

Menu 30.03.-12.04.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01)

Poniedziałek 30.03.2026			
Sniadanie	II Sniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
<p>Płatki owsiane gotowane na mleku z tartą gorzką czekoladą i bananem<sup>1,7</sup> 40g/ 150ml/ 10g/ 40g: <b>Mleko spożywcze 2%</b><sup>7</sup> (50%), <b>płatki owsiane</b><sup>1</sup> (24%), banan (16%), gorzka czekolada Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850</b><sup>1</sup> <b>40%</b>, <b>mąka pszenna typ 750</b><sup>1</sup> <b>30%</b>, <b>mąka żytnia typ 720</b><sup>1</sup> <b>10%</b>, <b>kwas naturalny żytni</b><sup>1</sup> (<b>mąka żytnia</b>, woda), woda, sól, drożdże, <b>Masło</b><sup>7</sup> <b>10g</b> Polędwica sopocka<sup>1,6,9</sup> (30g) Pomidor na sałacie (40g/10g): pomidor 90%, sałata 10% Herbata truskawkowa z cukrem (250ml) :woda 97%herbata truskawkowa 2%, cukier</p>		<p>Kapuśniak<sup>9</sup> (300 ml) (176 kcal): woda, kapusta kiszona (31%), kapusta biała (24%), marchew (15%), kości wędzone (10%), pietruszka, <b>seler</b><sup>9</sup>, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Kurczak po azjatycku<sup>11</sup> (350g): mięso z piersi kurczaka 60%, warzywa chińskie 20%, marchew 8%, papryka czerwona 5%, cebula dymka, czosnek, imbir, <b>sezam</b><sup>11</sup>, skrobia ziemniaczana, olej, sól, chilli Ryż 200g (232kcal) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem<sup>7</sup> 120g: marchew (60%), jabłko (30%), <b>jogurt 12%</b><sup>7</sup> (8%), sól, pieprz Kompot wielowocowy 250ml (80kcal): woda, truskawki (15%), maliny (12%), czarna porzeczka (9%), cukier brązowy <b>Podwieczorek: Kiwi 1szt</b></p>	<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850</b><sup>1</sup> <b>40%</b>, <b>mąka pszenna typ 750</b><sup>1</sup> <b>30%</b>, <b>mąka żytnia typ 720</b><sup>1</sup> <b>10%</b>, <b>kwas naturalny żytni</b><sup>1</sup> (<b>mąka żytnia</b>, woda), woda, sól, drożdże, Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750</b><sup>1</sup> <b>60%</b>, <b>mąka żytnia typ 720</b><sup>1</sup> <b>30%</b>, <b>kwas naturalny żytni</b><sup>1</sup> (<b>mąka żytnia</b>, woda), woda, sól, drożdże, <b>otręby pszenne</b><sup>1</sup>. <b>Masło</b><sup>7</sup> (20g) <b>Serek homogenizowany naturalny</b><sup>7</sup> (opakowanie jednostkowe) (95kcal) Kiełbasa krakowska sucha<sup>3,6,7,9,10,11</sup> (30g) Ogórek (30g) Rzodkiewka tarta (20g) Herbata czarna z cytryną z cukrem (250ml) :woda 97%herbata czarna 2%, cukier <b>II Kolacja</b> Sok wielowarzywny 200g (54kcal)</p>

-

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne;3 - Jaja i produkty pochodne;4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe);6 - Soja i produkty pochodne;7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 30.03.-12.04.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01)

Wtorek 31.03.2026			
Śniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b></p> <p>Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne<sup>1</sup>.</b></p> <p><b>Masło<sup>7</sup> (20g)</b></p> <p>Ser złoty mazur<sup>7</sup> (30g)</p> <p>Wędzonka Krotoszyńska<sup>1,6,7,9,10,11</sup> 30g</p> <p>Ogórek (30g)</p> <p>Papryka kolorowa pokrojona w paski (20g)</p> <p>Herbata zielona z cukrem (250ml) :woda 97%herbata zielona 2%, cukier</p>		<p>Zupa brokułowa<sup>7,9</sup> (300ml): Woda, brokuł (41%), marchew (23%), korpus drobiowy (17%), <b>śmietana<sup>7</sup></b>, pietruszka, <b>seler<sup>9</sup></b>, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz</p> <p>Pieczeń z karkówki w sosie włanym<sup>1</sup> (145g, w tym 100g mięsa): Karkówka wieprzowa (90%), cebula (5%), olej rzepakowy, papryka słodka, liść laurowy, <b>mąka pszenna<sup>1</sup></b>, majeranek, sól, pieprz</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g (154kcal): ziemniaki 98%, koperek 2%</p> <p>Salatka szwedzka z ogórków konserwowych, papryki cebuli (120g): Ogórek konserwowy 55%, papryka czerwona 30%, cebula, oliwa z oliwek, sól, pieprz</p> <p>Kisiel truskawkowy do picia 250ml truskawki mrożone (50%), woda (30%), mąka ziemniaczana, cukier brązowy</p> <p><b>Podwieczorek</b></p> <p>Jabłko 1 szt.</p>	<p>Bułeczki drożdżowe z jabłkami 2 szt: <b>mąka pszenna<sup>1</sup></b>, <b>mleko spożywcze 2%<sup>7</sup></b>, <b>masło<sup>7</sup></b>, cukier, drożdże, <b>żółtko jaja<sup>3</sup></b>, jabłko, sól</p> <p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b></p> <p><b>Masło<sup>7</sup> (10g)</b></p> <p>Schab zapiekany w ziołach<sup>3,6,7,9,10,11</sup> (30g)(52kcal)</p> <p>Pomidor (20g)</p> <p>Ogórek kiszony (30g)</p> <p>Herbata czarna z cytryną z cukrem (250ml) :woda 97%herbata czarna 2%, cukier</p> <p><b>II Kolacja</b></p> <p>Jogurt naturalny 150g<sup>7</sup> (90kcal)</p>

-

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne; 3 - Jaja i produkty pochodne; 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe); 6 - Soja i produkty pochodne; 7 - Mleko i produkty pochodne; 8 - Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 30.03.-12.04.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01)

Środa 01.04.2026			
Śniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczerek	Kolacja / II Kolacja
<p>Bułka grahamka<sup>1</sup> (90g): <b>Mąka pszenna graham typ 1850<sup>1</sup> 70%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)<sup>1</sup></b>, woda, sól, drożdże</p> <p>Chleb pszenny<sup>1</sup> (35g): <b>Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda)</b>, woda, sól, drożdże, <b>otręby pszenne<sup>1</sup></b>.</p> <p><b>Masło<sup>7</sup> (20g)</b></p> <p>Jogurt naturalny z siekanymi orzechami i musem z malin<sup>1,7</sup> (130g/10g/10g): <b>jogurt naturalny<sup>7</sup> 80%, mus malinowy 15%, orzechy włoskie<sup>8</sup> 5%</b></p> <p>Szynka dymem wędzona<sup>1,6,9</sup> 30g</p> <p>Pomidor z cebulką (40g/10g): pomidor 90%, cebula 10%</p> <p>Kakao naturalne na mleku 250ml<sup>7</sup>: <b>Mleko spożywcze 2%<sup>7</sup> (95%), kakao w proszku (4%), cukier brązowy</b></p>		<p>Zupa fasolowa na boczku (300ml): Woda, ziemniak, fasola Jaś (29%) , korpus drobiowy (19%), boczek wędzony, marchew, pietruszka, <b>seler<sup>9</sup></b>, por, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz</p> <p>Pyzy z mięsem i duszoną cebulką<sup>1,3</sup> 300g<sup>1,3,7</sup>: Ziemniaki (55%), mięso mielone z łopatki (30%), mąka/skrobia ziemniaczana, cebula, olej, sól, pieprz</p> <p>Kompot wieloowocowy 250ml (80kcal): woda, truskawki (15%), maliny (12%), czarna porzeczka (9%), cukier brązowy</p> <p><b>Podwieczerek</b></p> <p>Banan 1szt</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda)</b>, woda, sól, drożdże,</p> <p>Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda)</b>, woda, sól, drożdże, <b>otręby pszenne<sup>1</sup></b>.</p> <p><b>Masło<sup>7</sup> (20g)</b></p> <p>Rolmopsy ze śledzi<sup>4</sup> (100g) : <b>Śledź<sup>4</sup> (77%)</b>, ogórek konserwowy 8%, papryka konserwowa 6%, cebula, olej, sól, pieprz</p> <p>Szynka biała<sup>1,6,9</sup> (30g)</p> <p>Ogórek kiszony z koperkiem (45g/5g): ogórek kiszony 95%, koperek 5%</p> <p>Herbata zielona z cukrem (250ml) :woda 97%herbata zielona 2%, cukier</p> <p><b>II Kolacja</b></p> <p>Mus owocowo warzywny 150g (67kcal)</p>

-

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne;3 - Jaja i produkty pochodne;4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe);6 - Soja i produkty pochodne;7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 30.03.-12.04.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01)

Czwartek 02.04.2026			
Śniadanie	II Śniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b></p> <p>Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne<sup>1</sup>.</b></p> <p><b>Masło<sup>7</sup> (20g)</b></p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem<sup>7</sup> : <b>Jaja kurze gotowane<sup>3</sup> (73%), serek śmietankowy<sup>7</sup>(20%), szczypiorek (5%), sól, pieprz</b></p> <p>Szynka wiejska<sup>1,6,9,10,12</sup> (30g)</p> <p>Ogórek na sałacie (40g/10g): ogórek 90%, sałata 10%</p> <p>Herbata z owoców leśnych z cukrem (250ml) :woda 97%herbata z owoców leśnych 2%, cukier</p>		<p>Pomidorowa zupa z makaronem<sup>1,7,9</sup> 210ml /90g : Woda, <b>makaron pszenny kokardki<sup>1</sup> (20%),</b> pomidory z puszki (30%), korpus drobiowy (14%), marchew (12%), koncentrat pomidorowy, <b>śmietana<sup>7</sup>, pietruszka, seler<sup>9</sup>,</b> por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz</p> <p>Pierś z indyka w sosie pieczeniowym<sup>1</sup> (150g w tym 100g mięsa): Mięso z piersi indyka bez skóry (70%), cebula, czosnek, <b>mąka pszenna<sup>1</sup>,</b> zioła prowansalskie, papryka słodka, sól, pieprz, olej</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g: ziemniaki 98%, koperek świeży 2%</p> <p>Surówka z buraczków z jabłkiem 120g: Burak (66%), jabłko (29%), oliwa (4%), sok z cytryny, sól, pieprz</p> <p>Kompot wiśniowy z cynamonem 250ml (80kcal): woda, wiśnie (40%), cynamon, cukier brązowy</p> <p><b>Podwieczorek</b></p> <p>Pomarańcza 1szt</p>	<p>Długa zapiekanka<sup>1</sup> (90g) z pieczarkami (30g), serem (30g), ketchupem (5g) i majonezem (5g)(160g): <b>bagietka<sup>1</sup> 75%(Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne<sup>1</sup>),</b> pieczarki 7%, <b>ser żółty<sup>7</sup> 7%,</b> ketchup, <b>majonez<sup>3,6,10</sup>,</b> sól, pieprz</p> <p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b></p> <p><b>Masło<sup>7</sup> (10g)</b></p> <p>Szynka babuni<sup>1,7,9,10,12</sup> (30g)</p> <p>Pomidor (20g)(3kcal)</p> <p>Kolorowa papryka pokrojona w paski (30g)</p> <p>Herbata czarna z cukrem (250ml) :woda 97%herbata czarna 2%, cukier</p> <p><b>II Kolacja</b></p> <p>Kefir naturalny 330ml<sup>7</sup> (122kcal)</p>

-

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne;3 - Jaja i produkty pochodne;4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe);6 - Soja i produkty pochodne;7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 30.03.-12.04.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01)

Piątek 03.04.2026			
Śniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / II Kolacja
<p>Kasza manna na mleku z bananem posypana orzechami włoskimi<sup>1,7,8</sup> 40g/150ml/50g/10g: <b>Mleko spożywcze 2%</b><sup>7</sup> (56%), banan (28%), <b>kasza manna</b><sup>1</sup> (11%), orzechy włoskie (3%), cukier brązowy (2%) Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850</b><sup>1</sup> <b>40%</b>, <b>mąka pszenna typ 750</b><sup>1</sup> <b>30%</b>, <b>mąka żytnia typ 720</b><sup>1</sup> <b>10%</b>, <b>kwas naturalny żytni</b><sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, <b>Masło</b><sup>7</sup> (10g)</p> <p>Ser Mazdamer<sup>7</sup> (30g) Pomidor (50g) Herbata malinowa z cukrem (250ml) :woda 97%herbata malinowa 2%, cukier</p>		<p>Zupa krem z dyni z grzankami z chleba graham<sup>1,7</sup> 300ml :Bulion warzywny, dynia (21%), marchew 19%, pietruszka, ziemniak, por, <b>śmietana 12%</b><sup>7</sup>, oliwa, sól, pieprz Paluszki rybne<sup>1,3,4</sup> (115g, w tym 100g ryby): <b>Filet z mintaja</b><sup>4</sup> (59%), <b>mąka pszenna</b><sup>1</sup>, skrobia z tapioki, olej rzepakowy, papryka czerwona, sól, pieprz Ziemniaki z koperkiem 200g: ziemniaki 98%, koperek świeży 2% Duszona kapusta kiszona z marchewką (120g): Kapusta kiszona (66%), marchew (29%), oliwa z oliwek (4%), sól, pieprz Kompot jabłkowo-cynamonowy 250ml (80kcal): woda, wiśnie (40%), cynamon, cukier brązowy</p> <p><b>Podwieczorek</b> Banan 1 szt</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850</b><sup>1</sup> <b>40%</b>, <b>mąka pszenna typ 750</b><sup>1</sup> <b>30%</b>, <b>mąka żytnia typ 720</b><sup>1</sup> <b>10%</b>, <b>kwas naturalny żytni</b><sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750</b><sup>1</sup> <b>60%</b>, <b>mąka żytnia typ 720</b><sup>1</sup> <b>30%</b>, <b>kwas naturalny żytni</b><sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, <b>otręby pszenne</b><sup>1</sup>. <b>Masło</b><sup>7</sup> (20g) Sałatka caprese z oliwkami<sup>7</sup> 100g: Pomidor (68%), <b>mozzarella</b><sup>7</sup> (18%), oliwki zielone/czarne (6%), słonecznik, bazylika, sól, pieprz Pasta z awokado i ricottą<sup>7</sup> (30g): awokado (60%), <b>ser ricotta</b><sup>7</sup> (37%), sól, pieprz Herbata czarna z cukrem (250ml) :woda 97%herbata czarna 2%, cukier</p> <p><b>II Kolacja</b> Serek wiejski 150g<sup>7</sup> (145kcal)</p>

-

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne;3 - Jaja i produkty pochodne;4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe);6 - Soja i produkty pochodne;7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 30.03.-12.04.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin  
Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01)

Sobota 04.04.2026			
Sniadanie	II Sniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / II Kolacja
<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b></p> <p>Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne<sup>1</sup>.</b></p> <p><b>Masło<sup>7</sup> (20g)</b></p> <p>Twarożek wiosenny ze szczypiorkiem podany na sałacie<sup>7</sup> (30g/5g/10g): <b>Ser twarogowy<sup>7</sup> (95%), szczypiorek, sól, pieprz</b></p> <p>Pasta z tuńczyka, jajka i ogórka kiszzonego<sup>3,4,7</sup> 30g: <b>Tuńczyk w sosie własnym<sup>4</sup> (58%), jaja kurze<sup>3</sup> (23%), ogórek kiszony, jogurt naturalny<sup>7</sup>, szczypiorek, sól, pieprz</b></p> <p>Ogórek (30g)(3kcal)</p> <p>Rzodkiewka tarta (20g)(3kcal)</p> <p>Herbata zielona z cukrem (250ml) :woda 97%, herbata zielona 2%, cukier</p>		<p>Barszcz czerwony zabieleny z dodatkiem fasoli Jaś<sup>7,9</sup> (300g): Woda, burak (28%), korpus drobiowy (21%), fasola biała Jaś (20%), marchew (8%), śmietana<sup>7</sup> (5%), pietruszka, seler<sup>9</sup>, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz</p> <p>Pulpety z indyka w sosie koperkowym<sup>7</sup> (350g): Mięso mielone z indyka (49%), marchew (18%), koper świeży (12%)<sub>2</sub></p> <p><b>jogurt naturalny<sup>7</sup> (10%), płatki owsiane<sup>1</sup>, olej rzepakowy, sól, pieprz</b></p> <p>Ziemniaki gotowane (200g)</p> <p>Surówka z jabłka, pora i marchwi z jogurtem<sup>7</sup> (120g): jabłko (40%), por (30%), marchew, <b>jogurt 12%<sup>7</sup>, sól, pieprz</b></p> <p>Kompot truskawkowy 250ml (80kcal): woda, truskawki (40%), cukier brązowy</p> <p><b>Podwieczorek</b></p> <p>Jabłko 1 szt.</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b></p> <p>Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne<sup>1</sup>.</b></p> <p><b>Masło<sup>7</sup> (20g)</b></p> <p>Serek kanapkowy<sup>7</sup> (30g)</p> <p>Ser Gouda<sup>7</sup> (30g)(95kcal)</p> <p>Pomidor z koperkiem (45g/5g): pomidor 95%, koperek świeży 5%</p> <p>Herbata rumianek (250ml) :woda 97%, rumianek 2%, cukier</p> <p><b>II Kolacja</b></p> <p>Serek homogenizowany 150g<sup>7</sup> (117kcal)</p>

-

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne; 3 - Jaja i produkty pochodne; 4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe); 6 - Soja i produkty pochodne; 7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 30.03.-12.04.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin  
Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01)

Niedziela Wielkanocna 05.04.2026			
Śniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / II Kolacja
<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b> Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne<sup>1</sup>.</b> <b>Masło<sup>7</sup> (20g)</b> Żurek na boczku wędzonym z chrzanem<sup>1,9</sup> (300 ml)(242 kcal): Woda, <b>żur zakwas<sup>1</sup></b> (46%); boczek wędzony<sup>3,6,7,9,10,11</sup> (16%), ziemniaki (14%), marchew, pietruszka, <b>seler<sup>9</sup></b>, cebula, sól, Sałatka jarzynowa<sup>3,7,10</sup> 100g (84kcal) podawana na liściu sałaty (10g): Ziemniaki (26%), marchew(19%), pietruszka (14%), <b>jaja kurze gotowane<sup>3</sup></b> (13%), ogórek kiszony, cebula, jabłko, groszek konserwowy, <b>jogurt naturalny<sup>7</sup></b> <b>majonez<sup>3,6,10</sup></b>, <b>musztarda<sup>10</sup></b>, sól, pieprz Jajko (50g, 1szt) w sosie wiosennym<sup>3,4,7</sup> (100g): <b>Jaja kurze gotowane<sup>3</sup></b> (62%), <b>jogurt naturalny<sup>7</sup></b> (18%), rzodkiewka, <b>majonez<sup>3,6,10</sup></b>, szczypiorek, sól, pieprz Schab w rozmarynie.<sup>7,9,10,12</sup> (50g)</p>		<p>Botwinka z jajkiem<sup>3,7,9</sup> 300ml: Woda, botwinka (28%), ziemniaki (18%), korpus drobiowy (14%), marchew (12%), <b>jaja kurze<sup>3</sup></b> (11%), pietruszka, <b>seler<sup>9</sup></b>, por, <b>śmietana<sup>7</sup></b>, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Faszerowana pieczeń z mielonego ze szpinakiem, suszonymi pomidorami i jajkiem (140g/w tym 100g mięsa): Mięso mielone z łopatki (85%), <b>bulka kajzerka<sup>1</sup></b>, <b>jaja kurze<sup>3</sup></b>, pomidory suszone, szpinak, czosnek, majeranek, sól, pieprz, olej Sos z białych warzyw 60ml: Pietruszka (54%), <b>seler<sup>9</sup></b> (30%), <b>śmietana 12%<sup>7</sup></b> oliwa z oliwek, sól, pieprz Ziemniaki z koperkiem 200g: ziemniaki 98%, koperek świeży 2% Buraczki na ciepło 120g: Burak (95%), oliwa (4%), sok z cytryny, sól, pieprz Kompot wiśniowy 250ml (80kcal): woda, wiśnie (40%), cukier brązowy <b>Podwieczorek</b> Jabłko 1 szt.</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b> Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne<sup>1</sup>.</b> <b>Masło<sup>7</sup> (20g)</b> Pieczona szynka w ziołach<sup>1,7,9,10,12</sup> (60g) Biała kiełbasa zapiekana<sup>1,7,9,10,12</sup> 100g z chrzanem 10g i ćwikłą 10g: <b>kielbasa<sup>3,6,7,9,10,11</sup></b> (79%), cebula, czosnek, olej, sól, pieprz Pomidor ze szczypiorkiem(45g/5g): pomidor 95%, szczypiorek 5% Herbata zielona (250ml) :woda 97%, herbata zielona 2%, cukier <b>II Kolacja</b> Kefir naturalny 330ml<sup>7</sup> (122kcal)</p>

-

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne; 3 - Jaja i produkty pochodne; 4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe); 6 - Soja i produkty pochodne; 7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 30.03.-12.04.2026r.

**Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin**

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01)

Ogórek ze szczypiorkiem(40g/10g): ogórek 95%, szczypiorek 5% Sernik <sup>1,7</sup> 120g* Herbata czarna z cukrem (250ml) :woda 97%, herbata czarna 2%, cukier			
---	--	--	--

=

**ALERGENY :**

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne;3 - Jaja i produkty pochodne;4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe);6 - Soja i produkty pochodne;7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 30.03.-12.04.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01)

Poniedziałek Wielkanocny 06.04.2026			
Śniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / II Kolacja
<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b>                      Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne<sup>1</sup>.</b>  <b>Masło<sup>7</sup> (20g)</b>                      Boczek faszerowany<sup>1,6,7,9,10,11</sup> (40g)                      Szyńka dymem wędzona<sup>1,6,9</sup> 40g                      Jajko (50g, 1szt) w sosie tatarskim<sup>3,7</sup> (100g): <b>Jaja kurze<sup>3</sup> (52%), ogórek konserwowy (21%), śmietana<sup>7</sup> (10%), kapary marynowane (5%), cebula czerwona, majonez<sup>3,6,10</sup>, musztarda<sup>10</sup>, sok z cytryny, natka pietruszki, sól, pieprz</b>                      Pomidor na liściu sałaty (50g/10g)                      Herbata czarna z cukrem (250ml) :woda 97%, herbata czarna 2%, cukier</p>		<p>Zupa z pieczonych warzyw z fetą<sup>7,9</sup> 300ml (162kcal): Bulion, bataty 19%, bakłażan 16%, papryka kolorowa 13%, <b>Feta<sup>7</sup> 10%</b>, marchew, sól, pieprz, tymianek                      Udziec z indyka pieczony z sosem pieczeniowym<sup>1</sup> (135g, w tym 100g mięsa): Mięso z uda indyka bez skóry (90%), cebula, czosnek, <b>mąka pszenna<sup>1</sup></b>, zioła prowansalskie, papryka słodka, sól, pieprz, olej                      Ziemniaki z koperkiem 200g: ziemniaki 98%, koperek świeży 2%                      Mizzeria<sup>7</sup> 120g: Ogórek (70%), <b>jogurt naturalny<sup>7</sup> (25%)</b>, koperek świeży, sól, pieprz                      Kompot wieloowocowy 250ml (80kcal): woda, truskawki (15%), maliny (12%), czarna porzeczka (9%), cukier brązowy</p> <p><b>Podwieczorek</b>                      Jabłko 1 szt.</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b>                      Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne<sup>1</sup>.</b>  <b>Masło<sup>7</sup> (20g)</b>                      Biała kiełbasa zapiekana<sup>1,7,9,10,12</sup> 100g z chrzanem 10g i ćwikłą 10g: <b>kielbasa<sup>3,6,7,9,10,11</sup> (29%)</b>, cebula, czosnek, olej, sól, pieprz                      Mięso pieczone<sup>1,7,9,10,12</sup> (40g)                      Sałatka jarzynowa<sup>3,7,10</sup> 100g (84kcal) podawana na liściu sałaty (10g): Ziemniaki (26%), marchew(19%), pietruszka (14%), <b>jaja kurze gotowane<sup>3</sup> (13%)</b>, ogórek kiszony, cebula, jabłko, groszek konserwowy, <b>jogurt naturalny<sup>7</sup></b>, <b>majonez<sup>3,6,10</sup>, musztarda<sup>10</sup></b>, sól, pieprz                      Pomidor (50g)                      Herbata czarna (250ml) :woda 97%, herbata czarna 2%, cukier</p> <p><b>II Kolacja</b>                      Sok pomidorowy 200g (36kcal)</p>

-

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne;3 - Jaja i produkty pochodne;4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe);6 - Soja i produkty pochodne;7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 30.03.-12.04.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin  
Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01)

Wtorek 07.04.2026			
Śniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / II Kolacja
<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b> Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne<sup>1</sup>.</b></p> <p><b>Masło<sup>7</sup> (20g)</b></p> <p>Polędwica sopocka<sup>1,6,9</sup> (30g) Serek homogenizowany o smaku truskawkowym<sup>7</sup> (opakowanie jednostkowe) Ogórek (20g)(3kcal) Kolorowa papryka pokrojona w paski (30g)(3kcal) Herbata truskawkowa z cukrem (250ml) :woda 97%, herbata truskawkowa 2%, cukier</p>		<p>Grochówka na boczku (300ml): Woda, ziemniak, groch łuskany (29%) , korpus drobiowy (19%), boczek wędzony, marchew, pietruszka, <b>seler<sup>9</sup></b>, por, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Kotlet schabowy tradycyjny<sup>1,3</sup> (145g, w tym 100g mięsa): Schab wieprzowy (90%), <b>bulka tarta<sup>1</sup>, jajko kurze<sup>3</sup></b>, olej rzepakowy, <b>mąka pszenna<sup>1</sup></b>, sól, pieprz Ziemniaki z koperkiem 200g: ziemniaki 98%, koperek świeży 2% Kolorowa sałatka ze świeżych warzyw z oliwą (120g) (103kcal): Papryka czerwona (30%), Pomidor (30%), sałata (15%), ogórek (15%), oliwa z oliwek, sok z cytryny, sól, pieprz Kompot wiśniowy z cynamonem 250ml (80kcal): woda, wiśnie (40%), cynamon, cukier brązowy</p> <p><b>Podwieczorek</b> Kiwi 1szt</p>	<p>Kieszonki ze szpinakiem, suszonymi pomidorami i fetą<sup>1,3,7</sup> 3szt: <b>Ciasto francuskie<sup>1,3,7</sup></b> (68%), szpinak (23%), <b>Feta<sup>7</sup></b> (45%), pomidory suszone w oleju, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz, cukier Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b> <b>Masło<sup>7</sup> (10g)</b></p> <p>Szynka biała<sup>1,6,9</sup> (30g) Ogórek kiszony (20g) Pomidor (30g) Herbata czarna (250ml) :woda 97%, herbata czarna 2%, cukier</p> <p><b>II Kolacja</b> Jogurt naturalny 150g<sup>7</sup> (90kcal)</p>

-

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne; 3 - Jaja i produkty pochodne; 4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe); 6 - Soja i produkty pochodne; 7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 30.03.-12.04.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin  
Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01)

Środa 08.04.2026			
Śniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja /II Kolacja
<p>Kasza manna na mleku z bananem posypana orzechami włoskimi<sup>1,7,8</sup> 40g/150ml/50g/10g: <b>Mleko spożywcze 2%</b><sup>7</sup> (56%), banan (28%), <b>kasza manna</b><sup>1</sup> (11%), orzechy włoskie (3%), cukier brązowy (2%) Bułka grahamka<sup>1</sup> (90g): <b>Mąka pszenna graham typ 1850</b><sup>1</sup> <b>70%</b>, <b>mąka pszenna typ 750</b><sup>1</sup> <b>20%</b>, <b>kwas naturalny żytni</b>(mąka żytnia, woda)<sup>1</sup>, woda, sól, drożdże <b>Masło</b><sup>7</sup> (10g)</p> <p>Pieczeń z karkówki<sup>1,6,9</sup> (30g) Pomidor z cebulką (40g/10g): pomidor 90%, cebula 10% Herbata z owoców leśnych z cukrem (250ml) :woda 97%, herbata z owoców leśnych 2%, cukier</p>		<p>Zupa jarzynowa<sup>7,9</sup> (300ml): Woda, ziemniak (16%), kalafior (14%), marchew (14%), koncentrat pomidorowy, korpus drobiowy (12%), pietruszka, <b>seler</b><sup>9</sup>, por, koperek świeży, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą drobiową duszone 350g: <b>Makaron lazanki z pszenicy durum</b><sup>1</sup>(45%), <b>Kielbasa drobiowa</b><sup>1,6,9,10,11</sup> (30%), kapusta kiszona (20%), olej rzepakowy, sól, pieprz Banana 1szt Kompot jabłkowy 250ml (80kcal): woda, jabłka (40%), cukier brązowy</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850</b><sup>1</sup> <b>40%</b>, <b>mąka pszenna typ 750</b><sup>1</sup> <b>30%</b>, <b>mąka żytnia typ 720</b><sup>1</sup> <b>10%</b>, <b>kwas naturalny żytni</b><sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750</b><sup>1</sup> <b>60%</b>, <b>mąka żytnia typ 720</b><sup>1</sup> <b>30%</b>, <b>kwas naturalny żytni</b><sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, <b>otręby pszenne</b><sup>1</sup>. <b>Masło</b><sup>7</sup> (20g) Sałatka cesar<sup>1,7</sup> 100g: Pomidor koktajlowy (40%), sałata (20%), <b>grzanki z podpieczonego beztłuszczowo pieczywa</b><sup>1</sup>, <b>parmezan</b><sup>7</sup>, cytryna sok, oliwa z oliwek sól, pieprz Szynka konserwowa<sup>7,9,12</sup> 30g (25kcal) Herbata czarna z cukrem (250ml) :woda 97% herbata czarna 2%, cukier <b>II Kolacja</b> Serek wiejski 150g<sup>7</sup> (145kcal)</p>

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne; 3 - Jaja i produkty pochodne; 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe); 6 - Soja i produkty pochodne; 7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 30.03.-12.04.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01)

Czwartek 09.04.2026			
Śniadanie	II Śniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja / II Kolacja
<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b></p> <p>Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne<sup>1</sup>.</b></p> <p><b>Masło<sup>7</sup> (20g)</b></p> <p>Pasta z makreli<sup>3,4,7,10</sup>(60g): <b>Makrela wędzona<sup>4</sup> (50%), ser śmietankowy<sup>7</sup> (33%), ogórek kiszony (16%), szczypiorek, sól, pieprz</b></p> <p>Szab zapiekany w ziołach<sup>3,6,7,9,10,11</sup> (30g)</p> <p>Pomidor na sałacie (40g/10g):pomidor 90%, sałata 10%</p> <p>Herbata malinowa z cukrem (250ml) :woda 97%, herbata malinowa 2%, cukier</p>		<p>Ogórkowa z ziemniakami<sup>7,9</sup> 300ml: Woda, ogórki kiszane (24%) (ogórki woda sól, mieszanka przypraw), ziemniak (18%), korpus drobiowy (16%), marchew (12%), <b>śmietana<sup>7</sup> (10%), pietruszka, seler<sup>9</sup>, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz</b></p> <p>Gulasz wieprzowy<sup>1,7</sup> (350g, w tym 100g mięsa): Szyńka wieprzowa (45%), cukinia (19%), cebula, papryka, koncentrat pomidorowy, <b>mąka pszenna<sup>1</sup>, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz</b></p> <p>Kopytka<sup>1,3</sup> 200g: Ziemniaki (80%), <b>mąka pszenna<sup>1</sup> (19%), sól</b></p> <p>Surówka z selera i jabłka<sup>7</sup> (120g): <b>Seler<sup>9</sup> (70%), jabłko (20%), jogurt naturalny<sup>7</sup>, sok z cytryny, sól,</b></p> <p>Kompot wielowocowy 250ml (80kcal): woda, truskawki (15%), maliny (12%), czarna porzeczka (9%), cukier brązowy</p> <p><b>Podwieczorek</b></p> <p>Jabłko 1 szt.</p>	<p>Hot dog w podłużnej bułce<sup>1</sup> (90g) z ciepłą parówką z indyka<sup>1,3,6,7,9,10,11</sup> (1 szt. - 50g) z ketchupem, ogórkiem konserwowym i cebulką (5/10/10g)(429 kcal): <b>Bułka pszenna<sup>1</sup>(48%)( Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne<sup>1</sup>), parówka z indyka<sup>1,3,6,7,9,10,11</sup>, ogórek konserwowy, cebula, ketchup</b></p> <p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b></p> <p><b>Masło<sup>7</sup> (10g)</b></p> <p>Szynkówka z indyka<sup>1,7,8,9,10</sup> (30g)</p> <p>Ogórek (20g)(3kcal)</p> <p>Kolorowa papryka (30g)</p> <p>Herbata zielona (250ml) :woda 97%, herbata zielona 2%, cukier</p> <p><b>II Kolacja</b></p> <p>Kefir naturalny 330ml<sup>7</sup> (122kcal)</p>

-

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne;3 - Jaja i produkty pochodne;4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe);6 - Soja i produkty pochodne;7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 30.03.-12.04.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01)

Piątek 10.04.2026			
Sniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / II Kolacja
<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b>                      Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne<sup>1</sup>.</b>  <b>Masło<sup>7</sup> (20g)</b>                      Jajecznicza z pomidorem i szczypiorkiem<sup>3,7</sup> (100/20g/5g)(189kcal): <b>Jaja kurze gotowane<sup>3</sup> (73%), pomidor (20%), masło ekstra<sup>7</sup> (5%), szczypiorek, sól, pieprz</b>                      Serek z ziołami<sup>7</sup> (30g)                      Ogórek kiszony z porem (40g/10g): ogórek kiszony 95%, por 5%                      Herbata mięta z cukrem (250ml) :woda 97%, herbata mięta 2%, cukier</p>		<p>Zupa kalafiorowo- koperkowa 300ml:                      Woda, kalafior (19%), ziemniak (18%), korpus drobiowy (13%), marchew (12%), <b>śmietana<sup>7</sup></b>, pietruszka, <b>seler<sup>9</sup></b>, por, koperek świeży (8%), ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz                      Dorsz zapiekany w panierce<sup>1,3,4</sup> (115g, w tym 100g ryby): <b>Dorsz<sup>4</sup> (80%), bulka tarta<sup>1</sup>, jaja kurze<sup>3</sup></b>, olej rzepakowy, sól, pieprz                      Ziemniaki gotowane 200g                      Surówka z kiszonej kapusty z marchewką (120g): Kapusta kiszona (66%), marchew (29%), oliwa z oliwek (4%), sól, pieprz                      Kompot truskawkowy 250ml (80kcal): woda, truskawki (40%), cukier brązowy  <b>Podwieczorek</b>                      Banan 1szt</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b>                      Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne<sup>1</sup>.</b>  <b>Masło<sup>7</sup> (20g)</b>                      Serek wiejski<sup>7</sup> (100g) z rzodkiewką (20g)(112kcal): <b>serek wiejski<sup>7</sup> 90%</b>, rzodkiewka 10%                      Ser Gouda<sup>7</sup> (30g)                      Ogórek (30g)                      Rzodkiewka tarta (20g)                      Herbata z owoców leśnych z cukrem (250ml) :woda 97%, herbata z owoców leśnych 2%, cukier    <b>II Kolacja</b>                      Mus owocowo warzywny 150g (67kcal)</p>

-

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne; 3 - Jaja i produkty pochodne; 4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe); 6 - Soja i produkty pochodne; 7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 30.03.-12.04.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01)

Sobota 11.04.2026			
Sniadanie	II Sniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / II Kolacja
<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b>                      Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne<sup>1</sup>.</b>  <b>Masło<sup>7</sup> (20g)</b>                      Sałatka ziemniaczana z ogórkiem konserwowym na sałacie <sup>3 6 7 9 10</sup>  <sup>11</sup> 100g: ziemniaki, ogórek konserwowy, <b>jogurt naturalny<sup>7</sup>, majonez<sup>3,6,10</sup></b>, szczypiorek, koperek świeży, sól, pieprz                      Szynka gotowana<sup>1,6,9</sup> (30g)                      Herbata czarna z cukrem (250ml)                      :woda 97%, herbata czarna 2%, cukier</p>		<p>Barszcz ukraiński<sup>7,9</sup> (300 ml): Woda, burak (28%), korpus drobiowy (21%), fasola biała (18%), kapusta włoska (9%), marchew (8%), <b>śmietana<sup>7</sup> (5%), _pietruska, seler<sup>9</sup></b>, por , ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz                      Łopatka wieprzowa duszona w sosie pieczeniowym<sup>1</sup> (140g): łopatka wieprzowa (70%), cebula, czosnek, <b>mąka pszenna<sup>1</sup></b>, zioła prowansalskie, papryka słodka, sól, pieprz, olej                      Kasza gryczana 200g (184kcal)                      Surówka z pora, jabłka, marchewki i ogórka kiszzonego (120g): Por (44%), jabłko (30%), marchew, ogórek kiszony, oliwa, sól, pieprz                      Kompot malinowy 250ml (80kcal): woda, maliny (40%), cukier brązowy  <b>Podwieczorek</b>                      Pomarańcza 1szt</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b>                      Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne<sup>1</sup>.</b>  <b>Masło<sup>7</sup> (20g)</b>                      Serek z ziołami<sup>6,9</sup> (30g)                      Wędzonka Krotoszyńska<sup>1,6,7,9,10,11</sup>                      30g                      Ogórek kiszony z koperkiem (45g/5g): ogórek kiszony 95%, koperek świeży 5%                      Herbata rumianek (250ml) :woda 97%, rumianek 2%, cukier  <b>II Kolacja</b>                      Jogurt naturalny 150g<sup>7</sup> (90kcal)</p>

-

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne;3 - Jaja i produkty pochodne;4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe);6 - Soja i produkty pochodne;7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 30.03.-12.04.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin  
Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01)

Niedziela 12.04.2026			
Śniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / II Kolacja
<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b></p> <p>Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne<sup>1</sup>.</b></p> <p><b>Masło<sup>7</sup> (20g)</b></p> <p>Frankfurterki gotowane<sup>3,6,7,9,10,11</sup> (80g)</p> <p>Do wyboru: musztarda 10g<sup>3,6,7,9,11</sup> (16kcal) i/lub ketchup 10g<sup>1,9</sup></p> <p>Kiełbasa podwawelska<sup>7,9,12</sup> 30g (58kcal)</p> <p>Pomidor ze szczypiorkiem(45g/5g): pomidor 95%, szczypiorek 5%</p> <p>Kawa inka na mleku 250ml<sup>1,7</sup> (200kcal): mleko spożywcze 2%<sup>7</sup> 95 %, kawa inka 5%</p>		<p>Rosół z drobnym makaronem 90g/210ml<sup>1,3,9</sup> : Woda, korpus drobiowy (46%), <u>makaron<sup>1</sup></u> (20%) (semolina - mąka makaronowa z <b>pszenicy</b> durum, pasteryzowana <b>masa jajowa<sup>3</sup></b>), marchew (12%), pietruszka, <b>seler<sup>9</sup></b>, por, natka pietruszki, sól, przyprawy</p> <p>Pałki z kurczaka z cytryna i rozmarynem (110g)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g: ziemniaki 98%, koperek świeży 2%</p> <p>Brukselka z bułką tartą<sup>1</sup> (120g): brukselka 95%, <b>bułka tarta<sup>1</sup></b> 5%</p> <p>Kompot truskawkowy 250ml (80kcal): woda, truskawki (40%), cukier brązowy</p> <p><b>Podwieczorek</b></p> <p>Jabłko 1 szt.</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty<sup>1</sup> (50g): <b>Mąka orkiszowa typ 1850<sup>1</sup> 40%, mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 30%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 10%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</b></p> <p>Chleb pszenny<sup>1</sup> (50g)(129kcal): <b>Mąka pszenna typ 750<sup>1</sup> 60%, mąka żytnia typ 720<sup>1</sup> 30%, kwas naturalny żytni<sup>1</sup> (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne<sup>1</sup>.</b></p> <p><b>Masło<sup>7</sup> (20g)</b></p> <p>Gzik<sup>7</sup> z dodatkiem szczypiorku, podany na sałacie: <b>Ser twarogowy półflusty<sup>7</sup></b> (68%), <b>śmietana 12%<sup>7</sup></b>(28%), szczypiorek, sól, sałata</p> <p>Pieczeń z karkówki<sup>1,6,9</sup> (30g)(69kcal)</p> <p>Ogórek (50g)(6kcal)</p> <p>Herbata czarna z cukrem (250ml) :woda 97%, herbata czarna 2%, cukier</p> <p><b>II Kolacja</b></p> <p>Sok wielowarzywny 200g (54kcal)</p>

-

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne; 3 - Jaja i produkty pochodne; 4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe); 6 - Soja i produkty pochodne; 7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin