

Menu 30.03.-12.04.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

Poniedziałek 30.03.2026			
Sniadanie	II Śniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
<p>Płatki owsiane gotowane na mleku z tartą gorzką czekoladą i bananem ^{1,7} 40g/ 150ml/ 10g/ 40g: Mleko spożywcze 2%⁷ (50%), płatki owsiane¹ (24%), banan (16%), gorzka czekolada Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹ 40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹ 10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Masło⁷ 10g Polędwica sopocka^{1,6,9} (30g) Pomidor na sałacie (40g/10g): pomidor 90%, sałata 10% Herbata truskawkowa (250ml) :woda 97%, herbata truskawkowa 2%</p>	<p>Grillowana kanapka z szynką z indyka (30g), mozzarellą (20g), rukolą (10g) i pomidorem (20g): (mąka pszenna graham typ 1850¹ 70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹, woda, sól, drożdże) 60%, szynka z indyka 15%, mozzarella⁷ 12%, pomidor 10%, rukola Woda (250 ml)</p>	<p>Kapuśniak ⁹ (300 ml) (176 kcal): woda, kapusta kiszona (31%), kapusta biała (24%), marchew (15%), kości wędzone (10%), pietruszka, seler⁹, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Kurczak po azjatycku ¹¹ (350g): mięso z piersi kurczaka 60%, warzywa chińskie 20%, marchew 8%, papryka czerwona 5%, cebula dymka, czosnek, imbir, sezam¹¹, skrobia ziemniaczana, olej, sól, chilli Ryż brązowy 200g (232kcal) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem⁷ 120g: marchew (60%), jabłko (30%), jogurt 12%⁷ (8%), sól, pieprz Kompot wielowocowy 250ml (80kcal): woda, truskawki (15%), maliny (12%), czarna porzeczka (9%) Podwieczorek: Kiwi 1szt</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹ 40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹ 10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Chleb graham¹ (50g): Mąka pszenna graham typ 1850¹ 70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹, woda, sól, drożdże Masło⁷ (20g) Serek homogenizowany naturalny⁷ (opakowanie jednostkowe) (95kcal) Kiełbasa krakowska sucha^{3,6,7,9,10,11} (30g) Ogórek (30g) Rzodkiewka tarta (20g) Herbata czarna z cytryną (250ml) :woda 97%herbata czarna 2% II Kolacja 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: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

Wtorek 31.03.2026			
Śniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
<p>Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</p> <p>Chleb graham¹ (50g): Mąka pszenna graham typ 1850¹70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹, woda, sól, drożdże</p> <p>Masło⁷ (20g)</p> <p>Ser złoty mazur⁷ (30g)</p> <p>Wędzonka Krotoszyńska^{1,6,7,9,10,11} 30g</p> <p>Ogórek (30g)</p> <p>Papryka kolorowa pokrojona w paski (20g)</p> <p>Herbata zielona (250ml) :woda 97%herbata zielona 2%</p>	<p>Sałatka cesar^{1,7} 100g: Pomidor koktajlowy (40%), sałata (20%), grzanki z podpieczonego beztłuszczowo pieczywa¹, parmezan⁷, cytryna sok, oliwa z oliwek sól, pieprz</p> <p>Chleb graham¹ (35g) : (mąka pszenna graham typ 1850¹70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹)</p> <p>Masło⁷ (5g)</p> <p>Woda (250 ml)</p>	<p>Zupa brokułowa^{7,9} (300ml): Woda, brokuł (41%), marchew (23%), korpus drobiowy (17%), śmietana⁷, pietruszka, seler⁹, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz</p> <p>Pieczeń z karkówki w sosie wlanym¹ (145g, w tym 100g mięsa): Karkówka wieprzowa (90%), cebula (5%), olej rzepakowy, papryka słodka, liść laurowy, mąka pszenna¹, majeranek, sól, pieprz</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g (154kcal): ziemniaki 98%, koperek 2%</p> <p>Sałatka szwedzka z ogórków konserwowych, papryki cebuli (120g): Ogórek konserwowy55%, papryka czerwona 30%, cebula, oliwa z oliwek, sól, pieprz</p> <p>Kisiel truskawkowy do picia 250ml truskawki mrożone (50%), woda (30%), mąka ziemniaczana</p> <p>Podwieczorek</p> <p>Jabłko 1 szt.</p>	<p>Bułeczki drożdżowe z jabłkami na mące pełnoziarnistej 2 szt: mąka pszenna pełnoziarnista¹, mleko spożywcze 2%⁷, masło⁷, cukier, drożdże, żółtko jaja³, jabłko, sól</p> <p>Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</p> <p>Masło⁷ (10g)</p> <p>Schab zapiekany w ziołach^{3,6,7,9,10,11} (30g)(52kcal)</p> <p>Pomidor (20g)</p> <p>Ogórek kiszony (30g)</p> <p>Herbata czarna z cytryną (250ml) :woda 97%herbata czarna 2%</p> <p>II Kolacja</p> <p>Jogurt naturalny 150g⁷ (90kcal)</p>

Środa 01.04.2026

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: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

Śniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / II Kolacja
<p>Bułka grahamka¹ (90g): Mąka pszenna graham typ 1850¹ 70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹, woda, sól, drożdże</p> <p>Chleb graham¹ (50g): Mąka pszenna graham typ 1850¹ 70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹, woda, sól, drożdże</p> <p>Masło⁷ (20g)</p> <p>Jogurt naturalny z siekanymi orzechami i musem z malin^{1,7} (130g/10g/10g): jogurt naturalny⁷ 80%, mus malinowy 15%, orzechy włoskie⁸ 5%</p> <p>Szynka dymem wędzona^{1,6,9} 30g</p> <p>Pomidor z cebulką (40g/10g): pomidor 90%, cebula 10%</p> <p>Kakao naturalne na mleku 250ml⁷: Mleko spożywcze 2%⁷ (95%), kakao w proszku (4%),</p>	<p>Chleb graham¹ (50g) : (mąka pszenna graham typ 1850¹ 70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹)</p> <p>Masło⁷ (10g)</p> <p>Szynka konserwowa^{1,6,9} (30g)</p> <p>Sos jogurtowo czosnkowy⁷ 20g: jogurt naturalny⁷, czosnek, sól, pieprz</p> <p>Salata 10g</p> <p>Woda (250 ml)</p>	<p>Zupa fasolowa na boczku (300ml): Woda, ziemniak, fasola Jaś (29%) , korpus drobiowy (19%), boczek wędzony, marchew, pietruszka, seler⁹, por, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz</p> <p>Pyzy z mięsem i duszoną cebulką^{1,3} 300g^{1,3,7}: Ziemniaki (55%), mięso mielone z łopatki (30%), mąka/skrobia ziemniaczana, cebula, olej, sól, pieprz</p> <p>Banan 1szt</p> <p>Kompot wielowocowy 250ml (80kcal): woda, truskawki (15%), maliny (12%), czarna porzeczka (9%)</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹ 40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹ 10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</p> <p>Chleb graham¹ (50g): Mąka pszenna graham typ 1850¹ 70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹, woda, sól, drożdże</p> <p>Masło⁷ (20g)</p> <p>Rolmopsy ze śledzi⁴ (100g) : Śledź⁴ (77%), ogórek konserwowy 8%, papryka konserwowa 6%, cebula, olej, sól, pieprz</p> <p>Szynka biała^{1,6,9} (30g)</p> <p>Ogórek kiszony z koperkiem (45g/5g): ogórek kiszony 95%, koperk 5%</p> <p>Herbata zielona (250ml) :woda 97%herbata zielona 2%</p> <p>II Kolacja</p> <p>Mus owocowo warzywny 150g (67kcal)</p>

Czwartek 02.04.2026

Śniadanie	II Śniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
-----------	--------------	---------------------	---------------------

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: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

<p>Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Chleb graham¹ (50g): Mąka pszenna graham typ 1850¹70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹, woda, sól, drożdże Masło⁷ (20g) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem⁷ : Jaja kurze gotowane³ (73%), serek śmietankowy⁷(20%), szczypiorek (5%), sól, pieprz Szynka wiejska^{1,6,9,10,12} (30g) Ogórek na sałacie (40g/10g): ogórek 90%, sałata 10% Herbata z owoców leśnych (250ml) :woda 97%herbata z owoców leśnych 2%</p>	<p>Chleb graham¹ (35g) : (mąka pszenna graham typ 1850¹70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹ Masło⁷ (5g) Serek wiejski⁷ (150g) ze szczypiorkiem (5g): serek wiejski⁷ 98%, szczypiorek 2% Woda 250ml</p>	<p>Pomidorowa zupa z makaronem pełnoziarnistym^{1,7,9} 210ml /90g : Woda, makaron pełnoziarnisty kokardki¹ (20%), pomidory z puszki (30%), korpus drobiowy (14%), marchew (12%), koncentrat pomidorowy, śmietana⁷, pietruszka, seler⁹, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Pierś z indyka w sosie pieczeniowym¹ (150g w tym 100g mięsa): Mięso z piersi indyka bez skóry (70%), cebula, czosnek, mąka pszenna¹, zioła prowansalskie, papryka słodka, sól, pieprz, olej Ziemniaki z koperkiem 200g: ziemniaki 98%, koperek świeży 2% Surówka z buraczków z jabłkiem 120g: Burak (66%), jabłko (29%), oliwa (4%), sok z cytryny, sól, pieprz Kompot wiśniowy z cynamonem 250ml (80kcal): woda, wiśnie (40%), cynamon Podwieczorek Pomarańcza 1szt</p>	<p>Zapiekanka na grahamce¹ (90g) z pieczarkami (30g), serem (30g), ketchupem (5g) i majonezem (5g)(160g): grahamka¹ 75%(mąka pszenna graham typ 1850¹70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹pieczarki 7%, ser żółty⁷ 7%, ketchup, majonez^{3,6,10}, sól, pieprz Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Masło⁷ (10g) Szynka babuni^{1,7,9,10,12} (30g) Pomidor (20g)(3kcal) Kolorowa papryka (30g) Herbata czarna (250ml) :woda 97%herbata czarna 2% II Kolacja Kefir naturalny 330ml⁷ (122kcal)</p>
---	---	--	---

Piątek 03.04.2026

Śniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / II Kolacja
Płatki owsiane na mleku z bananem	Jogurt naturalny (100g) z dodatkiem	Zupa krem z dyni z grzankami z chleba	Chleb pełnoziarnisty ¹ (50g): Mąka

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: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

<p>posypane orzechami włoskimi^{1,7,8} 40g/150ml/50g/10g: Mleko spożywcze 2%⁷ (56%), banan (28%), płatki owsiane¹ (11%), orzechy włoskie (3%) Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹ 40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹ 10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Masło⁷ (10g) Ser Mazdamer⁷ (30g) Pomidor (50g) Herbata malinowa (250ml) :woda 97%herbata malinowa 2%</p>	<p>prażonego jabłka z cynamonem (30g): jogurt naturalny⁷ 70%, jabłko 28%, cynamon mielony 2% Woda 250ml</p>	<p>graham^{1,7} 300ml :Bulion warzywny, dynia (21%), marchew 19%, pietruszka, ziemniak, por, śmietana 12%⁷, oliwa, sól, pieprz Paluszki rybne^{1,3,4} (115g, w tym 100g ryby): Filet z mintaja⁴ (59%), mąka pszenna¹, 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 Podwieczorek Banan 1 szt</p>	<p>orkiszowa typ 1850¹ 40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹ 10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Chleb graham¹ (50g): Mąka pszenna graham typ 1850¹⁻⁷ 70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹, woda, sól, drożdże Masło⁷ (20g) Sałatka caprese z oliwkami⁷ 100g: Pomidor (68%), mozzarella⁷ (18%), oliwki zielone/czarne (6%), słonecznik, bazylia, sól, pieprz Pasta z awokado i ricottą⁷ (30g): awokado (60%), ser ricotta⁷ (37%), sól, Herbata czarna (250ml) :woda 97%herbata czarna 2% II Kolacja Serek wiejski 150g⁷ (145kcal)</p>
---	---	---	--

Sobota 04.04.2026

Śniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / II Kolacja
<p>Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹ 40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia</p>	<p>Budyń⁷ czekoladowy z musem wiśniowym (200g/20g): Mleko spożywcze 2%⁷ (95%), proszek</p>	<p>Barszcz czerwony zabieleny z dodatkiem fasoli Jaś^{7,9} (300g): Woda, burak (28%), korpus drobiowy (21%),</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹ 40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia</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: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

<p>typ 720¹10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Chleb graham¹ (50g): Mąka pszenna graham typ 1850¹70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹, woda, sól, drożdże Masło⁷ (20g) Twarożek wiosenny ze szczypiorkiem podany na sałacie⁷ (30g/5g/10g): Ser twarogowy⁷ (95%), szczypiorek, sól, Pasta z tuńczyka, jajka i ogórka kiszzonego^{3,4,7} 30g: Tuńczyk w sosie własnym⁴ (58%), jaja kurze³(23%), ogórek kiszony, jogurt naturalny⁷, szczypiorek, sól, pieprz Ogórek (30g)(3kcal) Rzodkiewka tarta (20g)(3kcal) Herbata zielona(250ml) :woda 97%, herbata zielona 2%</p>	<p>budyniowy o smaku czekoladowym (5%) Woda (250 ml)</p>	<p>fasola biała Jaś (20%), marchew (8%), śmietana⁷ (5%), pietruszka, seler⁹, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Pulpety z indyka w sosie koperkowym⁷ (350g): Mięso mielone z indyka (49%), marchew (18%), koper świeży (12%)₂ jogurt naturalny⁷ (10%), płatki owsiane¹, olej rzepakowy, sól, pieprz Ziemniaki gotowane (200g) Surówka z jabłka, pora i marchwi z jogurtem⁷ (120g): jabłko (40%), por (30%), marchew, jogurt 12%⁷, sól, pieprz Kompot truskawkowy 250ml (80kcal): woda, truskawki (40%) Podwieczorek Jabłko 1 szt.</p>	<p>typ 720¹10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Chleb graham¹ (50g): Mąka pszenna graham typ 1850¹70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹, woda, sól, drożdże Masło⁷ (20g) Serek kanapkowy⁷ (30g) Ser Gouda⁷ (30g)(95kcal) Pomidor z koperkiem (45g/5g): pomidor 95%, koperek świeży 5% Herbata rumianek (250ml) :woda 97%, rumianek 2% II Kolacja Serek homogenizowany 150g⁷ (117kcal)</p>
--	---	---	---

Niedziela Wielkanocna 05.04.2026

Śniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / II Kolacja
<p>Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia</p>	<p>Koktajl z mrożonymi truskawkami (100g) i bananem (60g) na jogurcie (150g): Jogurt naturalny⁷ (50%),</p>	<p>Botwinka z jajkiem^{3,7,9} 300ml: Woda, botwinka (28%), ziemniaki (18%), korpus drobiowy (14%), marchew</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia</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: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

<p>typ 720¹10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Chleb graham¹ (50g): Mąka pszenna graham typ 1850¹70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹, woda, sól, drożdże Masło⁷ (20g) Żurek na boczku wędzonym z chrzanem^{1,9} (300 ml)(242 kcal): Woda, żur zakwas¹ (46%), boczek wędzony^{3,6,7,9,10,11} (16%), ziemniaki (14%), marchew, pietruszka, seler⁹, cebula, sól, przyprawy Sałatka jarzynowa^{3,7,10} 100g (84kcal) podawana na liściu sałaty (10g): Ziemniaki (26%), marchew(19%), pietruszka (14%), jaja kurze gotowane³ (13%), ogórek kiszony, cebula, jabłko, groszek konserwowy, jogurt naturalny⁷ majonez^{3,6,10}, musztarda¹⁰, sól, pieprz Jajko (50g, 1szt) w sosie wiosennym^{3,4,7} (100g): Jaja kurze gotowane³ (62%), jogurt naturalny⁷ (18%), rzodkiewka, majonez^{3,6,10}, szczypiorek, sól, pieprz Schab w rozmarynie^{7,9,10,12} (50g) Ogórek ze szczypiorkiem(40g/10g): ogórek 95%, szczypiorek 5%</p>	<p>truskawki mrożone (31%), banan (18%) Woda 250ml</p>	<p>(12%), jaja kurze³ (11%), pietruszka, seler⁹, por, śmietana⁷, 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%), bulka kajzerka¹, jaja kurze³, pomidory suszone, szpinak, czosnek, majeranek, sól, pieprz, olej Sos z białych warzyw 60ml: Pietruszka (54%), seler⁹ (30%), śmietana 12%⁷ 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%) Podwieczorek Jabłko 1 szt.</p>	<p>typ 720¹10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Chleb graham¹ (50g): Mąka pszenna graham typ 1850¹70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹, woda, sól, drożdże Masło⁷ (20g) Pieczona szynka w ziołach^{1,7,9,10,12} (60g) Biała kielbasa zapiekana^{1,7,9,10,12} 100g z chrzanem 10g i ćwikłą 10g: kielbasa^{3,6,7,9,10,11} (79%), cebula, czosnek, olej, sól, pieprz Pomidor ze szczypiorkiem(45g/5g): pomidor 95%, szczypiorek 5% Herbata zielona (250ml) :woda 97%, herbata zielona 2% II Kolacja Kefir naturalny 330ml⁷ (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: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

Sernik ^{1,7} 120g* Herbata czarna (250ml) :woda 97%, herbata czarna 2%			
---	--	--	--

Poniedziałek Wielkanocny 06.04.2026			
Śniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / II Kolacja
Chleb pełnoziarnisty ¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 ¹40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720 ¹10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Chleb graham ¹ (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 ¹70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹, woda, sól, drożdże	Chleb graham ¹ (50g) : (mąka pszenna graham typ 1850 ¹70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹) Masło⁷ (10g) Pastą twarogową z ziołami ⁷ (30g): Ser twarogowy⁷ (85%), śmietana 12% ⁷ (7%), szczypiorek, sól, pieprz Rzodkiewka	Zupa z pieczonych warzyw z fetą ^{7,9} 300ml (162kcal): Bulion, bataty 19%, bakłażan 16%, papryka kolorowa 13%, Feta⁷ 10% , marchew, sól, pieprz, tymianek Udziec z indyka pieczony z sosem pieczeniowym ¹ (135g, w tym 100g mięsa): Mięso z uda indyka bez skóry (90%), cebula, czosnek, mąka pszenna¹ , zioła prowansalskie, papryka słodka, sól, pieprz,	Chleb pełnoziarnisty ¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 ¹40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720 ¹10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Chleb graham ¹ (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 ¹70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹, woda, sól, drożdże

-

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: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

<p>Masło⁷ (20g) Boczek faszerowany^{1,6,7,9,10,11} (40g) Szynka dymem wędzona^{1,6,9} 40g Jajko (50g, 1szt) w sosie tatarskim^{3,7} (100g): Jaja kurze³ (52%), ogórek konserwowy (21%), śmietana⁷ (10%), kapary marynowane (5%), cebula czerwona, majonez^{3,6,10}, musztarda¹⁰, sok z cytryny, natka pietruszki, sól, pieprz Pomidor na liściu sałaty (50g/10g) /D02./ D.Ż./ D05. – pomidor bez skórki na liściu sałaty Herbata czarna (250ml) :woda 97%, herbata czarna 2%</p>	<p>Sałata 10g Woda (250 ml)</p>	<p>olej Ziemniaki z koperkiem 200g: ziemniaki 98%, koperek świeży 2% Mizeria⁷ 120g: Ogórek (70%), jogurt naturalny⁷ (25%), koperek świeży, sól, pieprz Kompot wieloowocowy 250ml (80kcal): woda, truskawki (15%), maliny (12%), czarna porzeczka (9%) Podwieczorek Jabłko 1 szt.</p>	<p>Masło⁷ (20g) Biała kiełbasa zapiekana^{1,7,9,10,12} 100g z chrzanem 10g i ćwikłą 10g: kielbasa^{3,6,7,9,10,11} , (29%), cebula, czosnek, olej, sól, pieprz Mięso pieczone^{1,7,9,10,12} (40g) Sałatka jarzynowa^{3,7,10} 100g (84kcal) podawana na liściu sałaty (10g): Ziemniaki (26%), marchew(19%), pietruszka (14%), jaja kurze gotowane³ (13%), ogórek kiszony, cebula, jabłko, groszek konserwowy, jogurt naturalny⁷, majonez^{3,6,10}, musztarda¹⁰, sól, pieprz Pomidor (50g) Herbata czarna (250ml) :woda 97%, herbata czarna 2% II Kolacja Sok pomidorowy 200g (36kcal)</p>
---	--	---	---

Wtorek 07.04.2026

Śniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / II Kolacja
<p>Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹ 40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹ 10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Chleb graham¹ (50g): Mąka pszenna graham typ 1850¹ 70%, mąka</p>	<p>Grillowana kanapka z szynką konserwową (30g), mozzarellą (20g), rukolą (10g) i pomidorem (20g): (mąka pszenna graham typ 1850¹ 70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹, woda, sól, drożdże) 60%, szynka konserwowa 15%, mozzarella⁷ 12%, pomidor 10%, rukola</p>	<p>Grochówka na boczku (300ml): Woda, ziemniak, groch łuskany (29%) , korpus drobiowy (19%), boczek wędzony, marchew, pietruszka, seler⁹, por, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Kotlet schabowy tradycyjny^{1,3} (145g, w tym 100g mięsa): Schab wieprzowy (90%), bulka tarta¹, jajko kurze³, olej</p>	<p>Kieszonki ze szpinakiem, suszonymi pomidorami i fetą^{1,3,7} 3szt: Ciasto francuskie^{1,3,7} (68%), szpinak (23%), Feta⁷ (45%), pomidory suszone w oleju, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz, cukier Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹ 40%, mąka</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: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

<p>pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹, woda, sól, drożdże Masło⁷ (20g)</p> <p>Polędwica sopocka^{1,6,9} (30g) Serek homogenizowany naturalny⁷ (opakowanie jednostkowe) Ogórek (20g)(3kcal) Kolorowa papryka pokrojona w paski (30g)(3kcal) Herbata truskawkowa (250ml) :woda 97%, herbata truskawkowa 2%</p>	<p>Woda (250 ml)</p>	<p>rzepakowy, mąka pszenna¹, 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 Podwieczerek Kiwi 1szt</p>	<p>pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹ 10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Masło⁷ (10g) Szynka biała^{1,6,9} (30g) Ogórek kiszony (20g) Pomidor (30g) Herbata czarna (250ml) :woda 97%, herbata czarna 2% II Kolacja Jogurt naturalny 150g⁷ (90kcal)</p>
--	----------------------	---	---

Środa 08.04.2026

Śniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczerek	Kolacja /II Kolacja
<p>Płatki owsiane na mleku z bananem posypane orzechami włoskimi^{1,7,8} 40g/150ml/50g/10g: Mleko spożywcze 2%⁷ (56%), banan (28%), płatki owsiane¹ (11%), orzechy włoskie (3%) Bułka grahamka¹ (90g): Mąka pszenna graham typ 1850¹ 70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas</p>	<p>Budyń⁷ śmietankowy z musem malinowym (200g/20g): Mleko spożywcze 2%⁷ (95%), proszek budyniowy o smaku waniliowym (5%) Woda 250ml</p>	<p>Zupa jarzynowa^{7,9} (300ml): Woda, ziemniak (16%), kalafior (14%), marchew (14%), koncentrat pomidorowy, korpus drobiowy (12%), pietruszka, seler⁹, por, koperek świeży, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Łazanki z kapustą kiszoną i kiełbasą drobiową duszone 350g: Makaron</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹ 40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹ 10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Chleb graham¹ (50g): Mąka pszenna graham typ 1850¹ 70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas</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: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

<p>naturalny żytni(mąka żytnia, woda)^{1,2}, woda, sól, drożdże Masło⁷ (10g)</p> <p>Pieczeń z karkówki^{1,6,9} (30g) Pomidor z cebulką (40g/10g): pomidor 90%, cebula 10% Herbata z owoców leśnych (250ml) :woda 97%, herbata z owoców leśnych 2%</p>		<p>łazanki z pszenicy durum¹(45%), Kielbasa drobiowa^{1,6,9,10,11} (30%), kapusta kiszona (20%), olej rzepakowy, sól, pieprz Banana 1szt Kompot jabłkowy 250ml (80kcal): woda, jabłka (40%)</p>	<p>naturalny żytni(mąka żytnia, woda)^{1,2}, woda, sól, drożdże Masło⁷ (20g) Sałatka cezar^{1,7} 100g: Pomidor koktajlowy (40%), sałata (20%), grzanki z podpieczonego beztłuszczowo pieczywa^{1,}, parmezan⁷, cytryna sok, oliwa z oliwek sól, pieprz Szynka konserwowa^{7,9,12}30g (25kcal) Herbata czarna (250ml) :woda 97%herbata czarna 2% II Kolacja Serek wiejski 150g⁷ (145kcal)</p>
--	--	---	---

Czwartek 09.04.2026

Śniadanie	II Śniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja / II Kolacja
<p>Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Chleb graham¹ (50g): Mąka pszenna graham typ 1850¹70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)^{1,2}, woda, sól,</p>	<p>Kolorowa sałatka z sałatą 30g, oliwkami 10g, ogórkiem 20g, fetą 20g i sosem jogurtowo-koperkowym⁷20g (100g): sałata 40%, ogórek 30%, feta⁷ 15%, oliwki 10%, jogurt naturalny⁷, koperek świeży Chleb graham¹ (35g) : (mąka pszenna graham typ 1850¹70%,</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami^{7,9} 300ml: Woda, ogórki kiszone (24%) (ogórki woda sól, mieszanka przypraw), ziemniak (18%), korpus drobiowy (16%), marchew (12%), śmietana⁷ (10%), pietruszka, seler⁹, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Gulasz wieprzowy^{1,7} (350g, w tym 100g mięsa): Szynka wieprzowa (45%), cukinia (19%), cebula, papryka,</p>	<p>Hot dog w podłużnej bułce¹ (90g) z ciepłą parówką z indyka^{1,3,6,7,9,10,11} (1 szt. - 50g) z ketchupem, ogórkiem konserwowym i cebulką (5/10/10g)(429 kcal): Bułka pszenna¹(48%)(Mąka pszenna typ 750¹ 60%, mąka żytnia typ 720¹30%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne¹), parówka z indyka^{1,3,6,7,9,10,11}, ogórek konserwowy,</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: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

<p>drożdże Masło⁷ (20g) Pasta z makreli^{3,4,7,10}(60g): Makrela wędzona⁴ (50%), ser śmietankowy⁷ (33%), ogórek kiszony (16%), szczypiorek, sól, pieprz Schab zapiekany w ziołach^{3,6,7,9,10,11} (30g) Pomidor na sałacie (40g/10g):pomidor 90%, sałata 10% Herbata malinowa (250ml) :woda 97%, herbata malinowa 2%</p>	<p>mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹ Masło⁷ (5g) Woda (250 ml)</p>	<p>koncentrat pomidorowy, mąka pszenna¹, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz Ziemniaki z koperkiem 200g: ziemniaki 98%, koperek świeży 2% Surówka z selera i jabłka⁷ (120g): Seler⁹ (70%), jabłko (20%), jogurt naturalny⁷, sok z cytryny, sól, pieprz Kompot wieloowocowy 250ml (80kcal): woda, truskawki (15%), maliny (12%), czarna porzeczka (9%) Podwieczorek Jabłko 1 szt.</p>	<p>cebula, ketchup Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹ 40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹ 10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Masło⁷ (10g) Szynkówka z indyka^{1,7,8,9,10} (30g) Ogórek (20g)(3kcal) Kolorowa papryka pokrojona w paski (30g)Herbata zielona (250ml) :woda 97%, herbata zielona 2% II Kolacja Kefir naturalny 330ml⁷ (122kcal)</p>
---	---	--	--

Piątek 10.04.2026

Śniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / II Kolacja
<p>Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹ 40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹ 10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Chleb graham¹ (50g): Mąka pszenna graham typ 1850¹ 70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)^{1,2}, woda, sól, drożdże Masło⁷ (20g) Jajecznicza z pomidorem i</p>	<p>Rollo z tortilli pełnoziarnistej posmarowanej sosem jogurtowym z Fetą i z warzywami (tortilla 60g/ogórek 20g/papryka czerwona 20g/jogurt 20g/Feta 30g: Tortilla pszenna^{1,9,12} (50%), ogórek (15%), papryka czerwona (15%), jogurt naturalny⁷(10%), Feta⁷(8%), natka pietruszki, sól, pieprz Woda (250 ml)</p>	<p>Zupa kalafiorowo- koperkowa 300ml: Woda, kalafior (19%), ziemniak (18%), korpus drobiowy (13%), marchew (12%), śmietana⁷, pietruszka, seler⁹, por, koperek świeży (8%), ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Dorsz zapiekany w panierce^{1,3,4} (115g, w tym 100g ryby): Dorsz⁴ (80%), bulka tarta¹, jaja kurze³, olej rzepakowy, sól, pieprz Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kiszonej kapusty z</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹ 40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹ 10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Chleb pszenny¹ (50g)(129kcal): Mąka pszenna typ 750¹ 60%, mąka żytnia typ 720¹ 30%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne¹. Masło⁷ (20g)</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: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

<p>szczypiorkiem^{3,7} (100/20g/5g)(189kcal): Jaja kurze gotowane³ (73%), pomidor (20%), masło ekstra⁷ (5%), szczypiorek, sól, pieprz Serek z ziołami⁷ (30g) Ogórek kiszony z porem (40g/10g): ogórek kiszony 95%, por 5% Herbata mięta (250ml) :woda 97%, herbata mięta 2%</p>	<p>marchewką (120g): Kapusta kiszona (66%), marchew (29%), oliwa z oliwek (4%), sól, pieprz Kompot truskawkowy 250ml (80kcal): woda, truskawki (40%)</p> <p>Podwieczorek Banan 1szt</p>	<p>Serek wiejski⁷ (100g) z rzodkiewką (20g)(112kcal): serek wiejski⁷ 90%, rzodkiewka 10% Ser Gouda⁷ (30g) Ogórek (30g) Rzodkiewka tarta (20g) Herbata z owoców leśnych (250ml) :woda 97%, herbata z owoców leśnych 2%, II Kolacja Mus owocowo warzywny 150g (67kcal)</p>
--	--	---

Sobota 11.04.2026

Śniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / II Kolacja
<p>Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹ 40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹ 10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</p> <p>Chleb pszenny¹ (50g)(129kcal): Mąka pszenna typ 750¹ 60%, mąka żytnia typ 720¹ 30%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne¹. Masło⁷ (20g) Sałatka ziemniaczana z ogórkiem</p>	<p>Chleb graham¹ (50g) : (mąka pszenna graham typ 1850¹ 70%, mąka pszenna typ 750¹ 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda)¹ Masło⁷ (10g) Szynka z indyka^{1,6,9} (30g) Ogórek (20g) Sałata (10g) Woda (250 ml)</p>	<p>Barszcz ukraiński^{7,9} (300 ml): Woda, burak (28%), korpus drobiowy (21%), fasola biała (18%), kapusta włoska (9%), marchew (8%), śmietana⁷ (5%), pietruszka, seler⁹, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Łopatka wieprzowa duszona w sosie pieczeniowym¹ (140g): łopatka wieprzowa (70%), cebula, czosnek, mąka pszenna¹, zioła prowansalskie, papryka słodka, sól, pieprz, olej Kasza gryczana 200g (184kcal) Surówka z pora, jabłka, marchewki i</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹ 40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹ 10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże,</p> <p>Chleb pszenny¹ (50g)(129kcal): Mąka pszenna typ 750¹ 60%, mąka żytnia typ 720¹ 30%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne¹. Masło⁷ (20g) Serek z ziołami^{6,9} (30g)</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: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

konserwowym na sałacie ^{3 6 7 9 10 11} 100g: ziemniaki, ogórek konserwowy, jogurt naturalny⁷, majonez^{3,6,10} , szczypiorek, koperek świeży, sól, pieprz Szynka gotowana ^{1,6,9} (30g) Herbata czarna (250ml) :woda 97%, herbata czarna 2%		ogórka kiszzonego (120g): Por (44%), jabłko (30%), marchew, ogórek kiszony, oliwa, sól, pieprz Kompot malinowy 250ml (80kcal): woda, maliny (40%) Podwieczorek Pomarańcza 1szt	Wędzonka Krotoszyńska ^{1,6,7,9,10,11} 30g Ogórek kiszony z koperkiem (45g/5g): ogórek kiszony 95%, koperek świeży 5% Herbata rumianek (250ml) :woda 97%, rumianek 2% II Kolacja Jogurt naturalny 150g ⁷ (90kcal)
--	--	---	---

Niedziela 12.04.2026

Śniadanie	II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / II Kolacja
Chleb pełnoziarnisty ¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹ 40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹ 10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Chleb pszenny ¹ (50g)(129kcal): Mąka pszenna typ 750¹ 60%, mąka żytnia typ 720¹ 30%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne¹. Masło⁷ (20g) Frankfurterki gotowane ^{3,6,7,9,10,11} (80g) Do wyboru: musztarda 10g ^{3,6,7,9,11} (16kcal) i/lub ketchup 10g ^{1,9}	Koktajl z mrożonymi malinami (100g) i bananem (60g) na jogurcie (150g): Jogurt naturalny⁷ (50%), maliny mrożone (31%), banan (18%) Woda (250 ml)	Rosół z drobnym makaronem 90g/210ml ^{1,3,9} : Woda, korpus drobiowy (46%), <u>makaron¹</u> (20%) (semolina - mąka makaronowa z pszenicy durum , pasteryzowana masa jajowa³), marchew (12%), pietruszka, seler⁹ , por, natka pietruszki, sól, przyprawy Pałki z kurczaka z cytryna i rozmarynem (110g) Ziemniaki z koperkiem 200g: ziemniaki 98%, koperek świeży 2% Brukselka gotowana (120g) Kompot truskawkowy 250ml (80kcal): woda, truskawki (40%) Podwieczorek Jabłko 1 szt.	Chleb pełnoziarnisty ¹ (50g): Mąka orkiszowa typ 1850¹ 40%, mąka pszenna typ 750¹ 30%, mąka żytnia typ 720¹ 10%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, Chleb pszenny ¹ (50g)(129kcal): Mąka pszenna typ 750¹ 60%, mąka żytnia typ 720¹ 30%, kwas naturalny żytni¹ (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne¹. Masło⁷ (20g) Gzik ⁷ z dodatkiem szczypiorku, podany

-

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: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

Kiełbasa podwawelska ^{7,9,12} 30g (58kcal) Pomidor ze szczypiorkiem(45g/5g): pomidor 95%, szczypiorek 5% Kawa inka na mleku 250ml ^{1,7} (200kcal): mleko spożywcze 2%⁷ 95 % , kawa inka 5%			na sałacie: Ser twarogowy półtłusty⁷ (68% %), śmietana 12%⁷ (28%), szczypiorek, sól, sałata Pieczeń z karkówki ^{1,6,9} (30g)(69kcal) Ogórek (50g)(6kcal) Herbata czarna z cukrem (250ml) :woda 97%, herbata czarna 2% II Kolacja Sok wielowarzywny 200g (54kcal)
---	--	--	--

=

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