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

poniedziałek, 27 październik 2025

DIETA			I - podstawowa		II - lekkostrawna		VI - niski indeks glikemiczny		VIII - bezlaktozowa			
ŚNIADANIE	I	1	Zupa owsianka na mleku z jabłkiem *1/*7/	300g	Zupa owsianka na mleku z jabłkiem *1/*7/	300g	Chleb graham *1/	1g	Chleb pszenny *1/	100g		
		2	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Masło ekstra *7/	15g	Margaryna 20g +7/	20g		
		3	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g	Wędlina polędwica wieprzowa 40g +1/*6/*7/+9/+10/	40g	Pasta warzywna meksykańska (gotowa) +11/	120g		
		4	Wędlina polędwica wieprzowa 40g +1/*6/*7/+9/+10/	40g	Wędlina polędwica wieprzowa 40g +1/*6/*7/+9/+10/	40g	Ser edamski 40g *7/	40g	Pomidor 50g	50g		
		5	Pomidor 50g	50g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 50g	50g	Ogórek świeży	30g		
		6	Ogórek świeży	30g	Herbata naturalna	250g	Ogórek świeży	30g	Herbata naturalna	250g		
		7	Herbata naturalna	250g			Herbata naturalna	250g				
		8										
		9										
		10										
	II	1	Banan	200g	Banan	200g	Gruszka	100g	Banan	200g		
		2					Sałatka z selerem konserwowym (VI) *3/*6/*7/*9/*10/+12/	150g				
		3										
OBIAD		1	Zupa z zielonego groszku z ziemniakami +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa buraczkowa (dieta) +5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa z zielonego groszku z ziemniakami +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa buraczkowa (dieta) +5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g		
		2	Pieczeń rzymska pieczona *1/*3/+7/+8/+9/+11/+12/	100g	Pulpet wieprzowy gotowany w sosie koperkowym (diet *1/*3/*7/	150g	Pulpet wieprzowy gotowany w sosie koperkowym (diet *1/*3/*7/	150g	Pulpet wieprzowy gotowany w sosie koperk. d.bezml. *1/*3/	150g		
		3	Fasolka szparagowa z bułką tartą *1/*7/	150g	Surówka z marchewki i jabłka *7/+9/+12/	200g	Surówka z marchewki i jabłka *7/+9/+12/	200g	Surówka z marchewki i jabłka d. bezml.	200g		
		4	Ziemniaki ugotowane	300g	Ziemniaki ugotowane	300g	Ziemniaki ugotowane	300g	Ziemniaki ugotowane	300g		
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1										
		2										
		3										
KOLACJA	I	1	Chleb oliwski *1/	50g	Bułka pszenna *1/	200g	Chleb graham *1/	150g	Chleb graham *1/	100g		
		2	Chleb graham *1/	100g	Margaryna 20g +7/	20g	Margaryna 20g +7/	20g	Chleb oliwski *1/	50g		
		3	Margaryna 20g +7/	20g	Wędlina konserwowa drobiowa 60g +7/+10/	60g	Wędlina konserwowa drobiowa 60g +7/+10/	60g	Margaryna 20g +7/	20g		
		4	Wędlina konserwowa drobiowa 60g +7/+10/	60g	Pomidor 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g	Wędlina konserwowa drobiowa 60g +7/+10/	60g		
		5	Rzodkiewka 50g	50g	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g	Pomidor 50g	50g		
		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	Jogurt naturalny *7/	150g	Jogurt naturalny *7/	150g	Jogurt naturalny *7/	150g	Deser sojowy waniliowy *6/	125g		
		2	Dżem owocowy	25g	Dżem owocowy	25g						
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	2501,5	wartość energetyczna	2546,9	wartość energetyczna	225821	wartość energetyczna	2139,4		
g	białko ogółem	104,56	białko ogółem	111,54	białko ogółem	7359,5	białko ogółem	88,815		
g	węglowodany ogółem	373,23	węglowodany ogółem	422,68	węglowodany ogółem	41824	węglowodany ogółem	362,22		
g	w tym: cukry	35,31	w tym: cukry	55,749	w tym: cukry	390,82	w tym: cukry	68,849		
g	tłuszcze ogółem	71,933	tłuszcze ogółem	51,079	tłuszcze ogółem	3583	tłuszcze ogółem	42,309		
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	18,3	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	11,423	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	276,03	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	3,189		
g	błonnik	33,803	błonnik	30,123	błonnik	1648	błonnik	36,248		
mg	sól	1,6128	sól	2,0768	sól	439,74	sól	3,7821		

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, 27 październik 2025

DIETA			I A - podstawowa		X - wegetariańska		VI - niski indeks glikemiczny					
ŚNIADANIE	I	1	Zupa owsianka na mleku *1/*7/	300g	Zupa owsianka na mleku *1/*7/	300g	Chleb graham *1/	1g				
		2	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb oliwski *1/	100g	Masło ekstra *7/	15g				
		3	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g	Wędlina polędwica wieprzowa 40g +1/*6/*7/+9/+10/	40g				
		4	Wędlina polędwica wieprzowa 40g +1/*6/*7/+9/+10/	40g	Pasta warzywna meksykańska (gotowa) +11/	120g	Ser edamski 40g *7/	40g				
		5	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g				
		6	Ogórek świeży	30g	Ogórek świeży	30g	Ogórek świeży	30g				
		7	Herbata naturalna	250g	Herbata naturalna	250g	Herbata naturalna	250g				
		8										
		9										
		10										
	II	1	Banan	200g	Banan	200g	Sałatka z selerem konserwowym (VI) *3/*6/*7/*9/*10/+12/	150g				
		2					Gruszka	100g				
		3										
OBIAD		1	Zupa z zielonego groszku z ziemniakami +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/ +11/+12/	450g	Zupa z zielonego groszku z ziemniakami +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/ +11/+12/	450g	Zupa z zielonego groszku z ziemniakami +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/ +11/+12/	450g				
		2	Pieczeń rzymska pieczona *1/*3/+7/+8/+9/+11/+12/	100g	Pierogi z twarogiem *1/+6/*7/+9/	250g	Pulpet wieprzowy gotowany w sosie koperkowym (diet *1/*3/*7/	150g				
		3	Fasolka szparagowa z bułką tartą *1/*7/	150g	Surówka z marchewki i jabłka *7/+9/+12/	200g	Surówka z marchewki i jabłka *7/+9/+12/	200g				
		4	Ziemniaki ugotowane	300g			Ziemniaki ugotowane	300g				
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1	Pierogi z twarogiem *1/+6/*7/+9/	250g	Jabłko	100g	Jabłko	100g				
		2										
		3										
KOLACJA	I	1	Chleb oliwski *1/	50g	Chleb graham *1/	100g	Chleb graham *1/	150g				
		2	Chleb graham *1/	100g	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna 20g +7/	20g				
		3	Margaryna 20g +7/	20g	Margaryna 20g +7/	20g	Wędlina konserwowa drobiowa 60g +7/+10/	60g				
		4	Wędlina konserwowa drobiowa 60g +7/+10/	60g	Twarożek Grani *7/	200g	Rzodkiewka 50g	50g				
		5	Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g				
		6	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						
		7										
		8										
		9										
		10										
	II	1	Jogurt naturalny *7/	150g	Jogurt naturalny *7/	150g	Jogurt naturalny *7/	150g				
		2	Dżem owocowy	25g	Dżem owocowy	25g						
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	3126,7	wartość energetyczna	2843,1	wartość energetyczna	225871					
g	białko ogółem	133,89	białko ogółem	117,71	białko ogółem	7359,9					
g	węglowodany ogółem	467,17	węglowodany ogółem	441,06	węglowodany ogółem	41836					
g	w tym: cukry	51,31	w tym: cukry	59,624	w tym: cukry	393,12					
g	tłuszcze ogółem	85,558	tłuszcze ogółem	71,86	tłuszcze ogółem	3583,4					
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	21,179	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	12,496	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	276,07					
g	błonnik	35,303	błonnik	38,34	błonnik	1650					
mg	sól	2,6021	sól	3,7926	sól	439,75					

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, 28 październik 2025

DIETA			I - podstawowa		II - lekkostrawna		VI - niski indeks glikiemiczny		VIII - bezlaktozowa			
ŚNIADANIE	I	1	Zupa ryż na mleku *7/	300g	Zupa ryż na mleku *7/	300g	Chleb oliwski *1/	100g	Margaryna 20g +7/	20g		
		2	Pasta z tuńczyka na jogurcie *3/*4/*7/+9/+12/	80g	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g	Chleb pszenny *1/	100g		
		3	Masło ekstra *7/	15g	Pasta z tuńczyka na jogurcie *3/*4/*7/+9/+12/	80g	Pasta z tuńczyka na jogurcie *3/*4/*7/+9/+12/	80g	Wędlina rolada drobiowa 70g +9/+10/	70g		
		4	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g		
		5	Pomidor 50g	50g	Pomidor 80g	80g	Papryka czerwona	30g	Papryka czerwona	30g		
		6	Papryka czerwona	30g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g		
		7	Herbata miętowa	250g								
		8										
		9										
		10										
	II	1	Mandarynka	200g	Mandarynka	200g	Mandarynka	200g	Mandarynka	200g		
		2					Sałatka makaronowa z jajkiem i brokułem (d. VI) *3/+6/*7/*10/	150g				
		3										
OBIAD		1	Zupa brokułowa z ziemniakami +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa brokułowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa brokułowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa brokułowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g		
		2	Chili con carne +1/+6/+7/+8/+9/+10/+11/+12/	200g	Kaszotto mięsno-jarzynowe w sosie pomidorowym (die *1/+3/+5/+6/+7/*9/+10/	500g	Chili con carne +1/+6/+7/+8/+9/+10/+11/+12/	200g	Kaszotto mięsno-jarzynowe w sosie pomidorowym (die *1/+3/+5/+6/+7/*9/+10/	500g		
		3	Kasza gryczana ugotowana +1/	200g			Kasza gryczana ugotowana +1/	200g				
		4	Surówka z kapusty białej 150g *12/	150g			Surówka z kapusty białej 150g *12/	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	I	1	Chleb oliwski *1/	150g	Bułka pszenna *1/	200g	Chleb oliwski *1/	150g	Chleb oliwski *1/	150g		
		2	Margaryna 20g +7/	20g	Margaryna 20g +7/	20g	Margaryna 20g +7/	20g	Margaryna 20g +7/	20g		
		3	Pasta twarogowa z koperkiem *7/	80g	Pasta twarogowa z koperkiem (dieta) *7/	80g	Pasta twarogowa z koperkiem (dieta) *7/	80g	Rzodkiewka 50g	50g		
		4	Rzodkiewka 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g	Wędlina szynkowa wieprzowa 60g	60g		
		5	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g		
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
	II	1	Sok pomarańczowy	300g	Sok pomarańczowy	300g	Sok pomidorowy	300g	Sok pomarańczowy	300g		
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	3645,5	wartość energetyczna	3508,3	wartość energetyczna	2759,8	wartość energetyczna	2125,7			
g	białko ogółem	139,88	białko ogółem	130,58	białko ogółem	128,93	białko ogółem	79,73			
g	węglowodany ogółem	569,74	węglowodany ogółem	581,31	węglowodany ogółem	396,19	węglowodany ogółem	356,05			
g	w tym: cukry	75,124	w tym: cukry	67,19	w tym: cukry	27,605	w tym: cukry	25,92			
g	tłuszcze ogółem	97,227	tłuszcze ogółem	77,62	tłuszcze ogółem	81,432	tłuszcze ogółem	46,77			
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,434	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,998	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,581	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	5,7875			
g	błonnik	40,69	błonnik	25,64	błonnik	43,795	błonnik	24,92			
mg	sól	2,997	sól	1,1288	sól	4,5454	sól	0,8355			

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, 28 październik 2025

DIETA			I A - podstawowa		X - wegetariańska		VI - niski indeks glikiemiczny					
ŚNIADANIE	–	1	Zupa ryż na mleku *7/	300g	Zupa ryż na mleku *7/	300g	Masło ekstra *7/	15g				
		2	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g	Pasta z tuńczyka na jogurcie *3/*4/*7/+9/+12/	80g				
		3	Pasta z tuńczyka na jogurcie *3/*4/*7/+9/+12/	80g	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb oliwski *1/	100g				
		4	Chleb oliwski *1/	100g	Ser edamski 40g *7/	40g	Pomidor 50g	50g				
		5	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Papryka czerwona	30g				
		6	Papryka czerwona	30g	Papryka czerwona	30g	Herbata miętowa	250g				
		7	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g						
		8										
		9										
		10										
	=	1	Mandarynka	200g	Mandarynka	200g	Mandarynka	200g				
		2					Sałatka makaronowa z jajkiem i brokułem (d. VI) *3/+6/*7/*10/	150g				
		3										
OBIAD		1	Zupa brokułowa z ziemniakami +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa brokułowa z ziemniakami +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa brokułowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g				
		2	Chili con carne +1/+6/+7/+8/+9/+10/+11/+12/	200g	Kaszotto warzywne +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/	500g	Chili con carne +1/+6/+7/+8/+9/+10/+11/+12/	200g				
		3	Kasza gryczana ugotowana +1/	200g	Falafel +1/+3/+5/+6/+7/+8/+9/+10/+11/+12/	150g	Kasza gryczana ugotowana +1/	200g				
		4	Jarzyny z wody *7/	150g			Surówka z kapusty białej 150g *12/	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						
		2										
		3										
KOLACJA	–	1	Chleb oliwski *1/	150g	Chleb oliwski *1/	150g	Chleb oliwski *1/	150g				
		2	Margaryna 20g +7/	20g	Margaryna 20g +7/	20g	Margaryna 20g +7/	20g				
		3	Pasta twarogowa z koperkiem *7/	80g	Pasta twarogowa z koperkiem *7/	80g	Pasta twarogowa z koperkiem (dieta) *7/	80g				
		4	Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g				
		5	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g				
		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	3562,4	wartość energetyczna	3378,8	wartość energetyczna	2759,8					
g	białko ogółem	138,29	białko ogółem	96,921	białko ogółem	128,93					
g	węglowodany ogółem	551,85	węglowodany ogółem	534,41	węglowodany ogółem	396,19					
g	w tym: cukry	68,844	w tym: cukry	68,809	w tym: cukry	27,605					
g	tłuszcze ogółem	96,032	tłuszcze ogółem	100,81	tłuszcze ogółem	81,432					
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	15,795	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	10,554	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,581					
g	błonnik	37,24	błonnik	33,38	błonnik	43,795					
mg	sól	2,9298	sól	1,4246	sól	4,5454					

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 Szczególnie Gdańskim

Podmiot Leczniczy Samorządu Województwa Pomorskiego

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana

środa, 29 październik 2025

DIETA			I - podstawowa		II - lekkostrawna		VI - niski indeks glikemiczny		VIII - bezlaktozowa	
ŚNIADANIE	I	1	Zupa ciasto lane na mleku *1/*3/*7/	300g	Zupa ciasto lane na mleku *1/*3/*7/	300g	Chleb graham *1/	100g	Margaryna 20g +7/	20g
		2	Masło ekstra *7/	15g	Chleb pszenny *1/	100g	Pomidor 50g	50g	Chleb pszenny *1/	100g
		3	Wędlina konserwowa drobiowa 40g +7/+10/	40g	Wędlina konserwowa drobiowa 40g +7/+10/	40g	Sałata 10g	10g	Pomidor 50g	50g
		4	Chleb oliwski *1/	100g	Pomidor 80g	80g	Wędlina konserwowa drobiowa 40g +7/+10/	40g	Sałata 10g	10g
		5	Pomidor 50g	50g	Herbata naturalna	250g	Kefir *7/	180g	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem z majonezem *3/+7/+9/*10/+12/	80g
		6	Sałata 10g	10g	Masło ekstra *7/	15g	Herbata naturalna	250g	Herbata naturalna	250g
		7	*Herbata naturalna*	*250g*			*Masło ekstra *7/*	*15g*		
		8								
		9								
		10								
	II	1	Jabłko	100g	Jabłko	100g	Jabłko	100g	Jabłko	100g
		2					Kanapka z serem *7/	50g		
		3								
OBIAD		1	Zupa jarzynowa z ryżem +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Gulasz drobiowy (dieta) +7/*9/+12/	100g	Zupa jarzynowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Gulasz drobiowy (dieta) +7/*9/+12/	100g
		2	Pierś z kurczaka w sosie kremowo-pieczarkowym +1/*7/+8/+9/+11/+12/	150g	Zupa jarzynowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Gulasz drobiowy (dieta) +7/*9/+12/	100g	Zupa jarzynowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g
		3	Makaron rurka ugotowany *1/	200g	Ryż gotowany	200g	Surówka z kapusty białej 150g *12/	150g	Ryż gotowany	200g
		4	Marchewka gotowana *7/	150g	Marchewka gotowana *7/	150g	Ryż brązowy ugotowany	200g	Marchewka gotowana d. bezml.	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
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna 20g +7/	20g	Serdelki drobiowe gotowane	120g	Chleb oliwski *1/	50g
		3	Margaryna 20g +7/	20g	Serdelki drobiowe gotowane	120g	Pomidor 50g	50g	Margaryna 20g +7/	20g
		4	Śledź po kaszubsku +1/+3/+6/+7/+8/+9/+10/+12/	120g	Pomidor 50g	50g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g	Serdelki drobiowe gotowane	120g
		5	Pomidor 50g	50g	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Margaryna 20g +7/	20g	Pomidor 50g	50g
		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	Serek waniliowy *7/	200g	Serek waniliowy *7/	200g	serek homogenizowany naturalny *7/	200g	Deser sojowy czekoladowy	125g
		2								
		3								

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	2718,1	wartość energetyczna	2755,2	wartość energetyczna	2465,4	wartość energetyczna	2162,5
g	białko ogółem	145,59	białko ogółem	144,05	białko ogółem	130,43	białko ogółem	101,4
g	węglowodany ogółem	361,92	węglowodany ogółem	393,22	węglowodany ogółem	328,21	węglowodany ogółem	292,95
g	w tym: cukry	32,325	w tym: cukry	32,85	w tym: cukry	12,3	w tym: cukry	8,89
g	tłuszcze ogółem	82,024	tłuszcze ogółem	70,54	tłuszcze ogółem	78,8	tłuszcze ogółem	69,485
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	11,957	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	12,025	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	15,44	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	1,0805
g	błonnik	25,276	błonnik	20,75	błonnik	36,375	błonnik	23,475
mg	sól	2,547	sól	2,1608	sól	2,0944	sól	2,0592

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, 29 październik 2025

DIETA			I A - podstawowa		X - wegetariańska		VI - niski indeks glikemiczny					
ŚNIADANIE	I	1	Zupa ciasto lane na mleku *1/*3/*7/	300g	Zupa ciasto lane na mleku *1/*3/*7/	300g	Chleb graham *1/	100g				
		2	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g				
		3	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb oliwski *1/	100g	Pomidor 50g	50g				
		4	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Sałata 10g	10g				
		5	Sałata 10g	10g	Sałata 10g	10g	Wędlina konserwowa drobiowa 40g +7/+10/	40g				
		6	Wędlina żywiecka 40g	40g	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem z majonezem *3/+7/+9/*10/+12/	80g	Kefir *7/	180g				
		7	Herbata naturalna	250g	Herbata naturalna	250g	Herbata naturalna	250g				
		8										
		9										
		10										
	II	1	Jabłko	100g	Jabłko	100g	Jabłko	100g				
		2					Kanapka z serem *7/	50g				
		3										
OBIAD		1	Zupa jarzynowa z ryżem +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa jarzynowa z ryżem +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				
		2	Pierś z kurczaka w sosie kremowo-pieczarkowym +1/*7/+8/+9/+11/+12/	150g	Makaron rurka ugotowany *1/	200g	Gulasz drobiowy (dieta) +7/*9/+12/	100g				
		3	Makaron rurka ugotowany *1/	200g	Marchewka gotowana *7/	150g	Surówka z kapusty białej 150g *12/	150g				
		4	Marchewka gotowana *7/	150g	Gulasz z cieciorką w sosie pomidorowym *1/+5/+6/+7/+8/+9/+10/+11/+12/	250g	Ryż brązowy ugotowany	200g				
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1	Gofry z dżemem *1/*3/*7/	90g	Gofry z dżemem *1/*3/*7/	90g	Gruszka	100g				
		2										
		3										
KOLACJA	I	1	Chleb graham *1/	100g	Chleb graham *1/	100g	Chleb graham *1/	150g				
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna 20g +7/	20g				
		3	Margaryna 20g +7/	20g	Margaryna 20g +7/	20g	Serdelki drobiowe gotowane	120g				
		4	Śledź po kaszubsku +1/+3/+6/+7/+8/+9/+10/+12/	120g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g				
		5	Pomidor 50g	50g	Pasta warzywna meksykańska (gotowa) +11/	120g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g				
		6	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						
		7										
		8										
		9										
		10										
	II	1	Serek waniliowy *7/	200g	Serek waniliowy *7/	200g	serek homogenizowany naturalny *7/	200g				
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	2959,8	wartość energetyczna	3152,7	wartość energetyczna	2523,4					
g	białko ogółem	151,71	białko ogółem	128,36	białko ogółem	131,03					
g	węglowodany ogółem	393,74	węglowodany ogółem	428,19	węglowodany ogółem	342,61					
g	w tym: cukry	39,013	w tym: cukry	43,382	w tym: cukry	14,1					
g	tłuszcze ogółem	92,189	tłuszcze ogółem	108,28	tłuszcze ogółem	79					
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	12,29	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,17	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	15,48					
g	błonnik	26,056	błonnik	31,855	błonnik	38,475					
mg	sól	2,6442	sól	4,0793	sól	2,0994					

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, 30 październik 2025

DIETA			I - podstawowa		II - lekkostrawna		VI - niski indeks glikemiczny		VIII - bezlaktozowa			
ŚNIADANIE	I	1	Kasza jęczmienna na mleku *1/*7/	300g	Chleb pszenny *1/	100g	Chleb graham *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g		
		2	Chleb oliwski *1/	100g	Krakowska drobiowa 40g +6/+7/+9/+10/	40g	Herbata naturalna	250g	Herbata naturalna	250g		
		3	Krakowska drobiowa 40g +6/+7/+9/+10/	40g	Pomidor	80g	Wędlina krakowska drobiowa 70g +6/+7/+9/+10/	70g	Pomidor 80g	80g		
		4	Herbata naturalna	250g	Herbata naturalna	250g	Pomidor 30g	30g	Margaryna Delma +7/	20g		
		5	Rzodkiewka 50g	50g	Zupa kasza jęczmienna na mleku *1/*7/	300g	Rzodkiewka 50g	50g	Wędlina krakowska drobiowa 70g +6/+7/+9/+10/	70g		
		6	Pomidor 30g	30g	Dżem truskawkowy 50g	50g	Masło ekstra *7/	15g	Dżem truskawkowy 50g	50g		
		7	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g						
		8										
		9										
		10										
	II	1	Gruszka	100g	Jabłko	100g	Sałatka z ciecierzycą (WEGAŃSKA) +1/+7/+8/+9/+11/+12/	150g	Gruszka	100g		
		2										
		3										
OBIAD		1	Selerowa z ziemniakami +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Selerowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Selerowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Selerowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g		
		2	Ziemniaki ugotowane	300g	Ziemniaki ugotowane	300g	Filet z kurczaka gotowany w jarzynach *1/*7/*9/.	120g	Ziemniaki ugotowane	300g		
		3	Surówka z kapusty kiszonej 150g +7/+9/+12/	150g	Marchewka gotowana *7/	150g	Kasza bulgur ugotowana *1/	200g	Filet z kurczaka gotowany w jarzynach bezmleczna *1/*9/	120g		
		4	Filet z kurczaka panierowany *1/*3/+7/+9/+12/	110g	Filet z kurczaka gotowany w jarzynach *1/*7/*9/	120g	Sałata z jogurtem *7/	55g	Marchewka gotowana bezmleczna	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		
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Chleb oliwski *1/	50g		
		3	Margaryna Delma +7/	20g	Jajka gotowane *3/	120g	Ogórek świeży	50g	Margaryna Delma +7/	20g		
		4	Ogórek świeży	50g	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Jajka gotowane *3/	120g	Ogórek świeży	50g		
		5	Wędlina konserwowa 60g +1/*6/*7/+8/+9/+10/	60g	Sałata 10g	10g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g	Jajka gotowane *3/	120g		
		6	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Sos jogurtowo-koperkowy *7/+9/+12/	50g	Sos jogurtowo-koperkowy *7/+9/+12/	50g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g		
		7										
		8										
		9										
		10										
	=	1	Mus owocowy	100g	Mus owocowy	100g	Mus warzywny	100g	Mus owocowy	100g		
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	2458,7	wartość energetyczna	2540,4	wartość energetyczna	2394,4	wartość energetyczna	2095,6
g	białko ogółem	100,9	białko ogółem	113,32	białko ogółem	122,57	białko ogółem	101,38
g	węglowodany ogółem	363,83	węglowodany ogółem	389,91	węglowodany ogółem	328,85	węglowodany ogółem	324,57
g	w tym: cukry	30,29	w tym: cukry	39,193	w tym: cukry	21,663	w tym: cukry	34,35
g	tłuszcze ogółem	73,396	tłuszcze ogółem	62,407	tłuszcze ogółem	65,04	tłuszcze ogółem	49,355
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	10,467	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	11,44	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	9,0437	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	0,519
g	błonnik	34,143	błonnik	27,319	błonnik	43,165	błonnik	31,29
mg	sól	3,0497	sól	1,8572	sól	2,2217	sól	1,6814

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, 30 październik 2025

DIETA			I A - podstawowa		X - wegetariańska		VI - niski indeks glikiemiczny					
ŚNIADANIE	–	1	Kasza jęczmienna na mleku *1/*7/	300g	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb graham *1/	100g				
		2	Chleb oliwski *1/	100g	Herbata naturalna	250g	Herbata naturalna	250g				
		3	Krakowska drobiowa 40g +6/+7/+9/+10/	40g	Kasza jęczmienna na mleku *1/*7/	300g	Wędlina krakowska drobiowa 70g +6/+7/+9/+10/	70g				
		4	Herbata naturalna	250g	Rzodkiewka 50g	50g	Pomidor 30g	30g				
		5	Rzodkiewka 50g	50g	Pomidor 30g	30g	Rzodkiewka 50g	50g				
		6	Pomidor 30g	30g	Pasta z groszku (d.wegańska) +7/+9/+12/	80g	Masło ekstra *7/	15g				
		7	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g						
		8										
		9										
		10										
	=	1	Gruszka	100g	Gruszka	100g	Sałatka z ciecierzycą (WEGAŃSKA) +1/+7/+8/+9/+11/+12/	150g				
		2										
		3										
OBIAD		1	Selerowa z ziemniakami +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/ +11/+12/	400g	Selerowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10 /+11/+12/	400g	Selerowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10 /+11/+12/	400g				
		2	Ziemniaki ugotowane	300g	Cukinia faszerowana z warzywami +1/*7/*9/	300g	Filet z kurczaka gotowany w jarzynach *1/*7/*9/	120g				
		3	Surówka z kapusty kiszonej 150g +7/+9/+12/	150g	Surówka z kapusty kiszonej 150g +7/+9/+12/	150g	Kasza bulgur ugotowana *1/	200g				
		4	Filet z kurczaka panierowany *1/*3/+7/+9/+12/	110g			Sałata z jogurtem *7/	55g				
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1	Muffinki z jabłkami *1/*3/+6/*7/+9/+10/	100g	Muffinki z jabłkami *1/*3/+6/*7/+9/+10/	100g	serek homogenizowany naturalny *7/	200g				
		2										
		3										
KOLACJA	–	1	Chleb graham *1/	100g	Chleb graham *1/	100g	Chleb graham *1/	150g				
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna Delma +7/	20g				
		3	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Ogórek świeży	50g				
		4	Ogórek świeży	50g	Ogórek świeży	50g	Jajka gotowane *3/	120g				
		5	Wędlina konserwowa 60g +1/*6/*7/+8/+9/+10/	60g	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+1 1/	250g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g				
		6	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+1 1/	250g	Pasta warzywna	80g	Sos jogurtowo-koperkowy *7/+9/+12/	50g				
		7										
		8										
		9										
		10										
	=	1	Mus owocowy	100g	Mus owocowy	100g	Mus warzywny	100g				
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	2733,2	wartość energetyczna	2410,5	wartość energetyczna	2510,4					
g	białko ogółem	109,77	białko ogółem	85,195	białko ogółem	140,97					
g	węglowodany ogółem	396,96	węglowodany ogółem	387,49	węglowodany ogółem	339,25					
g	w tym: cukry	44,717	w tym: cukry	55,802	w tym: cukry	21,663					
g	tłuszcze ogółem	85,386	tłuszcze ogółem	63,881	tłuszcze ogółem	65,04					
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	14,851	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,681	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	9,0437					
g	błonnik	34,966	błonnik	48,481	błonnik	43,165					
mg	sól	3,051	sól	3,4349	sól	2,2217					

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 Szczegadzie Gdańskim

Podmiot Leczniczy Samorządu Województwa Pomorskiego

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana

piątek, 31 październik 2025

DIETA			I - podstawowa		II - lekkostrawna		VI - niski indeks glikemiczny		VIII - bezlaktozowa	
ŚNIADANIE	I	1	Makaron na mleku *1/*7/	300g	Makaron na mleku *1/*7/	300g	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g
		2	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Pomidor	50g	Pomidor	50g
		3	Herbata zielona	250g	Herbata zielona	250g	Herbata zielona	250g	Herbata zielona	250g
		4	Jajecznica na maśle +1/*3/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	100g	Pasta twarogowa z pietruszką z jogurtem *7/	80g	Papryka czerwona	30g	Margaryna Delma +7/	20g
		5	Masło extra 15g	1szt.	Sałata 10g	10g	Pasta twarogowa z pietruszką z jogurtem *7/	80g	Papryka czerwona	30g
		6	Pomidor 50g	50g	Masło extra 15g	1szt.	Masło extra 15g	1szt.	Pasta warzywna meksykańska (gotowa) +11/	120g
		7	Papryka czerwona	30g	Pomidor 50g	50g				
		8								
		9								
		10								
	II	1	Jabłko	200g	Jabłko	200g	Pomidory z ogórkiem wegańska +7/+9/*10/+12/	250g	Jabłko	200g
		2					Chleb graham *1/	50g		
		3								
OBIAD		1	Ziemniaki ugotowane	300g	Marchwianka z ryżem (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Ziemniaki ugotowane	300g	Marchwianka z ryżem (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g
		2	Zupa krupnik z ziemniakami *1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Ziemniaki ugotowane	300g	Zupa krupnik z ziemniakami *1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Ziemniaki ugotowane	300g
		3	Brokuł gotowany *1/*7/	150g	Brokuł gotowany (dieta) *7/	150g	Brokuł gotowany (dieta) *7/	150g	Brokuł gotowany (dieta) *7/	150g
		4	Sos cytrynowy *1/+3/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/+12/	125g	Sos koperkowy (dieta) *1/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/	125g	Pulpet rybny gotowany *1/*3/*4/+7/+9/+12/	180g	Pulpet rybny gotowany *1/*3/*4/+7/+9/+12/	180g
		5	Pulpet rybny gotowany *1/*3/*4/+7/+9/+12/	180g	Pulpet rybny gotowany *1/*3/*4/+7/+9/+12/	180g				
		6								
		7								
		8								
		9								
		10								
PODWIECZOREK		1			Galaretka z owocami +1/+3/+6/+7/	200g				
		2								
		3								
KOLACJA	I	1	Chleb graham *1/	100g	Bułka pszenna *1/	200g	Chleb graham *1/	150g	Chleb graham *1/	100g
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Chleb oliwski *1/	50g
		3	Margaryna Delma +7/	20g	Twarożek Grani *7/	200g	Twarożek Grani *7/	200g	Margaryna Delma +7/	20g
		4	Twarożek Grani *7/	200g	Herbata owocowa	250g	Papryka czerwona	50g	Herbata owocowa	250g
		5	Papryka czerwona	50g	Pomidor 50g	50g	Herbata owocowa	250g	Dżem śliwkowy 100g	50g
		6	Herbata owocowa	250g					Wędlina polędwica drobiowa 40g	40g
		7	Dżem śliwkowy 50g	50g					Pomidor 50g	50g
		8								
		9								
		10								
	II	1	Jogurt Skyr waniliowy *7/	140g	Jogurt Skyr waniliowy *7/	140g	Jogurt Skyr naturalny *7/	140g	Deser sojowy waniliowy *6/	200g
		2			Ciastka owsiane (gotowe)	30g				
		3								

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	2958,2	wartość energetyczna	2808,9	wartość energetyczna	2504	wartość energetyczna	2179,6
g	białko ogółem	146,81	białko ogółem	148,56	białko ogółem	141,97	białko ogółem	88,053
g	węglowodany ogółem	419,94	węglowodany ogółem	444,14	węglowodany ogółem	380,84	węglowodany ogółem	368,78
g	w tym: cukry	39,149	w tym: cukry	33,17	w tym: cukry	15,494	w tym: cukry	52,48
g	tłuszcze ogółem	82,031	tłuszcze ogółem	53,375	tłuszcze ogółem	51,557	tłuszcze ogółem	43,335
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	12,383	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	9,5227	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	3,7443	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	3,5781
g	błonnik	29,946	błonnik	28,038	błonnik	31,269	błonnik	35,503
mg	sól	2,184	sól	2,4586	sól	1,799	sól	3,3808

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, 31 październik 2025

DIETA			I A - podstawowa		X - wegetariańska		VI - niski indeks glikiemiczny					
ŚNIADANIE	I	1	Makaron na mleku *1/*7/	300g	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb oliwski *1/	100g				
		2	Chleb oliwski *1/	100g	Herbata zielona	250g	Pomidor	50g				
		3	Herbata zielona	250g	Makaron na mleku *1/*7/	300g	Herbata zielona	250g				
		4	Jajecznica na maśle +1/*3/+5/+6/*7/+8/+9/+10/ +11/	100g	Jajecznica na maśle +1/*3/+5/+6/*7/+8/+9/+10/ +11/	100g	Papryka czerwona	30g				
		5	Masło extra 15g	1szt.	Papryka czerwona	30g	Pasta twarogowa z pietruszką z jogurtem *7/	80g				
		6	Pomidor 50g	50g	Masło extra 15g	1szt.	Masło extra 15g	1szt.				
		7	Papryka czerwona	30g	Pomidor 50g	50g						
		8										
		9										
		10										
	II	1	Jabłko	200g	Jabłko	200g	Pomidory z ogórkiem wegańska +7/+9/*10/+12/	250g				
		2					Chleb graham *1/	50g				
		3										
OBIAD		1	Ziemniaki ugotowane	300g	Jak kurczak w chrupiącej panierce *1/*6/*9/	90g	Ziemniaki ugotowane	300g				
		2	Zupa krupnik z ziemniakami *1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/ +11/+12/	450g	Ketchup łagodny	20g	Zupa krupnik z ziemniakami *1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/ +11/+12/	450g				
		3	Brokuł gotowany *1/*7/	150g	Ziemniaki ugotowane	300g	Brokuł gotowany (dieta) *7/	150g				
		4	Sos cytrynowy *1/+3/+5/+6/*7/+8/+9/+10/ +11/+12/	125g	Zupa krupnik z ziemniakami *1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/ +11/+12/	450g	Pulpet rybny gotowany *1/*3/*4/+7/+9/+12/	180g				
		5	Pulpet rybny gotowany *1/*3/*4/+7/+9/+12/	180g	Brokuł gotowany *1/*7/	150g						
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1	Paluchy ziołowe *7/+9/+12/	150g	Paluchy ziołowe *7/+9/+12/	150g	Gruszka	100g				
		2	Sos czosnkowy	50g	Sos czosnkowy	50g						
		3										
KOLACJA	I	1	Chleb graham *1/	100g	Chleb graham *1/	100g	Chleb graham *1/	150g				
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna Delma +7/	20g				
		3	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Papryka czerwona	50g				
		4	Papryka czerwona	50g	Papryka czerwona	50g	Herbata owocowa	250g				
		5	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Twarożek Grani *7/	200g				
		6	Twarożek Grani *7/	200g	Twarożek Grani *7/	200g						
		7	Dżem śliwkowy 50g	50g	Dżem śliwkowy 50g	50g						
		8										
		9										
		10										
	II	1	Jogurt Skyr waniliowy *7/	140g	Jogurt Skyr waniliowy *7/	140g	Jogurt Skyr naturalny *7/	140g				
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	3280	wartość energetyczna	3043,3	wartość energetyczna	2562					
g	białko ogółem	162,23	białko ogółem	136,17	białko ogółem	142,57					
g	węglowodany ogółem	424,54	węglowodany ogółem	407,23	węglowodany ogółem	395,24					
g	w tym: cukry	39,649	w tym: cukry	36,575	w tym: cukry	17,294					
g	tłuszcze ogółem	108,54	tłuszcze ogółem	101,1	tłuszcze ogółem	51,757					
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	12,383	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	5,7898	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	3,7843					
g	błonnik	29,946	błonnik	34,233	błonnik	33,369					
mg	sól	2,2812	sól	2,0855	sól	1,804					

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, 1 listopad 2025

DIETA			I - podstawowa		II - lekkostrawna		VI - niski indeks glikemiczny		VIII - bezlaktozowa			
ŚNIADANIE	I	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Wędlina szynka gotowana 70g +1/*6/*7/+9/+10/	70g	Chleb pszenny *1/	100g		
		2	Śląska gotowana 100g +1/+3/+6/+7/+9/+10/	100g	Pomidor	80g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g	Ogórek świeży	50g		
		3	Ogórek świeży	50g	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Chleb graham *1/	100g	Wędlina szynka gotowana 70g +1/*6/*7/+9/+10/	70g		
		4	Rzodkiewka	30g	Wędlina szynka gotowana 70g +1/*6/*7/+9/+10/	70g	Masło extra 15g	1szt.	Margaryna Delma +7/	20g		
		5	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Masło extra 15g	1szt.	Rzodkiewka	30g	Rzodkiewka	30g		
		6	Chrzan	20g	Sałata 10g	10g	Ogórek świeży	50g	Dżem truskawkowy 50g	50g		
		7	Masło extra 15g	1szt.	Dżem truskawkowy 50g	50g			Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g		
		8										
		9										
		10										
	II	1	Banan	200g	Banan	200g	Sałatka ryżowa z tuńczykiem (dieta VI) *4/*7/+9/+12/	130g	Banan	200g		
		2										
		3										
OBIAD		1	Zupa pieczarkowa z makaronem *1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa rosół z makaronem (dieta) *1/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa rosół z makaronem (dieta) *1/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa rosół z makaronem (dieta) *1/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g		
		2	Surówka z ogórków kiszonych +7/+9/+12/	150g	Surówka z marchewki i jabłka *7/+9/+12/	200g	Surówka z ogórków kiszonych +7/+9/+12/	150g	Porcja mięsa wieprzowego w sosie (dieta bezmleczn) *1/+7/*9/+12/	150g		
		3	Pieczeń wieprzowa z karkówki +1/+7/+8/+9/+11/+12/	150g	Ziemniaki ugotowane	300g	Kasza jęczmienna ugotowana *1/	200g	Ziemniaki ugotowane	300g		
		4	Ziemniaki ugotowane	300g	Porcja mięsa wieprzowego w sosie (dieta) *1/*7/*9/+12/	150g	Porcja mięsa wieprzowego w sosie (dieta) *1/*7/*9/+12/	150g	Surówka z ogórków kiszonych +7/+9/+12/	150g		
		5	Sos myśliwski *1/+3/+5/+6/+7/+9/*10/+12/	125g								
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1										
		2										
		3										
KOLACJA	I	1	Chleb graham *1/	100g	Bułka pszenna *1/	200g	Margaryna Delma +7/	20g	Chleb graham *1/	100g		
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna Delma +7/	20g	Pomidor 50g	50g	Chleb oliwski *1/	50g		
		3	Margaryna Delma +7/	20g	Pomidor	50g	Herbata owocowa	250g	Margaryna Delma +7/	20g		
		4	Herbata owocowa	250g	Wędlina baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g	Chleb graham *1/	150g	Herbata owocowa	250g		
		5	Pomidor 50g	50g	Herbata owocowa	250g	Hummus z papryką na ostro (gotowy)	115g	Pomidor 50g	50g		
		6	Hummus z papryką na ostro (gotowy)	115g					Hummus z papryką na ostro (gotowy)	115g		
		7	Jogurt naturalny *7/	150g								
		8										
		9										
		10										
	II	1	Sok pomidorowy	300g	Sok pomidorowy	300g	Sok pomidorowy	300g	Sok pomidorowy	300g		
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	2567	wartość energetyczna	2245,6	wartość energetyczna	2372,3	wartość energetyczna	2232,8
g	białko ogółem	99,802	białko ogółem	91,99	białko ogółem	107,61	białko ogółem	87,27
g	węglowodany ogółem	363	węglowodany ogółem	402,22	węglowodany ogółem	383,18	węglowodany ogółem	369,19
g	w tym: cukry	30,465	w tym: cukry	41,96	w tym: cukry	5,8202	w tym: cukry	35,87
g	tłuszcze ogółem	86,031	tłuszcze ogółem	34,805	tłuszcze ogółem	52,481	tłuszcze ogółem	51,105
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	8,0279	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	2,584	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	3,3036	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	2,9155
g	błonnik	34,775	błonnik	26,76	błonnik	36,028	błonnik	31,55
mg	sól	5,6868	sól	2,7114	sól	5,963	sól	5,1138

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

sobota, 1 listopad 2025

DIETA			I A - podstawowa		X - wegetariańska		VI - niski indeks glikiemiczny					
ŚNIADANIE	–	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb oliwski *1/	100g	Wędlina szynka gotowana 70g +1/*6/*7/+9/+10/	70g				
		2	Śląska gotowana 100g +1/+3/+6/+7/+9/+10/	100g	Jajka gotowane w majonezie *3/*10/	140g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g				
		3	Ogórek świeży	50g	Ogórek świeży	50g	Chleb graham *1/	100g				
		4	Rzodkiewka	30g	Rzodkiewka	30g	Masło extra 15g	1szt.				
		5	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Masło extra 15g	1szt.	Rzodkiewka	30g				
		6	Chrzan	20g	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Ogórek świeży	50g				
		7	Masło extra 15g	1szt.								
		8										
		9										
		10										
	=	1	Banan	200g	Banan	200g	Sałatka ryżowa z tuńczykiem (dieta VI) *4/*7/+9/+12/	130g				
		2										
		3										
OBIAD		1	Zupa pieczarkowa z makaronem *1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa rosół z makaronem (dieta) *1/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g	Zupa rosół z makaronem (dieta) *1/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g				
		2	Surówka z ogórków kiszonych +7/+9/+12/	150g	Klopsiki wege z pieczarkami *1/*3/+7/*9/+12/	150g	Surówka z ogórków kiszonych +7/+9/+12/	150g				
		3	Pieczeń wieprzowa z karkówki +1/+7/+8/+9/+11/+12/	150g	Ziemniaki ugotowane	300g	Kasza jęczmienna ugotowana *1/	200g				
		4	Ziemniaki ugotowane	300g	Surówka z ogórków kiszonych +7/+9/+12/	150g	Porcja mięsa wieprzowego w sosie (dieta) *1/*7/*9/+12/	150g				
		5	Sos myśliwski *1/+3/+5/+6/+7/+9/*10/+12/	125g								
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1	Jabłko pieczone	100g	Jabłko pieczone	100g	Jabłko pieczone	100g				
		2					Orzechy włoskie	30g				
		3										
KOLACJA	–	1	Chleb graham *1/	100g	Chleb graham *1/	100g	Margaryna Delma +7/	20g				
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Chleb oliwski *1/	50g	Pomidor 50g	50g				
		3	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Herbata owocowa	250g				
		4	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Chleb graham *1/	150g				
		5	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Hummus z papryką na ostro (gotowy)	115g				
		6	Hummus z papryką na ostro (gotowy)	115g	Hummus z papryką na ostro (gotowy)	115g						
		7	Jogurt naturalny *7/	150g	Jogurt naturalny *7/	150g						
		8										
		9										
		10										
	=	1	Sok pomidorowy	300g	Sok pomidorowy	300g	Sok pomidorowy	300g				
		2										
		3										

	DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ										
kcal	wartość energetyczna	2617	wartość energetyczna	2498,6	wartość energetyczna	2622,1					
g	białko ogółem	100,2	białko ogółem	95,815	białko ogółem	112,81					
g	węglowodany ogółem	375,1	węglowodany ogółem	388,46	węglowodany ogółem	400,68					
g	w tym: cukry	32,765	w tym: cukry	32	w tym: cukry	8,7802					
g	tłuszcze ogółem	86,431	tłuszcze ogółem	70,07	tłuszcze ogółem	70,971					
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	8,0679	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	1,035	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	5,3116					
g	błonnik	36,775	błonnik	36,825	błonnik	39,978					
mg	sól	5,6918	sól	4,9911	sól	5,968					

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, 2 listopad 2025

DIETA			I - podstawowa		II - lekkostrawna		VI - niski indeks glikiemiczny		VIII - bezlaktozowa	
ŚNIADANIE	–	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Chleb graham *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g
		2	Ser edamski 70g *7/	70g	Herbata zielona	250g	Ser edamski 70g *7/	70g	Ogórek świeży	50g
		3	Ketchup łagodny	20g	Pomidor	80g	Ogórek świeży	50g	Sałata	10g
		4	Dżem wiśniowy	50g	Sałata 10g	10g	Sałata	10g	Herbata zielona	250g
		5	Ogórek świeży	50g	Serdelki drobiowe gotowane	120g	Herbata zielona	250g	Margaryna Delma +7/	20g
		6	Sałata	10g			Masło extra 15g	1szt.	Serdelki drobiowe gotowane	120g
		7	Herbata zielona	250g					Ketchup łagodny	20g
		8	Masło extra 15g	1szt.						
		9								
		10								
	=	1	Kiwi	200g	Jabłko	100g	Słupki z warzyw w sosie jogurtowym +1/*7/+8/+11/	375g	Kiwi	200g
		2								
		3								
OBIAD		1	Gulasz Strogonow +1/+6/+7/+8/+9/*10/+11/+12/	200g	Ziemniaki ugotowane	300g	Gulasz wołowo-wieprzowy (dieta) *1/*7/*9/+12/	100g	Kasza gryczana ugotowana +1/	200g
		2	Kalafior gotowany *1/*7/	150g	Kalafior gotowany (dieta) *7/	150g	Kalafior gotowany (dieta) *7/	150g	Gulasz wołowo-wieprzowy (dieta) BM *1/+7/*9/+12/	100g
		3	Kasza gryczana ugotowana +1/	200g	Gulasz wołowo-wieprzowy (dieta) *1/*7/*9/+12/	100g	Kasza gryczana ugotowana +1/	200g	Kalafior gotowany (dieta) *7/	150g
		4	Zupa barszcz ukraiński +1/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/*12/	400g	Zupa buraczkowa (dieta) +5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Zupa barszcz ukraiński +1/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/*12/	400g	Zupa buraczkowa (dieta) +5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g
		5								
		6								
		7								
		8								
		9								
		10								
PODWIECZOREK		1								
		2								
		3								
KOLACJA	–	1	Chleb graham *1/	100g	Bułka pszenna *1/	200g	Chleb graham *1/	150g	Chleb graham *1/	100g
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Chleb oliwski *1/	50g
		3	Margaryna Delma +7/	20g	Baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g	Baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g	Margaryna Delma +7/	20g
		4	Baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Papryka czerwona	50g	Baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g
		5	Papryka czerwona	50g	Pomidor	50g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g	Papryka czerwona	50g
		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	Pasta z fasoli *3/+7/+9/+12/	80g						
		8								
		9								
		10								
	=	1	Mus warzywny	100g	Mus warzywny	100g	Mus warzywny	200g	Mus warzywny	100g
		2								
		3								

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	2640,1	wartość energetyczna	2138,2	wartość energetyczna	2439,6	wartość energetyczna	2240,5
g	białko ogółem	115,98	białko ogółem	95,215	białko ogółem	111,22	białko ogółem	96,195
g	węglowodany ogółem	389,85	węglowodany ogółem	332,15	węglowodany ogółem	368,64	węglowodany ogółem	327,43
g	w tym: cukry	41,779	w tym: cukry	44,198	w tym: cukry	48,873	w tym: cukry	38,988
g	tłuszcze ogółem	75,445	tłuszcze ogółem	50,425	tłuszcze ogółem	65,548	tłuszcze ogółem	65,825
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	9,5223	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	7,063	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	7,5046	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	7,5815
g	błonnik	38,683	błonnik	22,96	błonnik	38,683	błonnik	30,11
mg	sól	2,6616	sól	2,0674	sól	2,4986	sól	2,4634

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

niedziela, 2 listopad 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	Ser edamski 70g *7/	70g	Ser edamski 70g *7/	70g	Ser edamski 70g *7/	70g				
		3	Ketchup łagodny	20g	Dżem wiśniowy	50g	Ogórek świeży	50g				
		4	Dżem wiśniowy	50g	Ogórek świeży	50g	Sałata	10g				
		5	Ogórek świeży	50g	Sałata	10g	Herbata zielona	250g				
		6	Sałata	10g	Herbata zielona	250g	Masło extra 15g	1szt.				
		7	Herbata zielona	250g	Ketchup łagodny	20g						
		8	Masło extra 15g	1szt.	Masło extra 15g	1szt.						
		9										
		10										
	II	1	Kiwi	200g	Kiwi	200g	Słupki z warzyw w sosie jogurtowym +1/*7/+8/+11/	375g				
		2										
		3										
OBIAD		1	Gulasz Strogonow +1/+6/+7/+8/+9/*10/+11/+12/	200g	Spaghetti z pieczarkami i papryką wege *1/+3/*6/+7/+8/+9/+12/	400g	Kasza gryczana ugotowana +1/	200g				
		2	Kasza gryczana ugotowana +1/	200g	Zupa barszcz ukraiński +1/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/*12/	400g	Kalafior gotowany (dieta) *7/	150g				
		3	Kalafior gotowany *1/*7/	150g			Gulasz wołowo-wieprzowy (dieta) *1/*7/*9/+12/	100g				
		4	Zupa barszcz ukraiński +1/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/*12/	400g			Zupa barszcz ukraiński +1/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/*12/	400g				
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1	Kisiel z jabłkiem +1/+3/+6/+7/	250g	Kisiel z jabłkiem +1/+3/+6/+7/	250g	Jabłko	100g				
		2										
		3										
KOLACJA	I	1	Chleb graham *1/	100g	Chleb graham *1/	100g	Chleb graham *1/	150g				
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna Delma +7/	20g				
		3	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g				
		4	Baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g	Papryka czerwona	50g	Papryka czerwona	50g				
		5	Papryka czerwona	50g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g				
		6	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Pasta z fasoli *3/+7/+9/+12/	80g						
		7	Pasta z fasoli *3/+7/+9/+12/	80g								
		8										
		9										
		10										
	II	1	Mus warzywny	100g	Mus warzywny	100g	Mus warzywny	200g				
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	2767	wartość energetyczna	2678,5	wartość energetyczna	2489,6					
g	białko ogółem	116,24	białko ogółem	109,41	białko ogółem	111,62					
g	węglowodany ogółem	421,28	węglowodany ogółem	413,6	węglowodany ogółem	380,74					
g	w tym: cukry	52,909	w tym: cukry	53,463	w tym: cukry	51,173					
g	tłuszcze ogółem	75,645	tłuszcze ogółem	69,022	tłuszcze ogółem	65,948					
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	9,5423	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	2,045	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	7,5446					
g	błonnik	39,783	błonnik	41,02	błonnik	40,683					
mg	sól	2,6644	sól	1,4004	sól	2,5036					

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.