tł.: 21,6 g Węglowodany: 259,9 g W tym cukry: 52,1 g Sól: 6,3 g Błonnik: 35,3 g

## Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Piątek 27.02.2026			
	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) Jajka gotowane 2 szt. Ser żółty 30 g (MLE) Pomidor 80 g Kakao 250ml (MLE)	Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Jajka gotowane 2 szt. 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) Jajka gotowane 2 szt. Serek z papryką 30 g (MLE) Pomidor 80 g Kakao 250ml (MLE)	Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Jajka gotowane 2 szt. Serek z papryką 30 g (MLE) Pomidor (bez skóry) 80 g Kakao 250ml (MLE)
II śniadanie	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Obiad	Krem marchewkowy 350 ml ( GLU, MLE, JAJ ) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Sos o smaku cytrynowym 50 ml (GLU, MLE, JAJ) Woda 200 ml	Krem marchewkowy 350 ml (GLU, MLE, JAJ ) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Seler gotowany 100 g Sos o smaku cytrynowym 50 ml ( GLU, MLE, JAJ ) Woda 200 ml	Krem marchewkowy 350 ml ( GLU, MLE, JAJ ) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Sos o smaku cytrynowym 50 ml (GLU, MLE, JAJ) Woda 200 ml	Krem marchewkowy 350 ml (GLU, MLE, JAJ ) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Seler gotowany 100 g Sos o smaku cytrynowym 50 ml ( GLU, MLE, JAJ ) 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 pszenno- żytnie 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paprykarz 50 g (MLE, RYB, GOR) Wędlina wieprzowa 15 g (6) Ogórek kiszony 40 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paprykarz 50 g ( MLE, RYB, GOR ) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g (bez skóry) Herbata 250ml	Pieczywo pszenno- żytnie 45 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Paprykarz 50 g ( MLE, RYB, 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 ( MLE, RYB, GOR) Wędlina wieprzowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g (bez skóry) Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo pszenno- żytnie 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 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)
Wartość odżywcza	Energia: 2176 kcal Białko: 83,4 g Tłuszcz: 67,6 g W tym nasycone kw. tł.: 18,6 g Węglowodany: 314,6 g W tym cukry: 50,7 g Sól: 8 g Błonnik: 33,6 g	Energia: 2166 kcal Białko: 77,3 g Tłuszcz: 70,6g W tym nasycone kw. tł.: 24,3 g Węglowodany: 314,8 g W tym cukry: 50,6 g Sól: 8,2 g Błonnik: 29,5 g	Energia: 1927 kcal Białko: 73,9 g Tłuszcz: 67 g W tym nasycone kw. tł.: 21,3 g Węglowodany: 259,3 g W tym cukry: 49,8 g Sól: 8,4 g Błonnik: 36,4 g	Energia: 2166 kcal Białko: 77,3 g Tłuszcz: 70,6g W tym nasycone kw. tł.: 24,3 g Węglowodany: 314,8 g W tym cukry: 50,6 g Sól: 8,2 g Błonnik: 29,5 g

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

## Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Sobota 28.02.2026			
	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> ) Wędlina drobiowa 50g ( <b>SOJ</b> ) Miód pszczeli 20 g Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlina drobiowa 50g ( <b>SOJ</b> ) Miód pszczeli 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlina drobiowa 50g ( <b>SOJ</b> ) Serek z papryką 30 g Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlina drobiowa 50g ( <b>SOJ</b> ) Miód pszczeli 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
II śniadanie	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Obiad	Kapuśniak 350 ml ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Kasza jęczmienna 200 g Żołądki w sosie o smaku śmietankowym z warzywami- duszone 150 g ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Woda 200ml	Kapuśniak 350 ml ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Kasza jęczmienna 200 g Żołądki w sosie o smaku śmietankowym z warzywami- duszone 150 g ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Woda 200ml	Kapuśniak 350 ml ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Kasza jęczmienna 200 g Żołądki w sosie o smaku śmietankowym z warzywami- duszone 150 g (1,7,9) Woda 200ml	Kapuśniak 350 ml ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Kasza jęczmienna 200 g Żołądki w sosie o smaku śmietankowym z warzywami – duszone 150 g ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Woda 200ml
Podwieczorek	Biszkopty 30 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Biszkopty 30 g ( <b>GLU, JAJ</b> )1,3)	Maślanka 200 ml ( <b>MLE</b> )	Biszkopty 30 g ( <b>GLU, JAJ</b> )
Kolacja	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta domowa z mięsa wieprzowego 30 g ( <b>MLE</b> ) Serek topiony 30 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 40 g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta domowa z mięsa wieprzowego 30 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz 30 g ( <b>MLE, RYB, GOR</b> ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 60 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta domowa z mięsa wieprzowego 30 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz 30g ( <b>MLE, RYB, GOR</b> ) Ogórek kiszony 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta domowa z mięsa wieprzowego 30g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz 30 g ( <b>MLE, RYB, GOR</b> ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta domowa z mięsa wieprzowego 20 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta domowa z mięsa wieprzowego 20 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta domowa z mięsa wieprzowego 20 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta domowa z mięsa wieprzowego 20g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 1875 kcal Białko: 72,6 g Tłuszcz: 61,8 g W tym nasycone kw. tł.: 26,2 g Węglowodany: 261,4 g W tym cukry: 49,8 g Sól: 6,2 g Błonnik: 27,3 g	Energia: 1811 kcal Białko: 72,1 g Tłuszcz: 53,6 g W tym nasycone kw. tł.: 18,7 g Węglowodany: 269 g W tym cukry: 49,7 g Sól: 6,7 g Błonnik: 23,3 g	Energia: 1819 kcal Białko: 78,3 g Tłuszcz: 62,6 g W tym nasycone kw. tł.: 23,7 g Węglowodany: 236,9 g W tym cukry: 49,5 g Sól: 5,1 g Błonnik: 34,2 g	Energia: 1811 kcal Białko: 72,1 g Tłuszcz: 53,6 g W tym nasycone kw. tł.: 18,7 g Węglowodany: 269 g W tym cukry: 49,7 g Sól: 6,7 g Błonnik: 23,3 g

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

**Szpital w Wąbrzeźnie**

Posiłek	Niedziela 01.03.2026			
	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> ) Metka łososiowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlna wieprzowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Metka łososiowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) 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> ) Wędlna drobiowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlna wieprzowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Metka łososiowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Herbata 250ml
II śniadanie	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> )
Obiad	Zupa ogórkowa 350 ml ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowy mielony z pieczarkami i serem pieczone 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Surówka z marchewki 100 g Sos jasny 50 ml ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Woda 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowy mielony z pieczarkami i serem pieczone 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Marchewka gotowana 100 g Sos jasny 50 ml ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Woda 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowy mielony z pieczarkami i serem pieczone 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Surówka z marchewki 100 g Sos jasny 50 ml ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Woda 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowy mielony z pieczarkami i serem pieczone 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Marchewka gotowana 100 g Sos jasny 50 ml ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Woda 200 ml
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <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 45g ( <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 pszenno- żytnie 45g ( <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 45g ( <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
II kolacja	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 30 g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Sałata 10 g	Pieczywo mieszane 45 g (1,6) Masło 5g (7) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 30 g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Sałata 10 g	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 30 g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Sałata 10 g	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 30 g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Sałata 10 g
Wartość odżywcza	Energia: 2515 kcal Białko: 126,1 g Tłuszcz: 80,7 g W tym nasycone kw. tł.: 25,9 g Węglowodany: 329,4 g W tym cukry: 51,9 g Sól: 6,4 g Błonnik: 38,1 g	Energia: 2462 kcal Białko: 124,8 g Tłuszcz: 78 g W tym nasycone kw. tł.: 30,6 g Węglowodany: 327,1 g W tym cukry: 51,6 g Sól: 7,4 g Błonnik: 32 g	Energia: 2205 kcal Białko: 107,4 g Tłuszcz: 79,5 g W tym nasycone kw. tł.: 26,5 g Węglowodany: 270,8 g W tym cukry: 50,2 g Sól: 4,1 g Błonnik: 41 g	Energia: 2462 kcal Białko: 124,8 g Tłuszcz: 78 g W tym nasycone kw. tł.: 30,6 g Węglowodany: 327,1 g W tym cukry: 51,6 g Sól: 7,4 g Błonnik: 32 g

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

**Szpital w Wąbrzeźnie**

Posiłek	Poniedziałek			
	02.03.2026			
	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 drobiowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek świeży 80g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlina drobiowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (1,6) Masło 15g (7) Wędlina drobiowa 70 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek świeży 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 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, JAJ</b> ) Kurczak curry z warzywami i ryżem- duszone 350 g ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Woda 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Kurczak curry z warzywami i ryżem- duszone 350g ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Woda 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Kurczak curry z warzywami i ryżem- duszone 350 g ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Woda 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml ( <b>GLU, MLE, JAJ</b> ) Kurczak curry z warzywami i ryżem – duszone 350g ( <b>GLU, MLE, JAJ</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 pszenno- żytnie 45g ( <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 45g ( <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 45g ( <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 45g ( <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 pszenno- żytnie 45g ( <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 45g ( <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 45g ( <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 45g ( <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: 2097 kcal Białko: 78,8 g Tłuszcz: 62,5 g W tym nasycone kw. tł.: 21 g Węglowodany: 313,6 g W tym cukry: 50,7 g Sól: 4,9 g Błonnik: 28,4 g	Energia: 2133 kcal Białko: 79,9 g Tłuszcz: 62,1 g W tym nasycone kw. tł.: 21 g Węglowodany: 325,55 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 5,9 g Błonnik: 25,1 g	Energia: 1909 kcal Białko: 82 g Tłuszcz: 62,2 g W tym nasycone kw. tł.: 22,8 g Węglowodany: 259,1 g W tym cukry: 49,8 g Sól: 3,5 g Błonnik: 34,1 g	Energia: 2133 kcal Białko: 79,9 g Tłuszcz: 62,1 g W tym nasycone kw. tł.: 21 g Węglowodany: 325,55 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 5,9 g Błonnik: 25,1 g

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

Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Wtorek 03.03.2026			
	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> ) Paszтет drobiowo- warzywny 50 g ( <b>SOJ, JAJ</b> ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Paszтет drobiowo- warzywny 50 g ( <b>SOJ, JAJ</b> ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (1,6) Masło 15g (7) Paszтет drobiowo- warzywny 70 g ( <b>SOJ, JAJ</b> ) Pomidor 80 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g (1,6) Masło 15g (7) Paszтет drobiowo- warzywny 50 g ( <b>SOJ, JAJ</b> ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250ml
II śniadanie	Płatki owsiane na mleku (7) 200 ml	Płatki owsiane na mleku (7) 200ml	Płatki owsiane na mleku (7) 200ml	Płatki owsiane na mleku (7) 200ml
Obiad	Rosół z makaronem 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowy z warzywami pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Surówka Colesław 100 g ( <b>GOR</b> ) Sos jasny 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowy z warzywami pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Sos jasny 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowy z warzywami pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Surówka Colesław 100 g (10) Sos jasny 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowy z warzywami pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Sos jasny 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 30 g (6) Paprykarz 30 g ( <b>MLE, RYB, GOR</b> ) Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Paprykarz 30 g ( <b>MLE, RYB, GOR</b> ) Herbata 250ml	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Paprykarz 30 g ( <b>MLE, RYB, GOR</b> ) Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Paprykarz 30 g ( <b>MLE, RYB, GOR</b> ) Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz 20 g ( <b>MLE, RYB, GOR</b> ) Sałata 10 g	Pieczywo mieszane 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz 20 g ( <b>MLE, RYB, GOR</b> ) Sałata 10 g	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz 20 g ( <b>MLE, RYB, GOR</b> ) Sałata 10 g	Pieczywo mieszane 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz 20 g ( <b>MLE, RYB, GOR</b> ) Sałata 10 g
Wartość odżywcza	Energia: 2067 kcal Białko: 95,2 g Tłuszcz: 58,3 g W tym nasycone kw. tł.: 20,2 g Węglowodany: 300,3 g W tym cukry: 50,6 g Sól: 7 g Błonnik: 36,1 g	Energia: 1994 kcal Białko: 94,6 g Tłuszcz: 54,4 g W tym nasycone kw. tł.: 19,9 g Węglowodany: 294,8 g W tym cukry: 49,6 g Sól: 7,6 g Błonnik: 30,8 g	Energia: 1960 kcal Białko: 99,7 g Tłuszcz: 64 g W tym nasycone kw. tł.: 21,3 g Węglowodany: 251,1 g W tym cukry: 49,3 g Sól: 5,75 g Błonnik: 40,7 g	Energia: 1994 kcal Białko: 94,6 g Tłuszcz: 54,4 g W tym nasycone kw. tł.: 19,9 g Węglowodany: 294,8 g W tym cukry: 49,6 g Sól: 7,6 g Błonnik: 30,8 g

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

**Szpital w Wąbrzeźnie**

Posiłek	Środa 04.03.2026			
	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> ) Sałatka jarzynowa 70 g ( <b>JAJ, GOR, SEL</b> ) Wędlina drobiowa 20 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Sałatka jarzynowa 70 g ( <b>JAJ, GOR, SEL</b> ) Wędlina drobiowa 20 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Sałatka jarzynowa 70 g ( <b>JAJ, GOR, SEL</b> ) Wędlina drobiowa 20 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata 10 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 90 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Sałatka jarzynowa 70 g ( <b>JAJ, GOR, SEL</b> ) Wędlina drobiowa 20 g ( <b>SOJ</b> ) 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	Zupa grochowa 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Pierogi z kapustą i grzybami 6 szt. ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) Z cebulą Woda 200ml	Krem warzywny 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Pierogi z mięsem 6 szt. ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) Sos warzywny 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml	Zupa grochowa 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Pierogi z mięsem 6 szt. ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) Sos warzywny 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml	Krem warzywny 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Pierogi z mięsem 6 szt. ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) Sos warzywny 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml
Podwieczorek	Owoc 1szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Parówki 2 szt. ( <b>SOJ</b> ) Serek z koperkiem 10g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 40g STARKOWANE Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Parówki 2 szt. ( <b>SOJ</b> ) Serek z koperkiem ( <b>MLE</b> ) 10g Ogórek kiszony 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Parówki 2 szt. ( <b>SOJ</b> ) Serek z koperkiem ( <b>MLE</b> ) 10g Ogórek kiszony 40g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Parówki 2 szt. ( <b>SOJ</b> ) Serek z koperkiem ( <b>MLE</b> ) 10g Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Serek z koperkiem 20g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 40g	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Serek z koperkiem ( <b>MLE</b> ) 20g Ogórek kiszony (bez skóry) 40	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Serek z koperkiem ( <b>MLE</b> ) 20g Ogórek kiszony 40g	Pieczywo mieszane 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Serek z koperkiem ( <b>MLE</b> ) 20g Ogórek kiszony (bez skóry) 40g
Wartość odżywcza	Energia: 2425 kcal Białko: 86,6 g Tłuszcz: 79,25 g W tym nasycone kw. tł.: 22,2 g Węglowodany: 350,4 g W tym cukry: 51,9 g Sól: 5 g Błonnik: 40 g	Energia: 2435 kcal Białko: 107 g Tłuszcz: 85,45 g W tym nasycone kw. tł.: 27,2 g Węglowodany: 320 g W tym cukry: 52,2 g Sól: 8,2 g Błonnik: 26,9 g	Energia: 2257 kcal Białko: 106,9 g Tłuszcz: 83 g W tym nasycone kw. tł.: 27,5 g Węglowodany: 273,5 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 3,7 g Błonnik: 36,8 g	Energia: 2435 kcal Białko: 107 g Tłuszcz: 85,45 g W tym nasycone kw. tł.: 27,2 g Węglowodany: 320 g W tym cukry: 52,2 g Sól: 8,2 g Błonnik: 26,9 g

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

## Szpital w Wąbrzeźnie

Posiłek	Czwartek			
	05.03.2026			
	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 mieszane 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 (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 mieszane 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 (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	Krem pomidorowy 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Skrzydółka drobiowe pieczone 2 szt. Surówka z buraka 100 g Sos jasny 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml	Krem pomidorowy 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Skrzydółka drobiowe pieczone 2 szt. Surówka z buraka 100 g Sos jasny 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml	Krem pomidorowy 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Skrzydółka drobiowe pieczone 2 szt. Surówka z buraka 100 g Sos jasny 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> 1,7,9) Woda 200 ml	Krem pomidorowy 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Skrzydółka drobiowe pieczone 2 szt. Surówka z buraka 100 g Sos jasny 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml
Podwieczorek	Biszkopty 30 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Biszkopty 30 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> )	Biszkopty 30 g ( <b>GLU, JAJ</b> )
Kolacja	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <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 45g ( <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 45g ( <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 45g ( <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 pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 40g	Pieczywo mieszane 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski 1 szt. ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40 g	Pieczywo mieszane 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2299 kcal Białko: 94,25 g Tłuszcz: 65,7 g W tym nasycone kw. tł.: 22,5 g Węglowodany: 344,1 g W tym cukry: 51,4 g Sól: 6,6 g Błonnik: 35,5 g	Energia: 2240 kcal Białko: 87,1 g Tłuszcz: 65,5 g W tym nasycone kw. tł.: 23,5 g Węglowodany: 338,2 g W tym cukry: 51,5 g Sól: 7,4 g Błonnik: 28,6 g	Energia: 2069 kcal Białko: 102,6 g Tłuszcz: 71,4 g W tym nasycone kw. tł.: 28,2 g Węglowodany: 260,6 g W tym cukry: 50,2 g Sól: 4,7 g Błonnik: 37,7 g	Energia: 2240 kcal Białko: 87,1 g Tłuszcz: 65,5 g W tym nasycone kw. tł.: 23,5 g Węglowodany: 338,2 g W tym cukry: 51,5 g Sól: 7,4 g Błonnik: 28,6 g

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

Posiłek	Piątek 06.03.2026			
	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> ) Twaróg w kostce 50 g ( <b>MLE</b> ) Wędlina drobiowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata 10 g Kakao ( <b>MLE</b> ) 250 ml	Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Twaróg w kostce 50 g ( <b>MLE</b> ) Wędlina drobiowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata 10 g Kakao (7) 250 ml	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Twaróg w kostce 50 g ( <b>MLE</b> ) Wędlina drobiowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata 10 g Kakao (7) 250 ml	Pieczywo mieszane 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Twaróg w kostce 50 g ( <b>MLE</b> ) Wędlina drobiowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata 10 g Kakao (7) 250 ml
II śniadanie	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Obiad	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Śledź w śmietanie 100 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Woda 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z ryby parowanej 100 g Marchewka gotowana 100 g Sos koperkowy 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z ryby parowanej 100 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Sos koperkowy 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z ryby parowanej 100 g Marchewka gotowana 100 g Sos koperkowy 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml
Podwieczorek	Mus owocowy 1 szt.	Mus owocowy 1 szt.	Serek wiejski 1 szt. (7)	Mus owocowy 1 szt.
Kolacja	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Serek topiony 30 g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy 30 g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Wędlina wieprzowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy 30 g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Wędlina wieprzowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy 30 g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Wędlina wieprzowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor (bez skóry) 40g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Serek topiony 20 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40 g	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy 30 g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Pomidor (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy 30 g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Pomidor 40 g	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy 30 g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Pomidor (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2150 kcal Białko: 98,6 g Tłuszcz: 70 g W tym nasycone kw. tł.: 28,9 g Węglowodany: 292,3 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 8 g Błonnik: 39 g	Energia: 1971 kcal Białko: 97,2 g Tłuszcz: 45,8 g W tym nasycone kw. tł.: 18,5 g Węglowodany: 308,1 g W tym cukry: 49,8 g Sól: 6,8 g Błonnik: 29,8 g	Energia: 1908 kcal Białko: 114,85 g Tłuszcz: 57,5 g W tym nasycone kw. tł.: 21,2 g Węglowodany: 238 g W tym cukry: 49,6 g Sól: 4,2 g Błonnik: 42,1 g	Energia: 1971 kcal Białko: 97,2 g Tłuszcz: 45,8 g W tym nasycone kw. tł.: 18,5 g Węglowodany: 308,1 g W tym cukry: 49,8 g Sól: 6,8 g Błonnik: 29,8 g

**Szpital w Wąbrzeźnie**

Posiłek	Sobota			
	07.03.2026			
	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 domowa z mięsa wieprzowego 50 g ( <b>MLE</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 domowa z mięsa wieprzowego 50g ( <b>MLE</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 domowa z mięsa wieprzowego 50g ( <b>MLE</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 domowa z mięsa wieprzowego 50g ( <b>MLE</b> ) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250 ml
II śniadanie	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> )
Obiad	Krem z cukinii i kalafiora 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem-duszone 100 g Sos warzywny 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda z 200ml	Krem z cukinii i kalafiora 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem-duszone 100 g Sos warzywny 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml	Krem z cukinii i kalafiora 350 ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200 g Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem-duszone 100 g Sos warzywny 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml	Krem z cukinii i kalafiora 350 ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200 g Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem-duszone 100 g Sos warzywny 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlna 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> ) Wędlna drobiowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlna 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> ) Wędlna 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 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlna wieprzowa 20g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40g	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 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlna wieprzowa 20 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40g
Wartość odżywcza	Energia: 2156 kcal Białko: 109,9 g Tłuszcz: 70,4 g W tym nasycone kw. tł.: 24,9 g Węglowodany: 279,6 g W tym cukry: 51,2 g Sól: 4,8 g Błonnik: 34,9 g	Energia: 2115 kcal Białko: 108,7 g Tłuszcz: 109,5 g W tym nasycone kw. tł.: 24,8 g Węglowodany: 278,8 g W tym cukry: 51,1 g Sól: 5,8 g Błonnik: 29,4 g	Energia: 2142 kcal Białko: 104,6 g Tłuszcz: 79,1 g W tym nasycone kw. tł.: 29,6 g Węglowodany: 257,6 g W tym cukry: 50,7 g Sól: 3,9 g Błonnik: 40 g	Energia: 2115 kcal Białko: 108,7 g Tłuszcz: 109,5 g W tym nasycone kw. tł.: 24,8 g Węglowodany: 278,8 g W tym cukry: 51,1 g Sól: 5,8 g Błonnik: 29,4 g

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

**Szpital w Wąbrzeźnie**

Posiłek	Niedziela 08.03.2026			
	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 drobiowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Dżem brzoskwinowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 80 g Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 90 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlina drobiowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Dżem brzoskwinowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250 ml	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlina drobiowa 70 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Herbata 250 ml	Pieczywo mieszane 90 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 15g ( <b>MLE</b> ) Wędlina drobiowa 50 g ( <b>SOJ</b> ) Dżem brzoskwinowy, niskosłodzony 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata 250 ml
II śniadanie	Jogurt owocowy ( <b>MLE</b> ) 1 szt.	Jogurt owocowy ( <b>MLE</b> ) 1 szt.	Jogurt naturalny ( <b>MLE</b> ) 1 szt.	Jogurt owocowy ( <b>MLE</b> ) 1 szt.
Obiad	Zupa ziemniaczana z groszkiem i kielbasą 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Kasza kuskus gotowana 200 g ( <b>GLU</b> ) Potrawka warzywna z ciecierzycą duszona 150 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml	Zupa ziemniaczana z groszkiem i kielbasą 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Kasza kuskus gotowana 200 g ( <b>GLU</b> ) Potrawka warzywna z ciecierzycą duszona 150 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml	Zupa ziemniaczana z groszkiem i kielbasą 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Kasza kuskus gotowana 200 g ( <b>GLU</b> ) Potrawka warzywna z ciecierzycą duszona 150 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml	Zupa ziemniaczana z groszkiem i kielbasą 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Kasza kuskus gotowana 200 g ( <b>GLU</b> ) Potrawka warzywna z ciecierzycą duszona 150 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Woda 200ml
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 15 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 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> ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 15 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 40 g Herbata 250ml	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Wędlina wieprzowa 15 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata 250ml
II kolacja	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane 2 szt. Wędlina wieprzowa 15 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane 2 szt. Wędlina wieprzowa 15 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g	Pieczywo pszenno- żytnie 45g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane 2 szt. Wędlina wieprzowa 15 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 40 g	Pieczywo mieszane 45 g ( <b>GLU, ŻYT, SOJ</b> ) Masło 5g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane 2 szt. ( <b>bez żółtka</b> ) Wędlina wieprzowa 15 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g
Wartość odżywcza	Energia: 2284 kcal Białko: 82,2 g Tłuszcz: 63,7 g W tym nasycone kw. tł.: 17,7 g Węglowodany: 350,5 g W tym cukry: 51,7 g Sól: 6,2 g Błonnik: 34,1 g	Energia: 2254 kcal Białko: 81,1 g Tłuszcz: 62,8 g W tym nasycone kw. tł.: 17 g Węglowodany: 350,2 g W tym cukry: 52,2 g Sól: 7,2 g Błonnik: 28,9 g	Energia: 2000 kcal Białko: 81,9 g Tłuszcz: 62,5 g W tym nasycone kw. tł.: 18,75 g Węglowodany: 278,1 g W tym cukry: 50,3 g Sól: 4,8 g Błonnik: 36,6 g	Energia: 2254 kcal Białko: 81,1 g Tłuszcz: 62,8 g W tym nasycone kw. tł.: 17 g Węglowodany: 350,2 g W tym cukry: 52,2 g Sól: 7,2 g Błonnik: 28,9 g

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

Dzień tygodnia	Posiłki
Poniedziałek	<p><b>Pasztet drobiowo- warzywny: kupny : pasztet indykpol- mięso z indyka, kurczaka, z włoszczyzną</b>  Składniki: <b>Serek kanapkowy</b> z papryką- serek kanapkowy plus papryka pokrojona</p> <p><b>Zupa pomidorowa z makaronem</b>  Składniki: Koncentrat pomidorowy, <b>makaron biały, mąka pszenna, kremówka łosicka, włoszczyzna krojona w paski</b>, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól</p> <p><b>Ziemniaki po wiejsku z mięsem wieprzowym</b>  Składniki: ziemniaki krojone w plastry, mięso z łopatki wieprzowej, <b>włoszczyzna paski</b>, olej rzepakowy, sól, pieprz, czosnek</p>
Wtorek	<p><b>Twarożek ze szczypiorkiem:</b>  <b>Ser twarogowy, półtłusty, jogurt naturalny/ majonez, szczypiorek</b></p> <p><b>Pasta z wątróbki:</b>  Składniki: Wątróbka, <b>masło</b>, majeranek, sól, pieprz</p> <p><b>Zupa kalafiorowa:</b>  <b>Składniki:</b> kalafior, <b>włoszczyzna</b>, ziemniaki, mąka ziemniaczana, <b>kremówka łosicka</b>, woda, czosnek, sól, pieprz</p> <p><b>Sos pieczarkowy z warzywami :</b>  <b>Składniki:</b> kremówka łosicka, pieczarki, <b>włoszczyzna paski, mąka pszenna</b>, sól, pieprz, czosnek, majeranek</p> <p><b>Pulpeciki wieprzowe</b>  Składniki: Mięso wieprzowe, <b>bulka tarta</b>, pieprz, sól, <b>jajka</b></p>
Środa	<p><b>Pasta rybna:</b>  <b>Ryba/ makrela wędzona, włoszczyzna, majonez, sól, pieprz</b>  Majonez: olej rzepakowy, <b>żółtko jaja</b>, ocet spirytusowy, ocet winny, <b>gorczyca</b>, woda, cukier, sól</p> <p><b>Zupa fasolowa z kielbasą</b>  <b>Składniki:</b> Fasola biała, ziemniaki, mąka ziemniaczana, <b>mąka pszenna, włoszczyzna</b>, koncentrat pomidorowy, kielbasa, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól, czosnek, pieprz</p> <p><b>Pierogi leniwe:</b>  <b>Składniki:</b> <b>Mąka pszenna</b>, mąka ziemniaczana, ziemniaki, <b>twaróg półtłusty, jajko</b>, sól, cukier</p>

## Szpital w Wąbrzeźnie

	<p><b>Sos jogurtowy</b></p> <p><b>Składniki:</b> Jogurt naturalny, cukier</p>
<b>Czwartek</b>	<p><b>Salatka makaronowa:</b> 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>Krupnik:</b> Składniki: Kasza jęczmienna, ziemniak, włoszczyzna, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól</p> <p><b>Surówka z marchewki:</b> Składniki: marchew, cukier, rodzynki, kwas cytrynowy- regulator kwasowości</p>
<b>Piątek</b>	<p><b>Pasta jajeczna:</b> Składniki: Jajka gotowane, jogurt naturalny/ majonez, sól, pieprz</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 losicka (wyrób śmietanopodobny)- Mleko odtłuszczone, oleje roślinne (palmowy, kokosowy), śmietanka, emulgator (mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych), celuloza, karagen, aromat śmietankowy, barwnik (E160a)</p> <p><b>Krem marchewkowy:</b> Składniki: marchew, mąka pszenna, typ 500, mąka ziemniaczana, sól biała, kremówka losicka, włoszczyzna, woda, ziele angielskie, ziemniaki, cukier, Liść laurowy, suszony</p> <p><b>Kotlet rybny pieczony</b> Składniki: Dorsz, bułka tarta, cebula, jajka, olej rzepakowy, sól, pieprz</p> <p><b>Surówka z ogórka kiszzonego:</b> Składniki: ogórek kiszony, papryka konserwowa, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, koper, pieprz</p>
<b>Sobota</b>	<p><b>Pasta z mięsa wieprzowego:</b> Składniki: Mięso z łopatki wieprzowej, masło, włoszczyzna krojona, sól, pieprz, przyprawy</p> <p><b>Żołądki drobiowe w sosie pomidorowym z warzywami</b> Składniki: Żołądki drobiowe, sos o smaku śmietankowym: kremówka losicka, mąka ziemniaczana, włoszczyzna, ziele angielskie, liść laurowy, woda, sól, pieprz, majeranek</p> <p><b>Kapuśniak:</b> Składniki: Kapusta kiszona, ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, kremówka losicka, włoszczyzna, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz</p>
<b>Niedziela</b>	<p><b>Pasta z ciecierzycy i ogórka kiszzonego:</b></p>

Szpital w Wąbrzeźnie

	<p>Składniki: Ciecierzycza zalewa, ogórek kiszony, rzodkiewka, <b>majonez</b>, sól, pieprz</p> <p><b>Kotlet wieprzowy z pieczarką i serem:</b> Składniki: Mięso wieprzowe- łopatka, pieczarki, <b>ser żółty</b>, <b>bulka tarta</b>, pieprz, sól, <b>jajka</b></p> <p><b>Sos jasny:</b> Składniki: <b>mąka pszenna</b>, pieprz czarny, sól biała, majeranek</p> <p><b>Zupa ogórkowa:</b> Składniki: Ogórki kiszone, ziemniaki, mąka ziemniaczana, <b>mąka pszenna</b>, <b>kremówka łosicka</b> (wyrób śmietanopodobny)- <b>Mleko odtłuszczone</b>, oleje roślinne (palmowy, kokosowy), śmietanka, emulgator (mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych), celuloza, karagen, aromat śmietankowy, barwnik (E160a), włoszczyzna krojona w paski, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól</p> <p><b>Surówka z marchewki:</b> Składniki: marchew, cukier, rodzyunki, kwas cytrynowy- regulator kwasowości</p>
<b>Poniedziałek</b>	<p><b>Pasta jajeczna:</b> <b>Składniki: Jajka gotowane, jogurt naturalny/ majonez</b>, sól, pieprz Majonez składniki: olej rzepakowy, woda, <b>żółtko jaja</b>, cukier, ocet spirytusowy, ocet winny, sól, <b>gorczyca</b> Serek ze koperkiem: składniki: <b>ser kanapkowy</b> i dodany koperek</p> <p><b>Kurczak curry po chińsku z ryżem i warzywami:</b> <b>Składniki:</b> Mięso z piersi kurczaka, curry, słodka papryka, cebula, czosnek, imbir, mieszanka warzyw chińska, ryż biały, papryka, <b>kremówka łosicka</b>, mąka ziemniaczana, <b>pszenna</b>, sól, pieprz, czosnek</p> <p><b>Zupa jarzynowa:</b> <b>Składniki:</b> Ziemniaki, mąka ziemniaczana, <b>mąka pszenna</b>, <b>kremówka łosicka</b>, <b>włoszczyzna</b> krojona w paski, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól</p>
<b>Wtorek</b>	<p><b>Rosół z makaronem:</b> <b>Składniki:</b> Bulion drobiowy, marchew, pietruszka korzenna, <b>seler</b>, cebula, sól, pieprz, czosnek granulowany, ziele angielskie, liść laurowy; <b>makaron pszenny</b></p> <p><b>Sos jasny:</b> <b>Składniki:</b> Majeranek, suszone, <b>mąka pszenna</b>, pieprz czarny, sól biała</p> <p><b>Surówka Colesław:</b> <b>Składniki:</b> Kapusta biała, dressing colesław, cebula, cukier, sól, marchew, kwas cytrynowy</p> <p><b>Kotlet wieprzowy z warzywami:</b> <b>Składniki:</b> Mięso wieprzowe, <b>bulka tarta</b>, bukiet warzyw, pieprz, sól, <b>jajka</b></p>
<b>Środa</b>	<p><b>Salatka jarzynowa:</b> <b>Składniki:</b> majonez, kukurydza, konserwowa, sól biała, <b>włoszczyzna</b> krojona w paski, ziemniaki, <b>jajka</b></p>

Szpital w Wąbrzeźnie

	<p><b>Zupa grochowa:</b>  <b>Składniki:</b> Groch łuskany, ziemniaki, mąka ziemniaczana, <b>mąka pszenna, kremówka łosicka, włoszczyzna</b> krojona w paski, w kostkę/ marchew kostka, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz.</p> <p><b>Krem warzywny:</b>  <b>Składniki:</b> Włoszczyzna, brokuły, ziemniaki, woda, sól, pieprz, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy</p> <p><b>Sos warzywny:</b>  Składniki: Majeranek, suszone, <b>mąka pszenna, włoszczyzna</b>, pieprz czarny, sól biała</p> <p><b>Pierogi z kapustą i grzybami:</b>  <b>Składniki:</b> Kapusta kiszona, błonnik Interfarsz, podgrzybek, cebula, cukier, sól, pieprz, <b>mąka pszenna</b>, olej rzepakowy, <b>jaja</b>, woda, interfiber ciasto</p> <p><b>Pierogi z mięsem:</b>  <b>Błonnik</b> Łopatka, <b>mąka pszenna</b>, olej rzepakowy, <b>jaja</b>, woda, interfiber ciasto, majeranek czosnek, pieprz, sól, olej rzepakowy Woda</p>
<p><b>Czwartek</b></p>	<p><b>Pasta rybna:</b>  <b>Ryba/ makreła wędzona, włoszczyzna, majonez</b>, sól, pieprz  Majonez: olej rzepakowy, <b>żółtko jaja</b>, ocet spirytusowy, ocet winny, <b>gorczyca</b>, woda, cukier, sól</p> <p><b>Sos jasny:</b>  Składniki: <b>mąka pszenna</b>, pieprz czarny, sól biała, majeranek</p> <p><b>Krem pomidorowy:</b>  Składniki: Koncentrat pomidorowy, <b>mąka pszenna, kremówka łosicka, włoszczyzna</b> krojona w paski, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz</p> <p><b>Surówka z buraka:</b>  Składniki: burak, cukier, przyprawa uniwersalna, pieprz mielony, kwas cytrynowy- regulator kwasowości</p>
<p><b>Piątek</b></p>	<p><b>Sos koperkowy</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), <b>włoszczyzna paski, kremówka łosicka</b> (wyrób śmietanopodobny)- Mleko odtłuszczone, oleje roślinne (palmowy, kokosowy), śmietanka, emulgator (mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych), celuloza, karagen, aromat śmietankowy, barwnik (E160a), koper</p> <p><b>Surówka firmowa- z kapusty:</b>  Składniki: Kapusta kiszona, marchew, kukurydza konserwowa, papryka konserwowa, cukier, olej rzepakowy, koper, pieprz</p> <p><b>Pasta z ciecierzycy i ogórka kiszzonego:</b>  Składniki: Ciecierzycza zalewa, ogórek kiszony, rzodkiewka, <b>majonez</b>, sól, pieprz</p>

Szpital w Wąbrzeźnie

	<p><b>Zupa z fasolki szparagowej</b></p> <p>Fasolka szparagowa, ziemniaki, mąka ziemniaczana, <b>mąka pszenna, kremówka łosicka, włoszczyzna</b> , woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól, czosnek, pieprz</p>
<b>Sobota</b>	<p><b>Wątróbka duszona z jabłkiem i cebulą:</b> Składniki: Wątróbka kurczaka, cebula, jabłko, <b>mąka pszenna</b>, olej rzepakowy, majeranek, suszony, sól biała</p> <p><b>Sos jasny z warzywami:</b> Składniki: Majeranek, suszone, <b>mąka pszenna</b>, typ 500, pieprz czarny, Sól biała, <b>kremówka łosicka, włoszczyzna</b></p> <p><b>Krem z cukinii i kalafiora</b> Składniki: Ziemniaki, cukinia, kalafior, <b>seler korzeniowy</b>, woda, <b>mąka pszenna</b>, typ 500 ,mąka ziemniaczana, ziele angielskie, Liść laurowy, suszony</p> <p><b>Pasta z mięsa wieprzowego:</b> Składniki: Mięso z łopatki wieprzowej, <b>masło, włoszczyzna</b> krojona, sól, pieprz, przyprawy</p>
<b>Niedziela</b>	<p><b>Potrąwka warzywna z kaszą kuskus</b></p> <p>Składniki: Pulpa pomidorowa, papryka, cebula, cukinia, ciecierzycyca, olej rzepakowy, <b>kuskus, włoszczyzna</b> krojona w kostkę, pieprz, czosnek, pieprz, sól</p> <p><b>Zupa ziemniaczana z groszkiem i kielbasą:</b></p> <p>Ziemniaki, groszek, mąka ziemniaczana, kielbasa, <b>mąka pszenna, kremówka łosicka, włoszczyzna</b> krojona w paski, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól</p>

## Szpital w Wąbrzeźnie

### 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

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

#### Półdwica 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, wzmacniacz 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, wzmacniacz 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

## **Szpital w Wąbrzeźnie**

### **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 łososiowa: kielbasa surowa metka łososiowa**

**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, aromat dymu wędzarniczego, aromaty

### **Połędwica 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 pszeniczny,
- 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,