Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana w Starogardzie Gdańskim

Podmiot Leczniczy Samorządu Województwa Pomorskiego

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana

sobota, 11 październik 2025

DIETA			I - podstawowa		II - lekkostrawna		VI - niski indeks glikiemiczny		VIII - bezlaktozowa		IX - bezglutenowa	
ŚNIADANIE	I	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Chleb graham *1/	100g	Chleb graham *1/	100g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		2	Wędlina opiekana z cebulą +1/+3/+6/+7/+9/+10/+12/	100g	Serdelki drobiowe gotowane	120g	Serdelki drobiowe gotowane	120g	Serdelki drobiowe gotowane	120g	Serdelki drobiowe gotowane	120g
		3	Ketchup łagodny	20g	Pomidor	80g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Dżem porzeczkowy 100	100g
		4	Pomidor	50g	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g	Pomidor	50g
		5	Ogórek kiszony	30g	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g	Margaryna Delma +7/	20g	Ogórek kiszony	30g
		6	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g							Herbata naturalna	250g
		7	Masło ekstra *7/	15g							Masło ekstra *7/	15g
		8										
		9										
		10										
	II	1	Mandarynka	200g	Mandarynka	200g	Mandarynka	200g	Mandarynka	200g	Mandarynka	200g
		2										
		3										
OBIAD		1	Grochowa z mięsem i ziemniakami +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Makaron na słodko *1/+3/+6/*7/+9/+10/	200g	Risotto mięsno-jarzynowe w sosie pomidorowym (IG) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/	500g	Risotto mięsno-jarzynowe w sosie pomidorowym (IG) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/	500g	Grochowa z mięsem i ziemniakami +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g
		2	Makaron na słodko *1/+3/+6/*7/+9/+10/	200g	Surówka z marchewki i jabłka *7/+9/+12/	150g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Risotto mięsno-jarzynowe w sosie pomidorowym BG +1/+3/+5/+6/+7/*9/+10/	500g
		3	Surówka z marchewki i jabłka *7/+9/+12/	200g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g						
		4										
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1										
		2										
		3										
KOLACJA	I	1	Chleb graham *1/	100g	Bułka pszenna *1/	200g	Chleb graham *1/	150g	Margaryna Delma +7/	20g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Twarożek Grani *7/	200g	Margaryna Delma +7/	20g
		3	Margaryna Delma +7/	20g	Twarożek Grani *7/	200g	Twarożek Grani *7/	200g	Ogórek świeży	50g	Ogórek świeży	50g
		4	Twarożek Grani *7/	200g	Pomidor	50g	Ogórek świeży	50g	Chleb graham *1/	150g	Pasztet z pomidorami sojowy (gotowy)	113g
		5	Ogórek świeży	50g	Herbata naturalna	250g	Herbata naturalna	250g	Herbata naturalna	250g	Herbata naturalna	250g
		6	Herbata naturalna	250g								
		7										
		8										
		9										
		10										
	II	1	Sok pomidorowy	300g	Sok pomidorowy	300g	Sok pomidorowy	300g	Sok pomidorowy	300g	Sok pomidorowy	300g
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	3035,6	wartość energetyczna	2506,5	wartość energetyczna	2314,4	wartość energetyczna	2283,2	wartość energetyczna	2952,6
g	białko ogółem	160,33	białko ogółem	112,22	białko ogółem	114,46	białko ogółem	114,35	białko ogółem	125,81
g	węglowodany ogółem	398,3	węglowodany ogółem	374,87	węglowodany ogółem	336,11	węglowodany ogółem	336,01	węglowodany ogółem	393,55
g	w tym: cukry	21,935	w tym: cukry	24,9	w tym: cukry	16,23	w tym: cukry	16,23	w tym: cukry	53,372
g	tłuszcze ogółem	97,957	tłuszcze ogółem	66,54	tłuszcze ogółem	66,491	tłuszcze ogółem	63,116	tłuszcze ogółem	99,297
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,82	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	8,572	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	14,967	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	6,759	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	20,604
g	błonnik	43,675	błonnik	27,62	błonnik	37,83	błonnik	37,83	błonnik	58,365
mg	sól	3,0207	sól	2,3982	sól	2,3923	sól	2,3923	sól	2,9386

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin

(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowanie, (s)- smażone, (d) - duszone, (p) pieczone.

W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana w Starogardzie Gdańskim

Podmiot Leczniczy Samorządu Województwa Pomorskiego

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana

sobota, 11 październik 2025

DIETA			I A - podstawowa		X - wegetariańska		VI - niski indeks glikiemiczny					
ŚNIADANIE	I	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb graham *1/	100g				
		2	Wędlina opiekana z cebulą +1/+3/+6/+7/+9/+10/+12/	100g	Herbata naturalna	250g	Serdelki drobiowe gotowane	120g				
		3	Ketchup łagodny	20g	Pasta z fasoli *3/+7/+9/+12/	80g	Pomidor 80g	80g				
		4	Pomidor	50g	Pomidor 80g	80g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g				
		5	Ogórek kiszony	30g	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g				
		6	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g								
		7	Masło ekstra *7/	15g								
		8										
		9										
		10										
	II	1	Mandarynka	200g	Mandarynka	200g	Mandarynka	200g				
		2										
		3										
OBIAD		1	Grochowa z mięsem i ziemniakami +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Risotto jarzynowe w sosie pomidorowym *1/+3/+5/+6/+7/*9/+10/	500g	Risotto mięsno-jarzynowe w sosie pomidorowym (IG) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/	500g				
		2	Makaron na słodko *1/+3/+6/*7/+9/+10/	200g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g				
		3	Surówka z marchewki i jabłka *7/+9/+12/	200g								
		4										
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1	Budyń śmietankowy +1/+3/+6/*7/	250g	Budyń śmietankowy +1/+3/+6/*7/	250g	Gruszka	100g				
		2										
		3										
KOLACJA	I	1	Chleb graham *1/	100g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g				
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Chleb graham *1/	100g	Twarożek Grani *7/	200g				
		3	Margaryna Delma +7/	20g	Chleb oliwski *1/	50g	Ogórek świeży	50g				
		4	Twarożek Grani *7/	200g	Ogórek świeży	50g	Chleb graham *1/	150g				
		5	Ogórek świeży	50g	Twarożek Grani *7/	200g	Herbata naturalna	250g				
		6	Herbata naturalna	250g	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g						
		7										
		8										
		9										
		10										
	II	1	Sok pomidorowy	300g	Sok pomidorowy	300g	Sok pomidorowy	300g				
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	3305,3	wartość energetyczna	2552,1	wartość energetyczna	2372,4					
g	białko ogółem	168,92	białko ogółem	112,25	białko ogółem	115,06					
g	węglowodany ogółem	446,03	węglowodany ogółem	413,55	węglowodany ogółem	350,51					
g	w tym: cukry	32,415	w tym: cukry	28,66	w tym: cukry	18,03					
g	tłuszcze ogółem	102,96	tłuszcze ogółem	55,11	tłuszcze ogółem	66,691					
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,82	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	8,86	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	15,007					
g	błonnik	43,705	błonnik	31,12	błonnik	39,93					
mg	sól	3,021	sól	2,3722	sól	2,3973					

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin

(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowanie, (s)- smażone, (d) - duszone, (p) pieczone.

W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana w Starogardzie Gdańskim

Podmiot Leczniczy Samorządu Województwa Pomorskiego

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana

niedziela, 12 październik 2025

DIETA			I - podstawowa		II - lekkostrawna		VI - niski indeks glikemiczny		VIII - bezlaktozowa		IX - bezglutenowa	
ŚNIADANIE	I	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Chleb graham *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		2	Ser gouda 70g *7/	70g	Dżem truskawkowy (50)	50g	Ogórek kiszony	50g	Dżem truskawkowy (50)	50g	Masło *7/	20g
		3	Ketchup łagodny	20g	Pomidor	80g	Herbata zielona	250g	Ogórek kiszony	50g	Pasta z groszku (d.wegańska) +7/+9/+12/	80g
		4	Dżem truskawkowy (50)	50g	Herbata zielona	250g	Wędlina konserwowa drobiowa 70g +7/+10/	70g	Pomidor	30g	Dżem truskawkowy (50)	50g
		5	Ogórek kiszony	50g	Wędlina krakowska drobiowa 70g +6/+7/+9/+10/	70g	Masło ekstra *7/	15g	Herbata zielona	250g	Ogórek kiszony	50g
		6	Pomidor	30g	Masło ekstra *7/	15g	Pomidor 30g	30g	Wędlina konserwowa drobiowa 70g +7/+10/	70g	Pomidor	30g
		7	Kakao +1/+3/+5/+6/*7/+8/+9/ +10/+11/	250g					Margaryna Delma +7/	20g	Herbata zielona	250g
		8	Masło ekstra *7/	15g								
		9										
		10										
	II	1	Jabłko	100g	Jabłko	100g	Jabłko	100g	Jabłko	100g	Jabłko	100g
		2										
		3										
OBIAD		1	Schab w sosie kremowo-pieczarkowym +1/*7/+8/+9/+11/+12/	300g	Schab gotowany +5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/	110g	Schab gotowany +5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/	110g	Schab gotowany BL +5/+6/+8/*9/+10/+11/	110g	Ziemniaczana (dieta) +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g
		2	Kasza jęczmienna ugotowana *1/	200g	Ziemniaki ugotowane	300g	Kasza jęczmienna ugotowana *1/	200g	Kasza jęczmienna ugotowana *1/	200g	Schab gotowany BG +5/+6/+8/*9/+10/+11/	110g
		3	Marchewka z groszkiem *7/	150g	Marchewka gotowana *7/	150g	Mizeria na jogurcie (d VI) *7/+9/+12/	150g	Marchewka z groszkiem *7/	150g	Ziemniaki ugotowane	400g
		4	Zupa krem z soczewicy +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa ziemniaczana (dieta) +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa krem z soczewicy +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa ziemniaczana (dieta) +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g		
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1										
		2										
		3										
KOLACJA	I	1	Chleb graham *1/	100g	Bułka pszenna *1/	200g	Chleb graham *1/	150g	Chleb graham *1/	100g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna Delma +7/	20g
		3	Margaryna Delma +7/	20g	Pomidor	50g	Papryka czerwona	50g	Margaryna Delma +7/	20g	Papryka czerwona	50g
		4	Papryka czerwona	50g	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/ +11/	250g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g	Papryka czerwona	50g	Herbata naturalna	250g
		5	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/ +11/	250g	Baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g	Baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g	Wędlina baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g
		6	Baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g					Baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g		
		7										
		8										
		9										
		10										
	II	1	Mus warzywny	100g	Mus warzywny	100g	Mus warzywny	100g	Mus warzywny	100g	Mus warzywny	100g
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	2947,4	wartość energetyczna	2353,7	wartość energetyczna	2416,9	wartość energetyczna	2285,7	wartość energetyczna	1932,2
g	białko ogółem	128,34	białko ogółem	93,04	białko ogółem	112,11	białko ogółem	89,385	białko ogółem	58,842
g	węglowodany ogółem	421,97	węglowodany ogółem	392,18	węglowodany ogółem	380,82	węglowodany ogółem	380,33	węglowodany ogółem	312,76
g	w tym: cukry	44,941	w tym: cukry	37,67	w tym: cukry	22,536	w tym: cukry	34,44	w tym: cukry	55,74
g	tłuszcze ogółem	87,284	tłuszcze ogółem	49,725	tłuszcze ogółem	55,489	tłuszcze ogółem	48,13	tłuszcze ogółem	47,325
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,816	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,041	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	10,995	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	5,1665	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,006
g	błonnik	35,751	błonnik	25,59	błonnik	31,376	błonnik	27,85	błonnik	42,05
mg	sól	3,4327	sól	2,2362	sól	3,2729	sól	3,4882	sól	2,9463

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin

(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowanie, (s)- smażone, (d) - duszone, (p) pieczone.

W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana w Szczecinie Gdańskim

Podmiot Leczniczy Samorządu Województwa Pomorskiego

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana

niedziela, 12 październik 2025

DIETA			I A - podstawowa		X - wegetariańska		VI - niski indeks glikiemiczny					
ŚNIADANIE	–	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb graham *1/	100g				
		2	Ser gouda 70g *7/	70g	Ser gouda 70g *7/	70g	Ogórek kiszony	50g				
		3	Ketchup łagodny	20g	Dżem truskawkowy (50)	50g	Herbata zielona	250g				
		4	Dżem truskawkowy (50)	50g	Ogórek kiszony	50g	Wędlina konserwowa drobiowa 70g +7/+10/	70g				
		5	Ogórek kiszony	50g	Pomidor	30g	Masło ekstra *7/	15g				
		6	Pomidor	30g	Kakao na mleku +1/+3/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Pomidor 30g	30g				
		7	Kakao +1/+3/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Masło ekstra *7/	15g						
		8	Masło ekstra *7/	15g								
		9										
		10										
	=	1	Jabłko	100g	Jabłko	100g	Jabłko	100g				
		2										
		3										
OBIAD		1	Schab w sosie kremowo-pieczarkowym +1/*7/+8/+9/+11/+12/	300g	Gulasz sojowy a'la Strogonov +1/+5/*6/+7/+8/+9/+10/+11/+12/	150g	Schab gotowany +5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/	110g				
		2	Kasza jęczmienna ugotowana *1/	200g	Kasza jęczmienna ugotowana *1/	200g	Kasza jęczmienna ugotowana *1/	200g				
		3	Marchewka z groszkiem *7/	150g	Marchewka z groszkiem *7/	150g	Mizeria na jogurcie (d VI) *7/+9/+12/	150g				
		4	Zupa krem z soczewicy +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa krem z soczewicy +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa krem z soczewicy +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g				
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1	Placki bananowe *1/*3/	150g	Placki bananowe *1/*3/	150g	Twarożek Grani *7/	200g				
		2										
		3										
KOLACJA	–	1	Chleb graham *1/	100g	Chleb graham *1/	100g	Margaryna Delma +7/	20g				
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna Delma +7/	20g	Chleb graham *1/	150g				
		3	Margaryna Delma +7/	20g	Chleb oliwski *1/	50g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g				
		4	Papryka czerwona	50g	Papryka czerwona	50g	Papryka czerwona	50g				
		5	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Jajka gotowane *3/	120g	Baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g				
		6	Baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g						
		7										
		8										
		9										
		10										
	=	1	Mus warzywny	100g	Mus warzywny	100g	Mus warzywny	100g				
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	3093,3	wartość energetyczna	3387,9	wartość energetyczna	2618,9					
g	białko ogółem	135,13	białko ogółem	165,51	białko ogółem	136,71					
g	węglowodany ogółem	444,58	węglowodany ogółem	472,71	węglowodany ogółem	387,42					
g	w tym: cukry	45,112	w tym: cukry	46,191	w tym: cukry	22,536					
g	tłuszcze ogółem	90,557	tłuszcze ogółem	95,294	tłuszcze ogółem	64,089					
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,817	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	12,16	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	10,995					
g	błonnik	36,458	błonnik	51,247	błonnik	31,376					
mg	sól	3,4327	sól	3,6485	sól	3,2729					

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin

(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowanie, (s)- smażone, (d) - duszone, (p) pieczone.

W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana w Starogardzie Gdańskim

Pomorski Lecznicy Samorządu Województwa Pomorskiego

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana

poniedziałek, 13 październik 2025

DIETA			I - podstawowa		II - lekkostrawna		VI - niski indeks glikiemiczny		VIII - bezlaktozowa		IX - bezglutenowa	
ŚNIADANIE	I	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Chleb graham *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		2	Pomidor	50g	Baleron drobiowy 40g *6/*7/	40g	Pomidor	50g	Ogórek świeży	30g	Ogórek świeży	30g
		3	Ogórek świeży	30g	Herbata naturalna	250g	Ogórek świeży	30g	Herbata naturalna	250g	Herbata naturalna	250g
		4	Herbata naturalna	250g	Pomidor 80g	80g	Herbata naturalna	250g	Pomidor	50g	Pomidor	50g
		5	Polędwica wieprzowa +1/*6/*7/+9/+10/	60g	Zupa ciasto lane na mleku *1/*3/*7/	300g	Wędlina baleron drobiowy 70g *6/*7/	70g	Wędlina baleron drobiowy 70g *6/*7/	70g	Masło extra 15g	15szt.
		6	Zupa ciasto lane na mleku *1/*3/*7/	300g	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g	Margaryna Delma +7/	20g	Wędlina baleron drobiowy 70g *6/*7/	70g
		7	Masło ekstra *7/	15g								
		8										
		9										
		10										
	II	1	Jabłko	200g	Jabłko	200g	Sałatka wiosenna z kaszą jaglaną +1/*3/*7/	150g	Jabłko	200g	Jabłko	200g
		2										
		3										
OBIAD		1	Kotlet mielony z cebulką *1/*3/+7/+8/+9/+11/+12/	150g	Fasolka szparagowa (d. II, VI) *7/	150g	Fasolka szparagowa (d. II, VI) *7/	150g	Ziemniaki ugotowane	300g	Ziemniaki ugotowane	300g
		2	Mizeria *7/+9/+12/	150g	Ziemniaki ugotowane	300g	Ziemniaki ugotowane	300g	Fasolka szparagowa d. bezml.	150g	Fasolka szparagowa (d. II, VI) *7/	150g
		3	Ziemniaki ugotowane	300g	Zupa jarzynowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa jarzynowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa jarzynowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa jarzynowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g
		4	Zupa jarzynowa z ziemniakami +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Pulpet wieprzowy gotowany w sosie koperkowym (diet *1/*3/*7/	150g	Pulpet wieprzowy gotowany w sosie koperkowym (diet *1/*3/*7/	150g	Kotlet mielony z cebulką *1/*3/+7/+8/+9/+11/+12/	150g	Szynka duszona (dieta bezglutenowa)	120g
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1										
		2										
		3										
KOLACJA	I	1	Chleb graham *1/	100g	Bułka pszenna *1/	200g	Chleb graham *1/	150g	Chleb graham *1/	100g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g
		3	Margaryna Delma +7/	20g	Pomidor	50g	Pomidor	50g	Pomidor	50g	Pomidor	50g
		4	Pomidor	50g	Wędlina szynkowa wieprzowa 60g	60g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g	Chleb oliwski *1/	50g	Herbata owocowa	250g
		5	Wędlina szynkowa wieprzowa 60g	60g	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Wędlina szynkowa wieprzowa 60g	60g	Pasta z brokuła i ciecierzycy +7/+9/+12/	80g	Pasta z brokuła i ciecierzycy +7/+9/+12/	80g
		6	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g					Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g		
		7										
		8										
		9										
		10										
	II	1	Kefir *7/	180g	Kefir *7/	180g	Kefir *7/	180g	Mus warzywny	100g	Kefir *7/	180g
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	2606,8	wartość energetyczna	2532	wartość energetyczna	2301,5	wartość energetyczna	2248,1	wartość energetyczna	1824,4
g	białko ogółem	109,22	białko ogółem	110,83	białko ogółem	112,91	białko ogółem	82,709	białko ogółem	67,67
g	węglowodany ogółem	355,08	węglowodany ogółem	399,77	węglowodany ogółem	336,46	węglowodany ogółem	337,98	węglowodany ogółem	279,85
g	w tym: cukry	13,26	w tym: cukry	15,021	w tym: cukry	4,9662	w tym: cukry	27,69	w tym: cukry	32,031
g	tłuszcze ogółem	89,15	tłuszcze ogółem	58,654	tłuszcze ogółem	64,07	tłuszcze ogółem	67,296	tłuszcze ogółem	46,934
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	17,453	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,494	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,643	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	9,649	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	5,8155
g	błonnik	26,751	błonnik	25,543	błonnik	32,201	błonnik	36,725	błonnik	46,028
mg	sól	1,6379	sól	1,6803	sól	1,6039	sól	1,8068	sól	1,7045

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin

(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowanie, (s)- smażone, (d) - duszone, (p) pieczone.

W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. Stanisława Kryzana w Starogardzie Gdańskim

Podmiot Leczniczy Samorządu Województwa Pomorskiego

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana

poniedziałek, 13 październik 2025

DIETA			I A - podstawowa		X - wegetariańska		VI - niski indeks glikiemiczny					
ŚNIADANIE	I	1	Chleb oliwski *1/	100g	Ogórek świeży	30g	Chleb graham *1/	100g				
		2	Ogórek świeży	30g	Herbata naturalna	250g	Ogórek świeży	30g				
		3	Herbata naturalna	250g	Pomidor	50g	Herbata naturalna	250g				
		4	Pomidor	50g	Chleb oliwski *1/	100g	Pomidor	50g				
		5	Polędwica wieprzowa +1/*6/*7/+9/+10/	60g	Jajka gotowane *3/	60g	Wędlina baleron drobiowy 70g *6/*7/	70g				
		6	Zupa ciasto lane na mleku *1/*3/*7/	300g	Zupa ciasto lane na mleku *1/*3/*7/	300g	Masło ekstra *7/	15g				
		7	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g						
		8										
		9										
		10										
	II	1	Jabłko	200g	Jabłko	200g	Sałatka wiosenna z kaszą jaglaną +1/*3/*7/	150g				
		2										
		3										
OBIAD		1	Mizeria *7/+9/+12/	150g	Ziemniaki ugotowane	300g	Ziemniaki ugotowane	300g				
		2	Ziemniaki ugotowane	300g	Papryka faszerowana *1/+3/*6/+7/+8/	500g	Fasolka szparagowa (d. II, VI) *7/	150g				
		3	Kotlet mielony z cebulką *1/*3/+7/+8/+9/+11/+12/	150g	Zupa jarzynowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10 /+11/+12/	450g	Zupa jarzynowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10 /+11/+12/	450g				
		4	Zupa jarzynowa z ziemniakami +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/ +11/+12/	450g			Pulpet wieprzowy gotowany w sosie koperkowym (diet *1/*3/*7/	150g				
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1	Jogurt z płatkami owsianymi i dżemem *1/*7/	180g	Jogurt z płatkami owsianymi i dżemem *1/*7/	180g	Gruszka	100g				
		2										
		3										
KOLACJA	I	1	Chleb graham *1/	100g	Pomidor	50g	Margaryna Delma +7/	20g				
		2	Margaryna Delma +7/	20g	Chleb oliwski *1/	50g	Pomidor	50g				
		3	Pomidor	50g	Pasta z brokuła i ciecierzycy +7/+9/+12/	80g	Chleb graham *1/	150g				
		4	Chleb oliwski *1/	50g	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+1 1/	250g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g				
		5	Wędlina szynkowa wieprzowa 60g	60g	Margaryna Delma +7/	20g	Wędlina szynkowa wieprzowa 60g	60g				
		6	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+1 1/	250g	Chleb graham *1/	100g						
		7										
		8										
		9										
		10										
	II	1	Kefir *7/	180g	Kefir *7/	180g	Kefir *7/	180g				
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	2787,3	wartość energetyczna	2817,4	wartość energetyczna	2359,5					
g	białko ogółem	118,09	białko ogółem	118,08	białko ogółem	113,51					
g	węglowodany ogółem	381,99	węglowodany ogółem	443,68	węglowodany ogółem	350,86					
g	w tym: cukry	16,25	w tym: cukry	14,96	w tym: cukry	6,7662					
g	tłuszcze ogółem	93,61	tłuszcze ogółem	69,555	tłuszcze ogółem	64,27					
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	17,703	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	9,899	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,683					
g	błonnik	28,171	błonnik	49,35	błonnik	34,301					
mg	sól	1,6379	sól	1,7986	sól	1,6089					

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin

(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowanie, (s)- smażone, (d) - duszone, (p) pieczone.

W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. Stanisława Kryzana w Starogardzie Gdańskim

Podmiot Leczniczy Samorządu Województwa Pomorskiego

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana

wtorek, 14 październik 2025

DIETA			I - podstawowa		II - lekkostrawna		VI - niski indeks glikiemiczny		VIII - bezlaktozowa		IX - bezglutenowa	
ŚNIADANIE	–	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	serek homogenizowany naturalny *7/	200g	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		2	Pomidor	50g	Pomidor	80g	Chleb oliwski *1/	100g	Herbata miętowa	250g	Pomidor	50g
		3	Ogórek świeży	30g	Herbata miętowa	250g	Pomidor	50g	Pomidor	50g	Herbata miętowa	250g
		4	Herbata miętowa	250g	Wędlina szynka gotowana 40g +1/*6/*7/+9/+10/	40g	Ogórek świeży	30g	Ogórek świeży	30g	Ogórek świeży	30g
		5	Wędlina szynka gotowana 40g +1/*6/*7/+9/+10/	40g	Zupa ryż na mleku *7/	300g	Herbata miętowa	250g	Margaryna Delma +7/	20g	Szynka gotowana 70g +1/*6/*7/+9/+10/	70g
		6	Zupa ryż na mleku *7/	300g	Masło ekstra *7/	15g	Wędlina szynka gotowana 40g +1/*6/*7/+9/+10/	40g	Wędlina szynka gotowana 70g +1/*6/*7/+9/+10/	70g	Masło extra 15g	15szt.
		7	Masło ekstra *7/	15g			Masło ekstra *7/	15g				
		8										
		9										
		10										
	=	1	Gruszka	200g	Gruszka	200g	Kanapka z serem *7/	50g	Gruszka	200g	Gruszka	200g
		2					Mix świeżych warzyw	100g				
		3										
OBIAD		1	Zupa owocowa z makaronem *1/+3/+6/+7/	450g	Jarzyny z wody *7/	150g	Ziemniaki ugotowane	300g	Zupa owocowa z makaronem *1/+3/+6/+7/	450g	Jarzyny z wody *7/	150g
		2	Ziemniaki ugotowane	300g	Ziemniaki ugotowane	300g	Zupa selerowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Ziemniaki ugotowane	300g	Ziemniaki ugotowane	300g
		3	Pierś z kurczaka pieczona w ziołach *1/*7/+8/*9/+11/+12/	100g	Zupa owocowa z makaronem *1/+3/+6/+7/	450g	Podudzie z kurczaka gotowane (dieta) *1/*7/*9/	220g	Pierś z kurczaka pieczona w ziołach *1/*7/+8/*9/+11/+12/	100g	Zupa selerowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g
		4	Surówka z marchewki i jabłka *7/+9/+12/	200g	Podudzie z kurczaka gotowane (dieta) *1/*7/*9/	220g	Jarzyny z wody *7/	150g	Surówka z marchewki i jabłka d. bezml.	200g	Podudzie z kurczaka gotowane (dieta) *1/*7/*9/	220g
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1	Placek drożdżowy z budyniem *1/*3/+7/	150g	Placek drożdżowy z budyniem *1/*3/+7/	150g			Jabłko	100g		
		2										
		3										
KOLACJA	–	1	Chleb oliwski *1/	150g	Bułka pszenna *1/	200g	Chleb oliwski *1/	150g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g
		2	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Papryka czerwona	50g	Papryka czerwona	50g
		3	Papryka czerwona	50g	Pomidor	50g	Papryka czerwona	50g	Chleb oliwski *1/	150g	Herbata naturalna	250g
		4	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		5	Ser gouda 60g *7/	60g	Wędlina polędwica drobiowa 60g	60g	Ser gouda 60g *7/	60g	Wędlina polędwica drobiowa 60g	60g	Pasta z fasoli *3/+7/+9/+12/	80g
		6									Dżem śliwkowy	50g
		7										
		8										
		9										
		10										
	=	1	Sok pomarańczowy	300g	Sok pomarańczowy	300g	Sok pomidorowy	300g	Sok pomarańczowy	300g	Sok pomarańczowy	300g
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ										
kcal	wartość energetyczna	3389,1	wartość energetyczna	3257,2	wartość energetyczna	2141,9	wartość energetyczna	2185,2	wartość energetyczna	1974,6
g	białko ogółem	114,16	białko ogółem	90,192	białko ogółem	93,252	białko ogółem	89,043	białko ogółem	59,969
g	węglowodany ogółem	561,43	węglowodany ogółem	597,88	węglowodany ogółem	302,47	węglowodany ogółem	373,61	węglowodany ogółem	345,9
g	w tym: cukry	70,82	w tym: cukry	71,731	w tym: cukry	7,5405	w tym: cukry	32,48	w tym: cukry	45,741
g	tłuszcze ogółem	81,831	tłuszcze ogółem	60,067	tłuszcze ogółem	68,147	tłuszcze ogółem	42,511	tłuszcze ogółem	39,002
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,345	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	11,277	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	16,8	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	5,1396	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	3,0452
g	błonnik	31,065	błonnik	25,566	błonnik	29,381	błonnik	29,615	błonnik	44,131
mg	sól	1,3145	sól	1,0431	sól	2,9515	sól	1,2186	sól	1,6072

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin

(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowanie, (s)- smażone, (d) - duszone, (p) pieczone.

W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. Stanisława Kryzana w Starogardzie Gdańskim

Podmiot Leczniczy Samorządu Województwa Pomorskiego

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana

wtorek, 14 październik 2025

DIETA			I A - podstawowa		X - wegetariańska		VI - niski indeks glikiemiczny					
ŚNIADANIE	–	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb oliwski *1/	100g				
		2	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	Pomidor	50g				
		3	Pomidor	50g	Pomidor	50g	serek homogenizowany naturalny *7/	200g				
		4	Ogórek świeży	30g	Ser edamski 40g *7/	40g	Ogórek świeży	30g				
		5	Wędlina szynka gotowana 40g +1/*6/*7/+9/+10/	40g	Ryż na mleku *7/	450g	Wędlina szynka gotowana 40g +1/*6/*7/+9/+10/	40g				
		6	Zupa ryż na mleku *7/	300g	Ogórek świeży	30g	Masło ekstra *7/	15g				
		7	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g						
		8										
		9										
		10										
	=	1	Gruszka	200g	Gruszka	200g	Kanapka z serem *7/	50g				
		2					Mix świeżych warzyw	100g				
		3										
OBIAD		1	Zupa owocowa z makaronem *1/+3/+6/+7/	450g	Zupa owocowa z makaronem *1/+3/+6/+7/	450g	Ziemniaki ugotowane	300g				
		2	Ziemniaki ugotowane	300g	Surówka z marchewki i jabłka *7/+9/+12/	200g	Zupa selerowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10 /+11/+12/	450g				
		3	Pierś z kurczaka pieczona w ziołach *1/*7/+8/*9/+11/+12/	100g	Ziemniaki ugotowane	300g	Podudzie z kurczaka gotowane (dieta) *1/*7/*9/	220g				
		4	Surówka z marchewki i jabłka *7/+9/+12/	200g	Kotlet z soczewicy *1/*3/+7/*9/+12/	120g	Jarzyny z wody *7/	150g				
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1	Placek drożdżowy z budyniem *1/*3/+7/	150g	Placek drożdżowy z budyniem *1/*3/+7/	150g	Jabłko	100g				
		2										
		3										
KOLACJA	–	1	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Chleb oliwski *1/	150g				
		2	Papryka czerwona	50g	Pomidor	50g	Papryka czerwona	50g				
		3	Chleb oliwski *1/	150g	Herbata naturalna	250g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g				
		4	Polędwica wieprzowa 60g +1/*6/*7/+9/+10/	60g	Chleb oliwski *1/	150g	Ser gouda 60g *7/	60g				
		5	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+1 1/	250g	Ser gouda 60g *7/	60g						
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
	=	1	Sok pomarańczowy	300g	Sok pomarańczowy	300g	Sok pomidorowy	300g				
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	3243,9	wartość energetyczna	3770,5	wartość energetyczna	2110,9					
g	białko ogółem	106,9	białko ogółem	122,25	białko ogółem	93,652					
g	węglowodany ogółem	561,79	węglowodany ogółem	628,47	węglowodany ogółem	314,57					
g	w tym: cukry	70,82	w tym: cukry	72	w tym: cukry	9,8405					
g	tłuszcze ogółem	68,871	tłuszcze ogółem	93,1	tłuszcze ogółem	59,547					
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,345	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	9,7525	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	16,84					
g	błonnik	31,065	błonnik	40,185	błonnik	31,381					
mg	sól	1,3145	sól	1,599	sól	2,9565					

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin

(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowanie, (s)- smażone, (d) - duszone, (p) pieczone.

W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana w Starogardzie Gdańskim

Podmiot Leczniczy Samorządu Województwa Pomorskiego

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana

środa, 15 październik 2025

DIETA			I - podstawowa		II - lekkostrawna		VI - niski indeks glikiemiczny		VIII - bezlaktozowa		IX - bezglutenowa	
ŚNIADANIE	I	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Chleb graham *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		2	Pomidor	50g	Pomidor	80g	Pomidor	50g	Pomidor	50g	Dżem porzeczkowy	50g
		3	Sałata	10g	Herbata owocowa	250g	Sałata	10g	Sałata	10g	Pomidor	50g
		4	Herbata owocowa	250g	Wędlina konserwowa drobiowa 40g +7/+10/	40g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g
		5	Wędlina konserwowa drobiowa 40g +7/+10/	40g	Zupa ciasto lane na mleku *1/*3/*7/	300g	Wędlina konserwowa drobiowa 70g +7/+10/	70g	Margaryna Delma +7/	20g	Sałata	10g
		6	Zupa ciasto lane na mleku *1/*3/*7/	300g	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g	Wędlina konserwowa drobiowa 70g +7/+10/	70g	Wędlina konserwowa drobiowa 40g +7/+10/	40g
		7	Masło ekstra *7/	15g							Masło ekstra *7/	15g
		8										
		9										
		10										
	II	1	Banan	200g	Banan	200g	Sałatka z kaszą gryczaną (d VI) +1/*6/*7/+9/+12/	150g	Banan	200g	Banan	200g
		2										
		3										
OBIAD		1	Spaghetti z pieczarkami i papryką *1/+7/+8/+9/+11/+12/	400g	Ziemniaki ugotowane	300g	Zupa koperkowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa koperkowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa koperkowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g
		2	Brokuł gotowany *1/*7/	150g	Zupa koperkowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Spaghetti wieprzowe d. VI *1/+3/+6/*9/	400g	Spaghetti wieprzowe d. II, b/lakt. *1/*9/	400g	Makaron z wędliną i warzywami (dieta bezgl) +1/*6/*7/+9/+10/	200g
		3	Zupa żurek z kiełbasą i jajkiem *1/*3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Spaghetti wieprzowe d. II, b/lakt. *1/*9/	400g	Brokuł gotowany (dieta) *7/	150g	Brokuł gotowany (dieta) *7/	150g	Brokuł gotowany (dieta) *7/	150g
		4			Brokuł gotowany (dieta) *7/	150g						
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1										
		2										
		3										
KOLACJA	I	1	Chleb graham *1/	100g	Bułka pszenna *1/	200g	Chleb graham *1/	150g	Chleb graham *1/	100g	Margaryna Delma +7/	20g
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Chleb oliwski *1/	50g	Pasta z soczewicy +7/+9/+12/	80g
		3	Margaryna Delma +7/	20g	Pomidor	50g	Pomidor	50g	Margaryna Delma +7/	20g	Pomidor	50g
		4	Ogórek świeży	50g	Herbata zielona	250g	Herbata zielona	250g	Herbata zielona	250g	Herbata zielona	250g
		5	Herbata zielona	250g	Pasta twarogowa z koperkiem (dieta) *7/	80g	Pasta twarogowa z koperkiem (dieta) *7/	80g	Pomidor	50g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		6	Pasta twarogowa z koperkiem (dieta) *7/	80g					Wędlina polędwica drobiowa 60g	60g		
		7										
		8										
		9										
		10										
	II	1	Serek homogenizowany waniliowy *7/	200g	Serek homogenizowany waniliowy *7/	200g	serek homogenizowany naturalny *7/	200g	Deser sojowy czekoladowy	150g	Serek homogenizowany waniliowy *7/	200g
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	3012,2	wartość energetyczna	3073	wartość energetyczna	2381,1	wartość energetyczna	2044,5	wartość energetyczna	2341,7
g	białko ogółem	150,14	białko ogółem	144,61	białko ogółem	131,21	białko ogółem	90,485	białko ogółem	102,56
g	węglowodany ogółem	401,44	węglowodany ogółem	494,3	węglowodany ogółem	351,26	węglowodany ogółem	339,02	węglowodany ogółem	358,53
g	w tym: cukry	50,36	w tym: cukry	52,84	w tym: cukry	4,5152	w tym: cukry	27,42	w tym: cukry	70,73
g	tłuszcze ogółem	95,325	tłuszcze ogółem	62,29	tłuszcze ogółem	56,431	tłuszcze ogółem	41,55	tłuszcze ogółem	56,815
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	16,058	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,428	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,246	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	5,1835	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	11,878
g	błonnik	27,948	błonnik	26,585	błonnik	32,938	błonnik	24,59	błonnik	38,72
mg	sól	0,9669	sól	1,9319	sól	1,6199	sól	1,1487	sól	0,9526

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin

(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowanie, (s)- smażone, (d) - duszone, (p) pieczone.

W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. Stanisława Kryzana w Starogardzie Gdańskim

Podmiot Leczniczy Samorządu Województwa Pomorskiego

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana

środa, 15 październik 2025

DIETA			I A - podstawowa		X - wegetariańska		VI - niski indeks glikiemiczny					
ŚNIADANIE	I	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb graham *1/	100g				
		2	Ciasto lane na mleku *1/*3/*7/	450g	Pomidor	50g	Pomidor	50g				
		3	Pomidor	50g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g				
		4	Herbata owocowa	250g	Ciasto lane na mleku *1/*3/*7/	450g	Sałata	10g				
		5	Sałata	10g	Sałata	10g	Wędlina konserwowa drobiowa 70g +7/+10/	70g				
		6	Wędlina konserwowa drobiowa 40g +7/+10/	40g	Jajka gotowane *3/	60g	Masło ekstra *7/	15g				
		7	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g						
		8										
		9										
		10										
	II	1	Banan	200g	Banan	200g	Sałatka z kaszą gryczaną (d VI) +1/*6/*7/+9/+12/	150g				
		2										
		3										
OBIAD		1	Żurek z kiełbasą i jajkiem *1/*3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/ +11/+12/	450g	Zupa koperkowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10 /+11/+12/	450g	Zupa koperkowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10 /+11/+12/	450g				
		2	Spaghetti z pieczarkami i papryką *1/+7/+8/+9/+11/+12/	400g	Brokuł gotowany (dieta) *7/	150g	Spaghetti wieprzowe d. VI *1/+3/+6/*9/	400g				
		3	Brokuł gotowany *1/*7/	150g	Makaron z serem i warzywami *1/*7/*9/	150g	Brokuł gotowany (dieta) *7/	150g				
		4										
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1	Naleśniki z dżemem *1/*3/*7/	2g	Naleśniki z dżemem *1/*3/*7/	2g	Mandarynka	200g				
		2										
		3										
KOLACJA	I	1	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g				
		2	Chleb graham *1/	100g	Chleb graham *1/	100g	Pomidor	50g				
		3	Chleb oliwski *1/	50g	Pomidor	50g	Herbata zielona	250g				
		4	Herbata zielona	250g	Chleb oliwski *1/	50g	Chleb graham *1/	150g				
		5	Ogórek świeży	50g	Herbata zielona	250g	Pasta twarogowa z koperkiem (dieta) *7/	80g				
		6	Pasta twarogowa z koperkiem (dieta) *7/	80g	Pasta twarogowa z koperkiem (dieta) *7/	80g						
		7										
		8										
		9										
		10										
	II	1	Serek homogenizowany waniliowy *7/	200g	Serek homogenizowany waniliowy *7/	200g	serek homogenizowany naturalny *7/	200g				
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	3428,1	wartość energetyczna	3140,9	wartość energetyczna	2471,1					
g	białko ogółem	163,84	białko ogółem	145,38	białko ogółem	132,41					
g	węglowodany ogółem	467,34	węglowodany ogółem	474,64	węglowodany ogółem	373,66					
g	w tym: cukry	57,72	w tym: cukry	54,35	w tym: cukry	16,715					
g	tłuszcze ogółem	106,49	tłuszcze ogółem	80,34	tłuszcze ogółem	56,831					
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	16,391	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	11,789	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,286					
g	błonnik	29,613	błonnik	28,56	błonnik	36,738					
mg	sól	1,064	sól	1,1347	sól	1,6259					

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin

(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowanie, (s)- smażone, (d) - duszone, (p) pieczone.

W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana w Starogardzie Gdańskim

Podmiot Leczniczy Samorządu Województwa Pomorskiego

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana

czwartek, 16 październik 2025

DIETA			I - podstawowa		II - lekkostrawna		VI - niski indeks glikemiczny		VIII - bezlaktozowa		IX - bezglutenowa	
ŚNIADANIE	I	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Chleb graham *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		2	Pomidor	50g	Herbata naturalna	250g	Pomidor	50g	Pomidor	50g	Pomidor	50g
		3	Sałata	10g	Zupa kasza jaglana na mleku +1/*7/	300g	Sałata	10g	Sałata	10g	Sałata	10g
		4	Herbata naturalna	250g	Wędlina polędwica drobiowa 40g	40g	Herbata naturalna	250g	Herbata naturalna	250g	Herbata naturalna	250g
		5	Zupa kasza jaglana na mleku +1/*7/	300g	Pomidor 80g	80g	Wędlina polędwica drobiowa 40g	40g	Margaryna Delma +7/	20g	Zupa kasza jaglana na mleku +1/*7/	300g
		6	Wędlina polędwica drobiowa 40g	40g	Masło ekstra *7/	15g	Jogurt naturalny *7/	150g	Wędlina polędwica drobiowa 60g	60g	Wędlina polędwica drobiowa 40g	40g
		7	Masło ekstra *7/	15g			Masło ekstra *7/	15g			Masło ekstra *7/	15g
		8										
		9										
		10										
	II	1	Gruszka	100g	Gruszka	100g	Sałatka wiosenna z kaszą jaglaną +1/*3/*7/	150g	Gruszka	100g	Gruszka	100g
		2										
		3										
OBIAD		1	Gulasz wołowy *1/*7/*9/+12/	100g	Zupa pomidorowa z ryżem (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa pomidorowa z ryżem (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa pomidorowa z ryżem (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g
		2	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Kasza bulgur ugotowana *1/	200g	Gulasz wołowy (dieta) *1/+7/*9/+12/	100g	Kasza bulgur ugotowana *1/	200g	Gulasz wołowy (dieta bezgl.) *7/*9/+12/	100g
		3	Ćwikła z jabłkiem *12/	150g	Gulasz wołowy (dieta) *1/+7/*9/+12/	100g	Sałata z jogurtem *7/	55g	Gulasz wołowy (dieta) *1/+7/*9/+12/	100g	Sałata z jogurtem *7/	55g
		4	Kasza bulgur ugotowana *1/	200g	Sałata z jogurtem *7/	55g	Kasza bulgur ugotowana *1/	200g	Ćwikła z jabłkiem *12/	150g	Ziemniaki ugotowane	300g
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1										
		2										
		3										
KOLACJA	I	1	Chleb graham *1/	100g	Bułka pszenna *1/	200g	Chleb graham *1/	150g	Chleb graham *1/	100g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna Delma +7/	20g
		3	Margaryna Delma +7/	20g	Pomidor	50g	Ogórek świeży	50g	Margaryna Delma +7/	20g	Ogórek świeży	50g
		4	Ogórek świeży	50g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	Ogórek świeży	50g	Herbata miętowa	250g
		5	Herbata miętowa	250g	Dżem truskawkowy 50g	50g	Wędlina polędwica wieprzowa 60g +1/*6/*7/+9/+10/	60g	Herbata miętowa	250g	Wędlina polędwica wieprzowa 60g +1/*6/*7/+9/+10/	60g
		6	Ser edamski 40g *7/	40g	Polędwica wieprzowa +1/*6/*7/+9/+10/	40g			Dżem truskawkowy 50g	50g		
		7	Dżem truskawkowy 50g	50g					Polędwica wieprzowa +1/*6/*7/+9/+10/	40g		
		8										
		9										
		10										
	II	1	Mus owocowy	100g	Mus owocowy	100g	Mus warzywny	100g	Mus owocowy	100g	Mus owocowy	100g
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	2586,2	wartość energetyczna	2476,7	wartość energetyczna	2462,3	wartość energetyczna	2237,1	wartość energetyczna	1870,5
g	białko ogółem	97,037	białko ogółem	93,185	białko ogółem	110,76	białko ogółem	84,387	białko ogółem	66,705
g	węglowodany ogółem	400,16	węglowodany ogółem	398,27	węglowodany ogółem	363,88	węglowodany ogółem	359,45	węglowodany ogółem	281,08
g	w tym: cukry	50,739	w tym: cukry	33,03	w tym: cukry	24,894	w tym: cukry	46,75	w tym: cukry	44,33
g	tłuszcze ogółem	66,475	tłuszcze ogółem	53,1	tłuszcze ogółem	63,731	tłuszcze ogółem	49,64	tłuszcze ogółem	51,37
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	14,11	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,844	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,795	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	5,846	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,466
g	błonnik	35,585	błonnik	24,073	błonnik	35,516	błonnik	30,795	błonnik	33,883
mg	sól	2,8626	sól	2,1569	sól	2,2088	sól	2,7292	sól	1,7578

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin

(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowanie, (s)- smażone, (d) - duszone, (p) pieczone.

W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. Stanisława Kryzana w Starogardzie Gdańskim

Podmiot Leczniczy Samorządu Województwa Pomorskiego

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana

czwartek, 16 październik 2025

DIETA			I A - podstawowa		X - wegetariańska		VI - niski indeks glikiemiczny					
ŚNIADANIE	I	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb graham *1/	100g				
		2	Sałata	10g	Herbata naturalna	250g	Sałata	10g				
		3	Pomidor	50g	Pomidor	50g	Pomidor	50g				
		4	Herbata naturalna	250g	Sałata	10g	Herbata naturalna	250g				
		5	Zupa kasza jaglana na mleku +1/*7/	300g	Pasta z groszku (d.wegańska) +7/+9/+12/	80g	Wędlina polędwica drobiowa 40g	40g				
		6	Wędlina polędwica drobiowa 40g	40g	Zupa kasza jaglana na mleku +1/*7/	300g	Jogurt naturalny *7/	150g				
		7	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g				
		8										
		9										
		10										
	II	1	Gruszka	100g	Gruszka	100g	Sałatka wiosenna z kaszą jaglaną +1/*3/*7/	150g				
		2										
		3										
OBIAD		1	Gulasz wołowy *1/*7/*9/+12/	100g	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10 /+11/+12/	450g	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10 /+11/+12/	450g				
		2	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10 /+11/+12/	450g	Gulasz z cieciorką w sosie pomidorowym *1/+5/+6/+7/+8/+9/+10/+1 1/+12/	250g	Gulasz wołowy (dieta) *1/+7/*9/+12/	100g				
		3	Ćwikła z jabłkiem *12/	150g	Kasza bulgur ugotowana *1/	200g	Sałata z jogurtem *7/	55g				
		4	Kasza bulgur ugotowana *1/	200g	Ćwikła z jabłkiem *12/	150g	Kasza bulgur ugotowana *1/	200g				
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1	Placki ziemniaczane *1/*3/	680g	Placki ziemniaczane *1/*3/	680g	serek homogenizowany naturalny *7/	200g				
		2	Dżem truskawkowy	100g	Dżem truskawkowy	100g						
		3										
KOLACJA	I	1	Chleb graham *1/	100g	Chleb graham *1/	100g	Margaryna Delma +7/	20g				
		2	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Herbata miętowa	250g				
		3	Chleb oliwski *1/	50g	Chleb oliwski *1/	50g	Chleb graham *1/	150g				
		4	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	Ogórek świeży	50g				
		5	Ogórek świeży	50g	Ogórek świeży	50g	Wędlina polędwica wieprzowa 60g +1/*6/*7/+9/+10/	60g				
		6	Ser edamski 40g *7/	40g	Ser edamski 40g *7/	40g						
		7	Dżem truskawkowy 50g	50g	Dżem truskawkowy 50g	50g						
		8										
		9										
		10										
	II	1	Mus owocowy	100g	Mus owocowy	100g	Mus warzywny	100g				
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	3711,8	wartość energetyczna	3723,4	wartość energetyczna	2578,3				
g	białko ogółem	117,01	białko ogółem	100,34	białko ogółem	129,16				
g	węglowodany ogółem	562,86	węglowodany ogółem	585,91	węglowodany ogółem	374,28				
g	w tym: cukry	67,779	w tym: cukry	72,309	w tym: cukry	24,894				
g	tłuszcze ogółem	112,37	tłuszcze ogółem	110,95	tłuszcze ogółem	63,731				
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	16,838	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	12,841	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,795				
g	błonnik	45,845	błonnik	55,235	błonnik	35,516				
mg	sól	3,0677	sól	3,0852	sól	2,2088				

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin

(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowanie, (s)- smażone, (d) - duszone, (p) pieczone.

W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. Stanisława Kryzana w Starogardzie Gdańskim

Podmiot Leczniczy Samorządu Województwa Pomorskiego

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana

piątek, 17 październik 2025

DIETA			I - podstawowa		II - lekkostrawna		VI - niski indeks glikiemiczny		VIII - bezlaktozowa		IX - bezglutenowa	
ŚNIADANIE	I	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Papryka czerwona	30g
		2	Papryka czerwona	30g	Pomidor	80g	Papryka czerwona	30g	Papryka czerwona	30g	Ogórek świeży	50g
		3	Ogórek świeży	50g	Herbata zielona	250g	Ogórek świeży	50g	Ogórek świeży	50g	Herbata zielona	250g
		4	Herbata zielona	250g	Zupa makaron na mleku *1/*7/	300g	Herbata zielona	250g	Herbata zielona	250g	Masło extra 15g	15szt.
		5	Zupa makaron na mleku *1/*7/	300g	Masło extra 15g	15szt.	Masło extra 15g	15szt.	Margaryna Delma +7/	20g	Jajka gotowane *3/	120g
		6	Masło extra 15g	15szt.	Jajka gotowane *3/	60g	Jajka gotowane *3/	120g	Jajka gotowane *3/	120g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		7	Jajka gotowane *3/	60g								
		8										
		9										
		10										
	II	1	Jabłko	200g	Jabłko	200g	Jabłko	200g	Jabłko	200g	Jabłko	200g
		2										
		3										
OBIAD		1	Surówka z ogórków kiszonych +7/+9/+12/	200g	Kopytka w sosie jarzynowym (dieta bezml.) *1/+3/+5/+6/+7/*9/+10/	500g	Zupa krem z dyni (dieta) *9/	450g	Zupa krem z dyni (dieta) *9/	450g	Surówka z ogórków kiszonych +7/+9/+12/	200g
		2	Ziemniaki ugotowane	300g	Zupa krem z dyni (dieta) *9/	450g	Kopytka w sosie jarzynowym (dieta bezml.) *1/+3/+5/+6/+7/*9/+10/	500g	Kopytka w sosie jarzynowym (dieta bezml.) *1/+3/+5/+6/+7/*9/+10/	500g	Ziemniaki ugotowane	300g
		3	Pulpet rybny gotowany *1/*3/*4/+7/+9/+12/	180g	Fasolka szparagowa (d. II, VI) *7/	150g	Fasolka szparagowa (d. II, VI) *7/	150g	Fasolka szparagowa (d. II, VI) *7/	150g	Zupa krem z dyni +7/*9/+12/	450g
		4	Zupa krem z dyni +7/*9/+12/	450g	Łosoś pieczony *7/+9/+12/	160g	Łosoś pieczony *7/+9/+12/	160g	Łosoś pieczony *7/+9/+12/	160g	Ryba na parze d. bezgl. +1/+3/*4/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/	160g
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1										
		2										
		3										
KOLACJA	I	1	Chleb graham *1/	100g	Bułka pszenna *1/	200g	Chleb graham *1/	150g	Chleb graham *1/	100g	Margaryna Delma +7/	20g
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Chleb oliwski *1/	50g	Herbata owocowa	250g
		3	Margaryna Delma +7/	20g	Pomidor	50g	Pomidor	50g	Margaryna Delma +7/	20g	Pomidor	50g
		4	Pomidor	50g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Pomidor	50g	Twarożek Grani *7/	200g
		5	Herbata owocowa	250g	Twarożek Grani *7/	200g	Twarożek Grani *7/	200g	Herbata owocowa	250g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		6	Twarożek Grani *7/	200g					Pasta warzywna	80g		
		7										
		8										
		9										
		10										
	II	1	Deser Belriso owocowy +3/*7/+8/	200g	Deser Belriso owocowy +3/*7/+8/	200g	Deser belriso naturalny	200g	Kisiel owocowy instant	15g	Deser Belriso owocowy +3/*7/+8/	200g
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	2500,2	wartość energetyczna	2695,2	wartość energetyczna	2208,3	wartość energetyczna	2159,2	wartość energetyczna	2038,2
g	białko ogółem	123,98	białko ogółem	101,38	białko ogółem	95,416	białko ogółem	73,316	białko ogółem	102,99
g	węglowodany ogółem	395,18	węglowodany ogółem	463,34	węglowodany ogółem	354,8	węglowodany ogółem	355,2	węglowodany ogółem	281,19
g	w tym: cukry	39,995	w tym: cukry	44,46	w tym: cukry	12,365	w tym: cukry	17,975	w tym: cukry	53,7
g	tłuszcze ogółem	53,455	tłuszcze ogółem	51,495	tłuszcze ogółem	51,095	tłuszcze ogółem	52,995	tłuszcze ogółem	56,805
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	0,6976	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	4,7516	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	4,7716	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	4,9316	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	0,6705
g	błonnik	30,733	błonnik	23,805	błonnik	29,055	błonnik	30,235	błonnik	33,58
mg	sól	4,0913	sól	1,8982	sól	1,8075	sól	2,7675	sól	3,9929

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin

(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowanie, (s)- smażone, (d) - duszone, (p) pieczone.

W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. Stanisława Kryzana w Starogardzie Gdańskim

Podmiot Leczniczy Samorządu Województwa Pomorskiego

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana

piątek, 17 październik 2025

DIETA			I A - podstawowa		X - wegetariańska		VI - niski indeks glikiemiczny					
ŚNIADANIE	–	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb graham *1/	100g				
		2	Papryka czerwona	30g	Masło *7/	20g	Papryka czerwona	30g				
		3	Ogórek świeży	50g	Papryka czerwona	30g	Ogórek świeży	50g				
		4	Herbata zielona	250g	Ogórek świeży	50g	Herbata zielona	250g				
		5	Zupa makaron na mleku *1/*7/	300g	Herbata zielona	250g	Masło extra 15g	15szt.				
		6	Masło extra 15g	15szt.	Zupa makaron na mleku *1/*7/	300g	Jajka gotowane *3/	120g				
		7	Jajka gotowane *3/	60g	Masło extra 15g	15szt.						
		8			Jajka gotowane *3/	60g						
		9										
		10										
	=	1	Jabłko	200g	Jabłko	200g	Jabłko	200g				
		2										
		3										
OBIAD		1	Surówka z ogórków kiszonych +7/+9/+12/	200g	Zupa krem z dyni (dieta) *9/	450g	Zupa krem z dyni (dieta) *9/	450g				
		2	Ziemniaki ugotowane	300g	Kopytka w sosie jarzynowym (dieta bezml.) *1/+3/+5/+6/+7/*9/+10/	500g	Kopytka w sosie jarzynowym (dieta bezml.) *1/+3/+5/+6/+7/*9/+10/	500g				
		3	Pulpet rybny gotowany *1/*3/*4/+7/+9/+12/	180g	Fasolka szparagowa (d. II, VI) *7/	150g	Fasolka szparagowa (d. II, VI) *7/	150g				
		4	Zupa krem z dyni +7/*9/+12/	450g	Falafel +1/+3/+5/+6/+7/+8/+9/+10/+11/+12/	150g	Łosoś pieczony *7/+9/+12/	160g				
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1	Pierogi z twarogiem *1/+6/*7/+9/	250g	Pierogi z twarogiem *1/+6/*7/+9/	250g	Pierogi z twarogiem *1/+6/*7/+9/	250g				
		2										
		3										
KOLACJA	–	1	Chleb graham *1/	100g	Chleb graham *1/	100g	Margaryna Delma +7/	20g				
		2	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Herbata owocowa	250g				
		3	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Pomidor	50g				
		4	Pomidor	50g	Pomidor	50g	Chleb graham *1/	150g				
		5	Chleb oliwski *1/	50g	Chleb oliwski *1/	50g	Twarożek Grani *7/	200g				
		6	Twarożek Grani *7/	200g	Twarożek Grani *7/	200g						
		7										
		8										
		9										
		10										
	=	1	Deser Belriso owocowy +3/*7/+8/	200g	Deser Belriso owocowy +3/*7/+8/	200g	Deser belriso naturalny	200g				
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	3065,6	wartość energetyczna	3322,6	wartość energetyczna	2814,7					
g	białko ogółem	151,52	białko ogółem	126,68	białko ogółem	125,95					
g	węglowodany ogółem	475,21	węglowodany ogółem	510,9	węglowodany ogółem	442,83					
g	w tym: cukry	55,495	w tym: cukry	55,82	w tym: cukry	27,565					
g	tłuszcze ogółem	67,08	tłuszcze ogółem	89,826	tłuszcze ogółem	65,72					
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	3,567	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	17,629	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	7,641					
g	błonnik	30,733	błonnik	28,94	błonnik	32,055					
mg	sól	5,0626	sól	2,0087	sól	2,7787					

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin

(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowanie, (s)- smażone, (d) - duszone, (p) pieczone.

W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.