Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. Sławomiera Kryzana w Szczegardzie Gdańskim

Podmiot Leczniczy Samorządu Województwa Pomorskiego

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana

poniedziałek, 3 listopad 2025

DIETA			I - podstawowa		II - lekkostrawna		VI - niski indeks glikemiczny		VIII - bezlaktozowa		IX - bezglutenowa	
ŚNIADANIE	I	1	Owsianka na mleku *1/*7/	450g	Owsianka na mleku *1/*7/	450g	Chleb graham *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		2	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Pomidor	50g	Ogórek świeży	30g	Ogórek świeży	30g
		3	Pomidor	50g	Herbata naturalna	250g	Ogórek świeży	30g	Herbata naturalna	250g	Herbata naturalna	250g
		4	Ogórek świeży	30g	Pomidor 80g	80g	Herbata naturalna	250g	Pomidor	50g	Pomidor	50g
		5	Herbata naturalna	250g	Miód	25g	Wędlina baleron drobiowy 70g *6/*7/	70g	Margaryna Delma +7/	20g	Wędlina baleron drobiowy 70g *6/*7/	70g
		6	Wędlina polędwica wieprzowa 40g +1/*6/*7/+9/+10/	40g	Wędlina baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g	Masło ekstra *7/	15g	Wędlina baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g	Masło ekstra *7/	15g
		7	Miód	25g	Sałata 10g	10g			Miód	25g		
		8	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g			Masło ekstra *7/	15g		
		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	Schab gotowany +5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/	110g	Schab gotowany +5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/	110g	Ziemniaki ugotowane	300g	Ziemniaki ugotowane	300g
		2	Mizeria *7/+9/+12/	150g	Fasolka szparagowa (d. II, VI) *7/	150g	Fasolka szparagowa (d. II, VI) *7/	150g	Fasolka szparagowa d. bezml.	150g	Fasolka szparagowa (d. II, VI) *7/	150g
		3	Ziemniaki ugotowane	300g	Ziemniaki ugotowane	300g	Kasza bulgur ugotowana *1/	200g	Schab gotowany bezml. +5/+6/+8/*9/+10/+11/	110g	Zupa jarzynowa z ryżem (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g
		4	Zupa jarzynowa z ryżem +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Zupa jarzynowa z ryżem (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Zupa jarzynowa z ryżem (dieta VI) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Zupa jarzynowa z ryżem (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Schab gotowany (dieta bezgl) *7/*9/	110g
		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	Kisiel owocowy instant	15g	Kefir *7/	180g
		2	Słonecznik łuskany	30g			Słonecznik łuskany	30g				
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	2828,2	wartość energetyczna	2542	wartość energetyczna	2508,6	wartość energetyczna	2034,1	wartość energetyczna	1879,9
g	białko ogółem	112,7	białko ogółem	107,48	białko ogółem	120,6	białko ogółem	75,567	białko ogółem	66,107
g	węglowodany ogółem	376,39	węglowodany ogółem	405,3	węglowodany ogółem	331	węglowodany ogółem	319,37	węglowodany ogółem	268,49
g	w tym: cukry	13,3	w tym: cukry	14,53	w tym: cukry	3,8752	w tym: cukry	10,16	w tym: cukry	31,11
g	tłuszcze ogółem	103,11	tłuszcze ogółem	58,8	tłuszcze ogółem	80,211	tłuszcze ogółem	54,525	tłuszcze ogółem	58,54
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	19,421	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,77	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	15,022	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	10,758	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,493
g	błonnik	28,796	błonnik	24,985	błonnik	36,048	błonnik	31,355	błonnik	43,715
mg	sól	2,0452	sól	2,5305	sól	2,4045	sól	2,1024	sól	2,1011

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

poniedziałek, 3 listopad 2025

DIETA			I A - podstawowa		X - wegetariańska		VI - niski indeks glikiemiczny					
ŚNIADANIE	–	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	Owsianka na mleku *1/*7/	450g	Herbata naturalna	250g				
		4	Owsianka na mleku *1/*7/	450g	Pomidor	50g	Pomidor	50g				
		5	Pomidor	50g	Chleb oliwski *1/	100g	Wędlina baleron drobiowy 70g *6/*7/	70g				
		6	Wędlina polędwica wieprzowa 40g +1/*6/*7/+9/+10/	40g	Jajka gotowane *3/	60g	Masło ekstra *7/	15g				
		7	Miód	25g	Miód	25g						
		8	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g						
		9										
		10										
	=	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	Fasolka szparagowa (d. II, VI) *7/	150g				
		2	Ziemniaki ugotowane	300g	Papryka faszerowana *1/+3/*6/+7/+8/	500g	Schab gotowany +5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/	110g				
		3	Kotlet mielony z cebulką *1/*3/+7/+8/+9/+11/+12/	150g	Fasolka szparagowa (d. II, VI) *7/	150g	Kasza bulgur ugotowana *1/	200g				
		4	Zupa jarzynowa z ryżem +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Zupa jarzynowa z ryżem (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Zupa jarzynowa z ryżem (dieta VI) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g				
		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	–	1	Chleb graham *1/	100g	Pomidor	50g	Margaryna Delma +7/	20g				
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Chleb oliwski *1/	50g	Pomidor	50g				
		3	Margaryna Delma +7/	20g	Pasta z brokuła i ciecierzycy +7/+9/+12/	80g	Chleb graham *1/	150g				
		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				
		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/+11/	250g	Chleb graham *1/	100g						
		7										
		8										
		9										
		10										
	=	1	Kefir *7/	180g	Kefir *7/	180g	Kefir *7/	180g				
		2	Słonecznik łuskany	30g			Słonecznik łuskany	30g				
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	3008,7	wartość energetyczna	2988,9	wartość energetyczna	2566,6					
g	białko ogółem	121,57	białko ogółem	120,69	białko ogółem	121,2					
g	węglowodany ogółem	403,3	węglowodany ogółem	471,91	węglowodany ogółem	345,4					
g	w tym: cukry	16,29	w tym: cukry	15,25	w tym: cukry	5,6752					
g	tłuszcze ogółem	107,57	tłuszcze ogółem	75,745	tłuszcze ogółem	80,411					
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	19,671	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,36	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	15,062					
g	błonnik	30,216	błonnik	53,165	błonnik	38,148					
mg	sól	2,0452	sól	2,3208	sól	2,4095					

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

wtorek, 4 listopad 2025

DIETA			I - podstawowa		II - lekkostrawna		VI - niski indeks glikiemiczny		VIII - bezlaktozowa		IX - bezglutenowa	
ŚNIADANIE	–	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Herbata miętowa	250g	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		2	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	Chleb oliwski *1/	100g	Herbata miętowa	250g	Pomidor	50g
		3	Pomidor	50g	Pomidor	80g	Pomidor	50g	Pomidor	50g	Herbata miętowa	250g
		4	Ogórek świeży	30g	Wędlina szynka gotowana 40g +1/*6/*7/+9/+10/	40g	Ogórek świeży	30g	Ogórek świeży	30g	Ogórek świeży	30g
		5	Zupa kasza jaglana na mleku +1/*7/	300g	Zupa kasza jaglana na mleku +1/*7/	300g	Wędlina szynka gotowana 40g +1/*6/*7/+9/+10/	40g	Margaryna Delma +7/	20g	Ser edamski 70g *7/	70g
		6	Wędlina szynka gotowana 40g +1/*6/*7/+9/+10/	40g	Sałata 10g	10g	Ser edamski 40g *7/	40g	Zupa kasza jaglana na napoju owsianym +1/	300g	Masło ekstra *7/	15g
		7	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g	Wędlina szynka gotowana 40g +1/*6/*7/+9/+10/	40g		
		8										
		9										
		10										
	=	1	Gruszka	200g	Banan	200g	Jogurt z płatkami owsianymi *1/*7/	180g	Gruszka	200g	Gruszka	200g
		2					Gruszka	100g				
		3										
OBIAD		1	Risotto mięsno-jarzynowe w sosie pomidorowym *1/+3/+5/+6/+7/*9/+10/	500g	Zupa krem z ciecierzycy (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Risotto mięsno-jarzynowe w sosie pomidorowym (IG) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/	500g	Zupa krem z ciecierzycy (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Zupa krem z ciecierzycy (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g
		2	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Risotto mięsno-jarzynowe w sosie pomidorowym (diet *1/+3/+5/+6/+7/*9/+10/	500g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Risotto mięsno-jarzynowe w sosie pomidorowym (diet *1/+3/+5/+6/+7/*9/+10/	500g	Risotto mięsno-jarzynowe w sosie pomidorowym (diet *1/+3/+5/+6/+7/*9/+10/	500g
		3										
		4										
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1	Placek drożdżowy z jabłkiem *1/*3/+7/	150g	Placek drożdżowy z jabłkiem *1/*3/+7/	150g			Placek drożdżowy z jabłkiem *1/*3/+7/	150g		
		2										
		3										
KOLACJA	–	1	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g
		2	Papryka czerwona	50g	Pomidor	50g	Chleb oliwski *1/	150g	Papryka czerwona	50g	Papryka czerwona	50g
		3	Chleb oliwski *1/	150g	Bułka pszenna *1/	200g	Papryka czerwona	50g	Chleb oliwski *1/	150g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		4	Sałatka makaronowa z tuńczykiem *1/*3/*4/+5/+6/*7/+8/+9/*10/+11/+12/	130g	Wędlina polędwica drobiowa 60g	60g	Sałatka makaronowa z tuńczykiem *1/*3/*4/+5/+6/*7/+8/+9/*10/+11/+12/	130g	Wędlina polędwica drobiowa 60g	60g	Pasta z fasoli *3/+7/+9/+12/	80g
		5	Herbata zielona	250g	Herbata zielona	250g	Herbata zielona	250g	Herbata zielona	250g	Dżem śliwkowy	50g
		6									Herbata zielona	250g
		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	3308,5	wartość energetyczna	3187,7	wartość energetyczna	2541,1	wartość energetyczna	3164,1	wartość energetyczna	2350,9
g	białko ogółem	113,53	białko ogółem	104,93	białko ogółem	115,24	białko ogółem	131,05	białko ogółem	81,685
g	węglowodany ogółem	545,25	węglowodany ogółem	554,74	węglowodany ogółem	366,6	węglowodany ogółem	482,52	węglowodany ogółem	344,72
g	w tym: cukry	55,396	w tym: cukry	76,395	w tym: cukry	9,761	w tym: cukry	53,065	w tym: cukry	41,69
g	tłuszcze ogółem	79,33	tłuszcze ogółem	64,625	tłuszcze ogółem	74,366	tłuszcze ogółem	83,46	tłuszcze ogółem	69,67
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	14,146	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	14,282	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	15,238	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	15,144	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	14,002
g	błonnik	26,452	błonnik	20,26	błonnik	31,802	błonnik	22,97	błonnik	34,27
mg	sól	1,0256	sól	0,9284	sól	2,431	sól	1,6088	sól	0,9338

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, 4 listopad 2025

DIETA			I A - podstawowa		X - wegetariańska		VI - niski indeks glikiemiczny					
ŚNIADANIE	I	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb oliwski *1/	100g	Herbata miętowa	250g				
		2	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	Chleb oliwski *1/	100g				
		3	Pomidor	50g	Pomidor	50g	Pomidor	50g				
		4	Ogórek świeży	30g	Ser edamski 40g *7/	40g	Ogórek świeży	30g				
		5	Zupa kasza jaglana na mleku +1/*7/	300g	Ogórek świeży	30g	Wędlina szynka gotowana 40g +1/*6/*7/+9/+10/	40g				
		6	Wędlina szynka gotowana 40g +1/*6/*7/+9/+10/	40g	Zupa kasza jaglana na mleku +1/*7/	300g	Ser edamski 40g *7/	40g				
		7	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g				
		8										
		9										
		10										
	II	1	Gruszka	200g	Gruszka	200g	Jogurt z płatkami owsianymi *1/*7/	180g				
		2					Gruszka	100g				
		3										
OBIAD		1	Risotto mięsno-jarzynowe w sosie pomidorowym *1/+3/+5/+6/+7/*9/+10/	500g	Zupa krem z ciecierzycy (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10 /+11/+12/	400g	Risotto mięsno-jarzynowe w sosie pomidorowym (IG) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10 /+11/	500g				
		2	Zupa z ciecierzycy z 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	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10 /+11/+12/	400g				
		3										
		4										
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1	Placek drożdżowy z jabłkiem *1/*3/+7/	150g	Placek drożdżowy z jabłkiem *1/*3/+7/	150g	Jabłko	100g				
		2										
		3										
KOLACJA	I	1	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g				
		2	Papryka czerwona	50g	Chleb oliwski *1/	150g	Chleb oliwski *1/	150g				
		3	Chleb oliwski *1/	150g	Pasta z fasoli *3/+7/+9/+12/	80g	Papryka czerwona	50g				
		4	Sałatka makaronowa z tuńczykiem *1/*3/*4/+5/+6/*7/+8/+9/*10/+11/+12/	130g	Papryka czerwona	50g	Sałatka makaronowa z tuńczykiem *1/*3/*4/+5/+6/*7/+8/+9/*10/+11/+12/	130g				
		5	Herbata zielona	250g	Herbata zielona	250g	Herbata zielona	250g				
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
	II	1	Sok pomarańczowy	300g	Sok pomarańczowy	300g	Sok pomidorowy	300g				
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	3308,5	wartość energetyczna	3079,5	wartość energetyczna	2591,1					
g	białko ogółem	113,53	białko ogółem	102,02	białko ogółem	115,64					
g	węglowodany ogółem	545,25	węglowodany ogółem	519,92	węglowodany ogółem	378,7					
g	w tym: cukry	55,396	w tym: cukry	55,805	w tym: cukry	12,061					
g	tłuszcze ogółem	79,33	tłuszcze ogółem	69,055	tłuszcze ogółem	74,766					
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	14,146	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	8,96	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	15,278					
g	błonnik	26,452	błonnik	27,02	błonnik	33,802					
mg	sól	1,0256	sól	0,9795	sól	2,436					

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 Szczególnie Gdańskim

Powiat Lęborski Samorząd Województwa Pomorskiego

Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych im. St. Kryzana

środa, 5 listopad 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	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g
		2	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	Pomidor	50g	Pomidor	50g	Pomidor	50g
		3	Pomidor	50g	Zupa ryż na mleku *7/	300g	Ogórek świeży	30g	Ogórek świeży	30g	Ogórek świeży	30g
		4	Ogórek świeży	30g	Wędlina krakowska drobiowa 40g +6/+7/+9/+10/	40g	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem z majonezem *3/+7/+9/*10/+12/	80g	Margaryna Delma +7/	20g	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem z majonezem *3/+7/+9/*10/+12/	80g
		5	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem z majonezem *3/+7/+9/*10/+12/	80g	Sałata 10g	10g	Masło ekstra *7/	15g	Chleb pszenny *1/	100g	Masło ekstra *7/	15g
		6	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g	Chleb graham *1/	100g	Wędlina krakowska drobiowa 40g +6/+7/+9/+10/	40g	Zupa ryż na mleku *7/	300g
		7	Zupa ryż na mleku *7/	300g	Pomidor 50g	50g	Wędlina krakowska drobiowa 40g +6/+7/+9/+10/	40g	Zupa ryż na na napoju owsianym	300g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		8										
		9										
		10										
	II	1	Jabłko	100g	Jabłko pieczone	100g	Sałatka z kaszą gryczaną (d VI) +1/*6/*7/+9/+12/	150g	Jabłko	100g	Jabłko	100g
		2										
		3										
OBIAD		1	Podudzie z kurczaka gotowane *1/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	220g	Jarzyny z wody *7/	150g	Podudzie z kurczaka gotowane *1/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	220g	Kasza jęczmienna ugotowana *1/	200g	Podudzie z kurczaka gotowane bezgluten. +1/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	220g
		2	Kasza jęczmienna ugotowana *1/	200g	Ziemniaki ugotowane	300g	Kasza jęczmienna ugotowana *1/	200g	Surówka z kapusty pekińskiej 150g	150g	Surówka z kapusty pekińskiej 150g	150g
		3	Surówka z kapusty pekińskiej 150g	150g	Podudzie z kurczaka gotowane (dieta) *1/*7/*9/	220g	Surówka z kapusty pekińskiej 150g	150g	Zupa owocowa z makaronem *1/+3/+6/+7/	400g	Ziemniaki ugotowane	300g
		4	Zupa owocowa z makaronem *1/+3/+6/+7/	400g	Zupa owocowa z makaronem *1/+3/+6/+7/	400g	Zupa brokułowa z ziemniakami +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Podudzie z kurczaka gotowane (dieta bezmleczna) *1/*9/	220g	Makaron bezglutenowy +6/	30g
		5									Zupa owocowa z makaronem *1/+3/+6/+7/	400g
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1										
		2										
		3										
KOLACJA	I	1	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g
		2	Ser gouda 60g *7/	60g	Pomidor	50g	Ser gouda 60g *7/	60g	Herbata owocowa	250g	Ser gouda 60g *7/	60g
		3	Herbata owocowa	250g	Bułka pszenna *1/	200g	Herbata owocowa	250g	Rzodkiewka 50g	50g	Herbata owocowa	250g
		4	Ketchup łagodny	20g	Wędlina polędwica drobiowa 60g	60g	Ketchup łagodny	20g	Chleb graham *1/	100g	Ketchup łagodny	20g
		5	Rzodkiewka 50g	50g	Herbata owocowa	250g	Rzodkiewka 50g	50g	Chleb oliwski *1/	50g	Rzodkiewka 50g	50g
		6	Chleb graham *1/	100g			Chleb graham *1/	150g	Wędlina polędwica drobiowa 60g	60g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		7	Chleb oliwski *1/	50g								
		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	2825,7	wartość energetyczna	2287	wartość energetyczna	2789,8	wartość energetyczna	2598,2	wartość energetyczna	2621,4
g	białko ogółem	89,378	białko ogółem	73,952	białko ogółem	102,62	białko ogółem	105,78	białko ogółem	72,398
g	węglowodany ogółem	410,15	węglowodany ogółem	413,39	węglowodany ogółem	372,86	węglowodany ogółem	395,52	węglowodany ogółem	370,25
g	w tym: cukry	37,966	w tym: cukry	43,601	w tym: cukry	23,835	w tym: cukry	38,176	w tym: cukry	62,516
g	tłuszcze ogółem	96,038	tłuszcze ogółem	41,387	tłuszcze ogółem	104,22	tłuszcze ogółem	69,367	tłuszcze ogółem	94,098
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,694	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	11,261	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,631	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	10,265	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,391
g	błonnik	29,109	błonnik	26,276	błonnik	31,512	błonnik	27,349	błonnik	45,209
mg	sól	1,5459	sól	1,1136	sól	2,3678	sól	2,2159	sól	1,1628

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, 5 listopad 2025

DIETA			I A - podstawowa		X - wegetariańska		VI - niski indeks glikemiczny					
ŚNIADANIE	I	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb oliwski *1/	100g	Herbata miętowa	250g				
		2	Herbata miętowa	250g	Herbata miętowa	250g	Pomidor	50g				
		3	Pomidor	50g	Pomidor	50g	Ogórek świeży	30g				
		4	Ogórek świeży	30g	Ogórek świeży	30g	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem z majonezem *3/+7/+9/*10/+12/	80g				
		5	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem z majonezem *3/+7/+9/*10/+12/	80g	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem z majonezem *3/+7/+9/*10/+12/	80g	Masło ekstra *7/	15g				
		6	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g	Chleb graham *1/	100g				
		7	Zupa ryż na mleku *7/	300g	Zupa ryż na mleku *7/	300g	Wędlina krakowska drobiowa 40g +6/+7/+9/+10/	40g				
		8										
		9										
		10										
	II	1	Jabłko	100g	Jabłko	100g	Sałatka z kaszą gryczaną (d VI) +1/*6/*7/+9/+12/	150g				
		2										
		3										
OBIAD		1	Podudzie z kurczaka gotowane *1/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	220g	Kasza jęczmienna ugotowana *1/	200g	Podudzie z kurczaka gotowane *1/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	220g				
		2	Kasza jęczmienna ugotowana *1/	200g	Surówka z kapusty pekińskiej 150g	150g	Kasza jęczmienna ugotowana *1/	200g				
		3	Surówka z kapusty pekińskiej 150g	150g	Gulasz z cieciorką w sosie pomidorowym *1/+5/+6/+7/+8/+9/+10/+11/+12/	250g	Surówka z kapusty pekińskiej 150g	150g				
		4	Zupa owocowa z makaronem *1/+3/+6/+7/	400g	Zupa owocowa z makaronem *1/+3/+6/+7/	400g	Zupa brokułowa z ziemniakami +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g				
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1	Galaretka z owocami +1/+3/+6/+7/	200g	Galaretka z owocami +1/+3/+6/+7/	200g	Śliwki	100g				
		2										
		3										
KOLACJA	I	1	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g				
		2	Ser gouda 60g *7/	60g	Ser gouda 60g *7/	60g	Ser gouda 60g *7/	60g				
		3	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g				
		4	Ketchup łagodny	20g	Ketchup łagodny	20g	Ketchup łagodny	20g				
		5	Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g	Rzodkiewka 50g	50g				
		6	Chleb graham *1/	100g	Chleb graham *1/	100g	Chleb graham *1/	150g				
		7	Chleb oliwski *1/	50g	Chleb oliwski *1/	50g						
		8										
		9										
		10										
	II	1	Mus warzywny	100g	Mus warzywny	100g	Mus warzywny	100g				
		2										
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	3003,4	wartość energetyczna	3063,8	wartość energetyczna	2838,8					
g	białko ogółem	94,093	białko ogółem	97,395	białko ogółem	103,22					
g	węglowodany ogółem	446,63	węglowodany ogółem	458,25	węglowodany ogółem	384,56					
g	w tym: cukry	38,036	w tym: cukry	38,965	w tym: cukry	27,235					
g	tłuszcze ogółem	97,158	tłuszcze ogółem	97,941	tłuszcze ogółem	104,52					
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,694	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	10,16	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,631					
g	błonnik	29,109	błonnik	32,778	błonnik	33,112					
mg	sól	1,5459	sól	1,745	sól	2,3678					

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, 6 listopad 2025

DIETA			I - podstawowa		II - lekkostrawna		VI - niski indeks glikiemiczny		VIII - bezlaktozowa		IX - bezglutenowa	
ŚNIADANIE	-	1	Chleb oliwski *1/	100g	Zupa ciasto lane na mleku *1/*3/*7/	300g	Chleb graham *1/	100g	Chleb pszenny *1/	100g	Pomidor 50g	50g
		2	Zupa ciasto lane na mleku *1/*3/*7/	300g	Chleb pszenny *1/	100g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Sałata 10g	10g
		3	Pomidor 50g	50g	Wędlina konserwowa drobiowa 40g +7/+10/	40g	Sałata 10g	10g	Sałata 10g	10g	Wędlina żywiecka 40g	40g
		4	Sałata 10g	10g	Herbata naturalna	250g	Wędlina konserwowa drobiowa 40g +7/+10/	40g	Herbata naturalna	250g	Herbata naturalna	250g
		5	Wędlina żywiecka 40g	40g	Masło ekstra *7/	15g	Kefir *7/	180g	Margaryna 20g +7/	20g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		6	Herbata naturalna	250g	Sałata 10g	10g	Herbata naturalna	250g	Wędlina konserwowa drobiowa 70g +7/+10/	70g	Kefir *7/	180g
		7	Masło ekstra *7/	15g	Pomidor 50g	50g	Masło ekstra *7/	15g				
		8										
		9										
		10										
	=	1	Śliwki	100g	Jabłko	100g	Kanapka z serem *7/	50g	Śliwki	100g	Śliwki	100g
		2					Mix świeżych warzyw	200g				
		3										
OBIAD		1	Marchewka gotowana *7/	150g	Marchewka gotowana *7/	150g	Spaghetti wieprzowe d. VI *1/+3/+6/*9/	400g	Marchewka gotowana *7/	150g	Marchewka gotowana *7/	150g
		2	Spaghetti z pieczarkami i papryką *1/+7/+8/+9/+11/+12/	400g	Spaghetti wieprzowe d. II, b/lakt. *1/*9/	400g	Zupa szpinakowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Spaghetti wieprzowe d. II, b/lakt. *1/*9/	400g	Zupa szpinakowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g
		3	Zupa szpinakowa z ziemniakami +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Zupa szpinakowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g			Zupa szpinakowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Spaghetti z pieczarkami i papryką *1/+7/+8/+9/+11/+12/	400g
		4									Makaron bezglutenowy +6/	80g
		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	Chleb graham *1/	100g
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna 20g +7/	20g	Serdelki drobiowe gotowane	120g	Chleb oliwski *1/	50g	Chleb oliwski *1/	50g
		3	Margaryna 20g +7/	20g	Serdelki drobiowe gotowane	120g	Pomidor 50g	50g	Margaryna 20g +7/	20g	Margaryna 20g +7/	20g
		4	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g	Serdelki drobiowe gotowane	120g	Śledź po kaszubsku +1/+3/+6/+7/+8/+9/+10/+12/	120g
		5	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			Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g
		6	Hummus paprykowy +1/+6/+7/+8/+9/+10/+11/+12/	80g					Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g	Herbata miętowa	250g
		7										
		8										
		9										
		10										
	=	1	Serek waniliowy *7/	200g	Serek waniliowy *7/	200g	serek homogenizowany naturalny *7/	200g	Deser sojowy czekoladowy	125g	Serek waniliowy *7/	200g
		2					Pestki dyni	30g				
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	2885,5	wartość energetyczna	2847,3	wartość energetyczna	2511,8	wartość energetyczna	2061	wartość energetyczna	2799,3
g	białko ogółem	132,79	białko ogółem	142,61	białko ogółem	139,51	białko ogółem	94,267	białko ogółem	135,47
g	węglowodany ogółem	390,35	węglowodany ogółem	410,71	węglowodany ogółem	315,96	węglowodany ogółem	310,03	węglowodany ogółem	389,11
g	w tym: cukry	34,814	w tym: cukry	33,72	w tym: cukry	3,04	w tym: cukry	10,86	w tym: cukry	41,03
g	tłuszcze ogółem	93,782	tłuszcze ogółem	74,02	tłuszcze ogółem	82,24	tłuszcze ogółem	54,15	tłuszcze ogółem	82,656
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	16,181	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,189	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	18,499	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	4,9405	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	7,7315
g	błonnik	38,045	błonnik	22,705	błonnik	29,69	błonnik	25	błonnik	37,55
mg	sól	1,599	sól	1,412	sól	1,1119	sól	1,3099	sól	1,4213

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, 6 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	Zupa ciasto lane na mleku *1/*3/*7/	300g	Zupa ciasto lane na mleku *1/*3/*7/	300g	Pomidor 50g	50g				
		3	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Sałata 10g	10g				
		4	Sałata 10g	10g	Sałata 10g	10g	Wędlina konserwowa drobiowa 40g +7/+10/	40g				
		5	Wędlina żywiecka 40g	40g	Herbata naturalna	250g	Kefir *7/	180g				
		6	Herbata naturalna	250g	Masło ekstra *7/	15g	Herbata naturalna	250g				
		7	Masło ekstra *7/	15g	Pasta z groszku (d.wegańska) +7/+9/+12/	80g	Masło ekstra *7/	15g				
		8										
		9										
		10										
	II	1	Śliwki	100g	Śliwki	100g	Kanapka z serem *7/	50g				
		2					Mix świeżych warzyw	200g				
		3										
OBIAD		1	Marchewka gotowana *7/	150g	Marchewka gotowana *7/	150g	Spaghetti wieprzowe d. VI *1/+3/+6/*9/	400g				
		2	Spaghetti z pieczarkami i papryką *1/+7/+8/+9/+11/+12/	400g	Zupa szpinakowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Zupa szpinakowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g				
		3	Zupa szpinakowa z ziemniakami +1/+3/+5/+6/*7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Spaghetti wege *1/+3/*6/+7/+8/*9/	400g						
		4										
		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	Serdelki drobiowe gotowane	120g				
		3	Margaryna 20g +7/	20g	Margaryna 20g +7/	20g	Pomidor 50g	50g				
		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				
		5	Pomidor 50g	50g	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g						
		6	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Hummus paprykowy +1/+6/+7/+8/+9/+10/+11/+12/	80g						
		7										
		8										
		9										
		10										
	II	1	Serek waniliowy *7/	200g	Serek waniliowy *7/	200g	serek homogenizowany naturalny *7/	200g				
		2					Pestki dyni	30g				
		3										

DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ

kcal	wartość energetyczna	3208,3	wartość energetyczna	2913,5	wartość energetyczna	2569,8					
g	białko ogółem	154,87	białko ogółem	137,35	białko ogółem	140,11					
g	węglowodany ogółem	416,59	węglowodany ogółem	435,08	węglowodany ogółem	330,36					
g	w tym: cukry	42,362	w tym: cukry	41,178	w tym: cukry	4,84					
g	tłuszcze ogółem	109,87	tłuszcze ogółem	72,686	tłuszcze ogółem	82,44					
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	16,295	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	12,225	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	18,539					
g	błonnik	33,415	błonnik	47,305	błonnik	31,79					
mg	sól	1,6186	sól	1,5886	sól	1,1169					

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

piątek, 7 listopad 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	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	Jajka gotowane *3/	120g
		5	Zupa makaron na mleku *1/*7/	300g	Jajka gotowane *3/	60g	Jajka gotowane *3/	120g	Margaryna Delma +7/	20g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		6	Jajka gotowane *3/	60g	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g	Jajka gotowane *3/	120g	Masło ekstra *7/	15g
		7	Masło ekstra *7/	15g	Sałata 10g	10g						
		8	Sos jogurtowo-koperkowy *7/+9/+12/	50g								
		9										
		10										
	II	1	Jabłko	200g	Jabłko	200g	Cukinia faszerowana z warzywami *1/+3/*6/*7/+8/*9/	300g	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	Łosoś pieczony *7/+9/+12/	160g	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	Surówka z ogórków kiszonych +7/+9/+12/	150g	Kopytka w sosie jarzynowym (dieta bezml.) *1/+3/+5/+6/+7/*9/+10/	500g	Ziemniaki ugotowane	300g
		3	Łosoś pieczony *7/+9/+12/	160g	Fasolka szparagowa (d. II, VI) *7/	150g	Kasza bulgur ugotowana *1/	200g	Fasolka szparagowa (d. II, VI) *7/	150g	Zupa krem z dyni +7/*9/+12/	450g
		4	Zupa krem z dyni +7/*9/+12/	400g	Pulpet rybny gotowany *1/*3/*4/+7/+9/+12/	180g	Zupa jarzynowa z ryżem (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	Pulpet rybny gotowany *1/*3/*4/+7/+9/+12/	180g	Łosoś pieczony *7/+9/+12/	160g
		5										
		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	Margaryna Delma +7/	20g
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna Delma +7/	20g	Herbata owocowa	250g	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	Chleb graham *1/	150g	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	2441	wartość energetyczna	3004,4	wartość energetyczna	2513,3	wartość energetyczna	2354,6	wartość energetyczna	2047,5
g	białko ogółem	95,14	białko ogółem	132,18	białko ogółem	126,59	białko ogółem	103,87	białko ogółem	75,956
g	węglowodany ogółem	382,55	węglowodany ogółem	479,72	węglowodany ogółem	326,12	węglowodany ogółem	371,18	węglowodany ogółem	279,75
g	w tym: cukry	40,463	w tym: cukry	44,505	w tym: cukry	8,465	w tym: cukry	18,01	w tym: cukry	53,685
g	tłuszcze ogółem	65,267	tłuszcze ogółem	64,98	tłuszcze ogółem	79,51	tłuszcze ogółem	54,085	tłuszcze ogółem	70,455
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	10,528	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	11,344	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	10,978	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	3,3121	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	10,525
g	błonnik	30,344	błonnik	24,433	błonnik	41,445	błonnik	30,723	błonnik	33,745
mg	sól	5,0627	sól	1,0255	sól	5,3684	sól	1,8938	sól	4,8679

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, 7 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	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	Jajka gotowane *3/	120g				
		6	Jajka gotowane *3/	60g	Zupa makaron na mleku *1/*7/	300g	Masło ekstra *7/	15g				
		7	Masło ekstra *7/	15g	Jajka gotowane *3/	60g						
		8	Sos jogurtowo-koperkowy *7/+9/+12/	50g	Masło ekstra *7/	15g						
		9										
		10										
	II	1	Jabłko	200g	Jabłko	200g	Cukinia faszerowana z warzywami *1/+3/*6/*7/+8/*9/	300g				
		2										
		3										
OBIAD		1	Surówka z ogórków kiszonych +7/+9/+12/	200g	Zupa krem z dyni (dieta) *9/	450g	Łosoś pieczony *7/+9/+12/	160g				
		2	Ziemniaki ugotowane	300g	Kopytka w sosie jarzynowym (dieta bezml.) *1/+3/+5/+6/+7/*9/+10/	500g	Surówka z ogórków kiszonych +7/+9/+12/	150g				
		3	*Łosoś pieczony* *7/+9/+12/	*160g*	*Fasolka szparagowa (d. II, VI)* *7/	*150g*	*Kasza bulgur ugotowana* *1/	*200g*				
		4	Zupa krem z dyni +7/*9/+12/	400g	Jak klopsiki *1/*3/*6/+7/+8/	100g	Zupa jarzynowa z ryżem (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g				
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1	Ciastka owsiane	60g	Ciastka owsiane	60g	Jabłko	100g				
		2										
		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 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										
	II	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	2712,8	wartość energetyczna	3220,9	wartość energetyczna	2563,3					
g	białko ogółem	108,94	białko ogółem	128,55	białko ogółem	126,99					
g	węglowodany ogółem	401,75	węglowodany ogółem	456,64	węglowodany ogółem	338,22					
g	w tym: cukry	41,423	w tym: cukry	40,895	w tym: cukry	10,765					
g	tłuszcze ogółem	82,067	tłuszcze ogółem	103,98	tłuszcze ogółem	79,91					
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	20,128	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	31,877	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	11,018					
g	błonnik	35,084	błonnik	34,63	błonnik	43,445					
mg	sól	5,0627	sól	0,9325	sól	5,3734					

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

sobota, 8 listopad 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	Serdelki drobiowe gotowane	120g	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	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g	Serdelki drobiowe gotowane	120g
		3	Ogórek kiszony	30g	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	250g	Margaryna Delma +7/	20g	Herbata naturalna	250g
		4	Kawa zbożowa z mlekiem +1/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Sałata 10g	10g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Masło ekstra *7/	15g
		5	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g	Sałata 10g	10g	Sałata 10g	10g
		6	Chrzan	20g	Pomidor 50g	50g	Sałata 10g	10g	Chleb pszenny *1/	100g	Pomidor 50g	50g
		7	Pomidor 50g	50g								
		8										
		9										
		10										
	=	1	Mandarynka	200g	Mandarynka	200g	Naleśniki pełnoziarniste z twarogiem *3/*7/	130g	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	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	Kaszotto mięsno-jarzynowe w sosie pomidorowym (die *1/+3/+5/+6/+7/*9/+10/	500g
		2	Makaron na słodko *1/+3/+6/*7/+9/+10/	200g	Surówka z marchewki i jabłka *7/+9/+12/	150g	Kaszotto mięsno-jarzynowe w sosie pomidorowym (die *1/+3/+5/+6/+7/*9/+10/	500g	Kaszotto mięsno-jarzynowe w sosie pomidorowym (die *1/+3/+5/+6/+7/*9/+10/	500g	Zupa grochowa z wędliną i ziemniakami +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g
		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	Ogórek świeży	50g	Margaryna Delma +7/	20g
		3	Margaryna Delma +7/	20g	Pomidor	50g	Ogórek świeży	50g	Herbata naturalna	250g	Ogórek świeży	50g
		4	Ogórek świeży	50g	Herbata naturalna	250g	Herbata naturalna	250g	Chleb graham *1/	100g	Herbata naturalna	250g
		5	Herbata naturalna	250g	Dżem truskawkowy 50g	50g	Wędlina polędwica drobiowa 60g	60g	Chleb oliwski *1/	50g	Ser gouda 60g *7/	60g
		6	Dżem truskawkowy 50g	50g	Wędlina polędwica drobiowa 40g	40g			Wędlina polędwica drobiowa 40g	40g		
		7	Ser gouda 40g *7/	40g					Dżem truskawkowy 50g	50g		
		8										
		9										
		10										
	=	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	3047,3	wartość energetyczna	2421,4	wartość energetyczna	2318,1	wartość energetyczna	2186,1	wartość energetyczna	2500,6
g	białko ogółem	146,56	białko ogółem	95,507	białko ogółem	118,3	białko ogółem	91,882	białko ogółem	104
g	węglowodany ogółem	409,32	węglowodany ogółem	387,46	węglowodany ogółem	319,34	węglowodany ogółem	346,58	węglowodany ogółem	342,54
g	w tym: cukry	28,935	w tym: cukry	31,91	w tym: cukry	3,04	w tym: cukry	23,84	w tym: cukry	38,65
g	tłuszcze ogółem	100,32	tłuszcze ogółem	59,02	tłuszcze ogółem	70,15	tłuszcze ogółem	53,41	tłuszcze ogółem	80,936
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,84	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	8,576	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	14,287	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	5,7855	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	14,168
g	błonnik	44,075	błonnik	28,16	błonnik	29,08	błonnik	27,78	błonnik	50,36
mg	sól	3,0207	sól	2,3992	sól	2,3851	sól	2,294	sól	2,3152

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, 8 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	Wędlina opiekana z cebulą +1/+3/+6/+7/+9/+10/+12/	100g	Pomidor 50g	50g	Serdelki drobiowe gotowane	120g				
		3	Ogórek kiszony	30g	Ogórek kiszony	30g	Kawa zbożowa +1/+5/+6/+8/+9/+10/+11/	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	Pomidor 50g	50g				
		5	Masło ekstra *7/	15g	Jak nugetsy +1/*6/	100g	Masło ekstra *7/	15g				
		6	Pomidor 50g	50g	Masło ekstra *7/	15g	Sałata 10g	10g				
		7	Chrzan	20g								
		8										
		9										
		10										
	II	1	Mandarynka	200g	Mandarynka	200g	Naleśniki pełnoziarniste z twarogiem *3/*7/	130g				
		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	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (dieta) +1/+3/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	450g				
		2	Makaron na słodko *1/+3/+6/*7/+9/+10/	200g	Surówka z marchewki i jabłka *7/+9/+12/	150g	Kaszotto mięsno-jarzynowe w sosie pomidorowym (die *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	Jogurt owocowy *7/	150g	Jogurt owocowy *7/	150g	Jogurt naturalny z orzechami włoskimi +1/+5/+6/*7/*8/+11/	180g				
		2										
		3										
KOLACJA	I	1	Chleb graham *1/	100g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g				
		2	Margaryna Delma +7/	20g	Chleb graham *1/	100g	Ogórek świeży	50g				
		3	Chleb oliwski *1/	50g	Chleb oliwski *1/	50g	Chleb graham *1/	150g				
		4	Ogórek świeży	50g	Ogórek świeży	50g	Herbata naturalna	250g				
		5	Herbata naturalna	250g	Dżem truskawkowy 50g	50g	Wędlina polędwica drobiowa 60g	60g				
		6	Dżem truskawkowy 50g	50g	Ser gouda 40g *7/	40g						
		7	Ser gouda 40g *7/	40g	Herbata naturalna	250g						
		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	3179,3	wartość energetyczna	2469	wartość energetyczna	2607,9					
g	białko ogółem	151,21	białko ogółem	89,317	białko ogółem	129,55					
g	węglowodany ogółem	430,32	węglowodany ogółem	388,47	węglowodany ogółem	334,04					
g	w tym: cukry	28,935	w tym: cukry	27,25	w tym: cukry	5,2					
g	tłuszcze ogółem	103,62	tłuszcze ogółem	67,82	tłuszcze ogółem	91,24					
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	13,84	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	8,571	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	16,255					
g	błonnik	44,525	błonnik	39,17	błonnik	31,03					
mg	sól	3,0207	sól	2,9296	sól	2,3851					

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, 9 listopad 2025

DIETA			I - podstawowa		II - lekkostrawna		VI - niski indeks glikemiczny		VIII - bezlaktozowa		IX - bezglutenowa	
ŚNIADANIE	–	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 zielona	250g	Pomidor	50g	Pomidor	50g	Pomidor	50g
		3	Herbata zielona	250g	Pomidor	80g	Herbata zielona	250g	Herbata zielona	250g	Herbata zielona	250g
		4	Twarożek Grani *7/	200g	Miód	25g	Masło ekstra *7/	15g	Margaryna Delma +7/	20g	Masło ekstra *7/	15g
		5	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g	Sałata 10g	10g	Sałata 10g	10g	Sałata 10g	10g
		6	Sałata 10g	10g	Sałata 10g	10g	Twarożek Grani *7/	200g	Pasta z fasoli *3/+7/+9/+12/	80g	Twarożek Grani *7/	200g
		7	Pasta z fasoli *3/+7/+9/+12/	80g	Twarożek Grani *7/	200g						
		8										
		9										
		10										
	=	1	Kiwi	200g	Jabłko	100g	Sałatka z soczewicą *3/+7/+9/*10/+12/	150g	Kiwi	200g	Kiwi	200g
		2										
		3										
OBIAD		1	Duszona wieprzowina z kapustą kiszoną +1/+7/+8/+9/+11/+12/	200g	Porcja mięsa wołowegow sosie (dieta) *1/*7/*9/+12/	150g	Duszona wieprzowina z kapustą kiszoną +1/+7/+8/+9/+11/+12/	200g	Porcja mięsa wołowegow sosie (dieta bezml.) *1/+7/*9/+12/	150g	Porcja mięsa wołowegow sosie (dieta b/gl.) *7/*9/+12/	150g
		2	Kasza jęczmienna ugotowana *1/	200g	Ziemniaki ugotowane	300g	Kasza jęczmienna ugotowana *1/	200g	Brokuł gotowany (dieta) *7/	150g	Ziemniaki ugotowane	300g
		3	Brokuł gotowany *1/*7/	150g	Brokuł gotowany (dieta) *7/	150g	Brokuł gotowany (dieta) *7/	150g	Ziemniaki ugotowane	300g	Brokuł gotowany (dieta) *7/	150g
		4	Zupa rosół z makaronem *1/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	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	Zupa rosół z makaronem BG +6/+7/*9/+12/	450g
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1										
		2										
		3										
KOLACJA	–	1	Chleb graham *1/	100g	Margaryna Delma +7/	20g	Chleb graham *1/	150g	Chleb graham *1/	100g	Chleb bezglutenowy *6/*10/+13/	100g
		2	Chleb oliwski *1/	50g	Bułka pszenna *1/	200g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g	Margaryna Delma +7/	20g
		3	Margaryna Delma +7/	20g	Pomidor 50g	50g	Papryka czerwona	50g	Chleb oliwski *1/	50g	Papryka czerwona	50g
		4	Papryka czerwona	50g	Wędlina baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g	Herbata zielona	250g	Papryka czerwona	50g	Wędlina szynkowa wieprzowa 60g	60g
		5	Kakao na mleku +1/+3/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Kakao na mleku +1/+3/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Wędlina baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g	Herbata zielona	250g	Herbata zielona	250g
		6	Wędlina szynkowa wieprzowa 60g	60g					Wędlina baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g		
		7										
		8										
		9										
		10										
	=	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	2647,2	wartość energetyczna	2509,2	wartość energetyczna	2655,3	wartość energetyczna	2145,2	wartość energetyczna	1969
g	białko ogółem	120,3	białko ogółem	105,58	białko ogółem	117,1	białko ogółem	87,855	białko ogółem	77,34
g	węglowodany ogółem	360,44	węglowodany ogółem	383,52	węglowodany ogółem	358,72	węglowodany ogółem	329,94	węglowodany ogółem	279,03
g	w tym: cukry	31,241	w tym: cukry	37,25	w tym: cukry	19,905	w tym: cukry	22,6	w tym: cukry	44,83
g	tłuszcze ogółem	82,449	tłuszcze ogółem	63,34	tłuszcze ogółem	89,403	tłuszcze ogółem	56,52	tłuszcze ogółem	58,475
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	19,19	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	16,467	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	19,268	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	8,484	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	16,714
g	błonnik	24,228	błonnik	20,11	błonnik	31,028	błonnik	26,21	błonnik	38,41
mg	sól	2,2255	sól	1,0219	sól	2,5507	sól	1,1277	sól	1,0336

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, 9 listopad 2025

DIETA			I A - podstawowa		X - wegetariańska		VI - niski indeks glikemiczny					
ŚNIADANIE	–	1	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb oliwski *1/	100g	Chleb graham *1/	100g				
		2	Pomidor	50g	Pomidor	50g	Pomidor	50g				
		3	Herbata zielona	250g	Herbata zielona	250g	Herbata zielona	250g				
		4	Twarożek Grani *7/	200g	Masło ekstra *7/	15g	Masło ekstra *7/	15g				
		5	Masło ekstra *7/	15g	Sałata 10g	10g	Sałata 10g	10g				
		6	Sałata 10g	10g	Pasta z fasoli *3/+7/+9/+12/	80g	Twarożek Grani *7/	200g				
		7	Pasta z fasoli *3/+7/+9/+12/	80g								
		8										
		9										
		10										
	=	1	Kiwi	200g	Kiwi	200g	Sałatka z soczewicą *3/+7/+9/*10/+12/	150g				
		2										
		3										
OBIAD		1	Duszona wieprzowina z kapustą kiszoną +1/+7/+8/+9/+11/+12/	200g	Gulasz sojowy a'la Strogonov +1/+5/*6/+7/+8/+9/+10/+11/+12/	150g	Duszona wieprzowina z kapustą kiszoną +1/+7/+8/+9/+11/+12/	200g				
		2	Kasza jęczmienna ugotowana *1/	200g	Brokuł gotowany *1/*7/	150g	Kasza jęczmienna ugotowana *1/	200g				
		3	Brokuł gotowany *1/*7/	150g	Kasza jęczmienna ugotowana *1/	200g	Brokuł gotowany (dieta) *7/	150g				
		4	Zupa rosół z makaronem *1/+5/+6/+7/+8/*9/+10/+11/+12/	400g	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				
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
PODWIECZOREK		1	Nektarynki	200g	Nektarynki	200g	Nektarynki	200g				
		2										
		3										
KOLACJA	–	1	Chleb graham *1/	100g	Chleb oliwski *1/	50g	Margaryna Delma +7/	20g				
		2	Margaryna Delma +7/	20g	Papryka czerwona	50g	Herbata zielona	250g				
		3	Chleb oliwski *1/	50g	Chleb graham *1/	100g	Chleb graham *1/	150g				
		4	Papryka czerwona	50g	Margaryna Delma +7/	20g	Papryka czerwona	50g				
		5	Kakao na mleku +1/+3/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g	Pasta jajeczna z koperkiem *3/*7/	80g	Wędlina baleron drobiowy 60g *6/*7/	60g				
		6	Wędlina szynkowa wieprzowa 60g	60g	Kakao na mleku +1/+3/+5/+6/*7/+8/+9/+10/+11/	250g						
		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	2747,2	wartość energetyczna	2783	wartość energetyczna	2755,3				
g	białko ogółem	122,3	białko ogółem	126,64	białko ogółem	119,1				
g	węglowodany ogółem	384,44	węglowodany ogółem	409,82	węglowodany ogółem	382,72				
g	w tym: cukry	31,241	w tym: cukry	31,766	w tym: cukry	19,905				
g	tłuszcze ogółem	82,449	tłuszcze ogółem	71,223	tłuszcze ogółem	89,403				
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	19,19	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	11,876	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	19,268				
g	błonnik	28,228	błonnik	39,733	błonnik	35,028				
mg	sól	2,2255	sól	1,6498	sól	2,5507				

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.