

Menu 20.07.-02.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin
Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

poniedziałek, 20 lipiec 2026		
Śniadanie/ II Śniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (20g). - Twaróg wiosenny ze szczypiorkiem podany na sałacie (35g/10g): Ser twarogowy (95%), szczypiorek, sól, pieprz. - Filet z kurczaka (30g). - Ogórek (30g). - Rzodkiewka tarta (20g). - Herbata truskawkowa (250ml): Woda (97%), herbata truskawkowa (2%). II Śniadanie Chleb graham (50g) : (mąka pszenna graham typ 1850 70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda) Masło (10g) Szynka konserwowa (30g) Ogórek małosolny 20g Sałata 10g Woda (250 ml)	- Grochówka (300ml): Woda, ziemniak, groch łuskany (29%) , korpus drobiowy (19%), boczek wędzony, marchew, pietruszka, seler, por, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz. - Kotlet de Volaille z masłem i pietruszką (140g w tym 100g mięsa): Mięso z piersi kurczaka bez skóry (71%), bulka tarta, masło ekstra, jaja kurze, mąka pszenna, natka pietruszki, sól, pieprz, olej rzepakowy. - Młode ziemniaki gotowane (200g) - Surówka z buraczków z jabłkiem 120g: Burak (66%), jabłko (29%), oliwa (4%), sok z cytryny, sól, pieprz. - Kompot z rabarbarem (250ml): Woda, rabarbar (40%), jabłka. Podwieczorek: - Jabłko (1 szt.).	- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (20g). - Rolmopsy ze śledzi (100g): Śledź (77%), ogórek konserwowy (8%), papryka konserwowa (6%), cebula, olej, sól, pieprz. - Szynka babuni (30g). - Pomidor na sałacie (40g/10g): Pomidor (90%), sałata (10%). - Herbata czarna z cytryną (250ml) :woda 97%, herbata czarna 2%. II Kolacja: - Sok wielowarzywny (200g).

Menu 20.07.-02.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin
Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

wtorek, 21 lipiec 2026		
Śniadanie/ II Śniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (20g). - Półdewica sopocka (30g). - Serek homogenizowany naturalny (150g). - Papryka kolorowa pokrojona w paski (30g). - Pomidor (20g). - Herbata czarna z cytryną (250ml): woda 97%, herbata czarna 2%. II Śniadanie Salatka caprese z oliwkami 100g: Pomidor (68%), mozzarella (18%), oliwki zielone/czarne (6%), słonecznik, bazylika, sól, pieprz Chleb graham (35g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże Masło (5g)	- Żurek z jajkiem (300ml): Woda, żur zakwas (46%), kielbasa biała (16%), ziemniaki (14%), jaja kurze (1/4szt), marchew, pietruszka, seler, cebula, sól, przyprawy. - Łopatką wieprzową duszoną w sosie pieczeniowym (140g): Łopatką wieprzową (70%), cebula, czosnek, mąka pszenna, zioła prowansalskie, papryka słodka, sól, pieprz, olej. - Kasza gryczana (200g) - Kolorowa sałatka ze świeżych warzyw z oliwą (120g): Papryka czerwona (40%), Pomidor (30%), sałata (15%), oliwa z oliwek, sok z cytryny, sól, pieprz - Kompot wieloowocowy (250ml): Woda, truskawki (15%), maliny (12%), czarna porzeczka (9%). Podwieczorek: - Melon (80g)	- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (10g). - Długa zapiekanka z pieczarkami, serem, ketchupem i majonezem (250g) : Bulka grahamka (70%), pieczarki (15%), ser żółty (12%), ketchup, majonez. - Szynkówka z indyka (30g). - Ogórek kiszony (50g). - Herbata truskawkowa (250ml): Woda (97%), herbata truskawkowa (2%). II Kolacja: - Jogurt naturalny (150g).

Menu 20.07.-02.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

środa, 22 lipiec 2026		
Śniadanie/ II Śniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
- Bulka grahamka (90g): Mąka pszenna graham typ 1850 (70%), mąka pszenna typ 750 (20%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Chleb pszenny (35g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Szynka dymem wędzona (30g). - Ser gouda (30g). - Pomidor (50g). - Herbata z rumianku (250ml): Woda (97%), rumianek (2%). II Śniadanie - Jogurt naturalny (100g) z dodatkiem pokrojonych truskawek (30g): jogurt naturalny 70%, truskawki (30g) Woda 250ml	- Zupa jarzynowa (300ml) : Woda, ziemniak (16%), cukinia (14%), marchew (14%), śmietana, koncentrat pomidorowy, korpus drobiowy (12%), pietruszka, seler, por, koperek świeży, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz. - Dietetyczny bigos z młodej kapusty z kielbasą drobiową i marchewką (350g): Kapusta biała (46%), kielbasa drobiowa (31%), marchew (9%), koncentrat pomidorowy cebula, grzyby suszone, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz. - Ziemniaki z koperkiem (200g): Ziemniaki (98%), koperek świeży (2%), sól. - Kisiel truskawkowy do picia (250ml): Truskawki mrożone (50%), woda (30%), mąka ziemniaczana. Podwieczorek: - Banan (1 szt.).	- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (20g). - Salatka cesar (100g): Pomidor koktajlowy (40%), sałata (20%), grzanki z podpieczonego beztłuszczowo pieczywa, parmezan, sok z cytryny, oliwa z oliwek sól, pieprz. - Szynka konserwowa (30g). - Herbata zielona (250ml): Woda (97%), herbata zielona (2%). II Kolacja: - Kefir naturalny (330ml).

Menu 20.07.-02.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

czwartek, 23 lipiec 2026		
Śniadanie/ II Śniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (20g). - Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (60g): Jaja kurze gotowane (73%), serek śmietankowy (20%), szczypiorek (5%), sól, pieprz. - Kielbasa żywiecka (30g). - Rzodkiewka tarta (30g). - Ogórek (20g). - Herbata z owoców leśnych (250ml): Woda (97%), herbata z owoców leśnych (2%). II Śniadanie Grillowana kanapka z szynką z konserwową (30g), mozzarellą (20g), rukolą (10g) i pomidorem (20g): (mąka pszenna graham typ 1850 70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże) 60%, szynka konserwowa 15%, mozzarella 12%, pomidor 10%, rukola Woda (250 ml)	- Zupa meksykańska z kielbasą drobiową, kukurydzą i czerwoną fasolą (300ml): Woda, pomidory z puszki (22%), kielbasa drobiowa (18%), marchew (16%), papryka czerwona (13%), fasola czerwona konserwowa (11%), kukurydza konserwowa (9%), koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, cebula, seler, por, mielona słodka papryka, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz. - Sakiewka ze schabu z szynką i serem (140g): Schab wieprzowy (75%), ser żółty, szynka konserwowa, bułka tarta, olej, sól, pieprz. - Młode ziemniaki gotowane (200g) - Surówka z pora, jabłka, marchewki i ogórka kiszzonego (120g): Por (44%), jabłko (30%), marchew, ogórek kiszony, oliwa, sól, pieprz. - Kompot wiśniowy z cynamonem (250ml): Woda, wiśnie (40%), cynamon. Podwieczorek: - Jabłko (1 szt.).	- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (10g). - Makaron pełnoziarnisty (120g) na ciepło z twarogiem i musem truskawkowo jogurtowym(80g)/z szynką i duszoną cebulką (80g): makaron pełnoziarnisty kokardki (45%), ser twarogowy (20%), truskawki mrożone (18%), śmietana 12% (15%), sól/ makaron pełnoziarnisty kokardki (45%), ser twarogowy (20%), szynka wiejska, cebula, olej, sól, pieprz - Szynka akademicka (30g). - Papryka kolorowa pokrojona w paski (30g). - Pomidor (20g). - Herbata czarna z cytryną (250ml) :woda 97%, herbata czarna 2%. II Kolacja: - Mus owocowo-warzywny (150g).

Menu 20.07.-02.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin
Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

piątek, 24 lipiec 2026		
Śniadanie/ II Śniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (10g). - Płatki owsiane gotowane na mleku z dodatkiem orzechów i borówek (220g): Mleko spożywcze 2% (50%), płatki owsiane (24%), borówki (16%), orzechy włoskie. - Ser salami (30g). - Pomidor ze szczypiorkiem (45g/5g): Pomidor (95%), szczypiorek (5%). - Herbata malinowa (250ml): Woda (97%), herbata malinowa (2%). II Śniadanie, Budyń czekoladowy z musem wiśniowym (200g/20g): Mleko spożywcze 2% (95%), proszek budyniowy o smaku czekoladowym (5%) Woda (250 ml)	- Kapuśniak wege (300ml): Woda, kapusta kiszona (31%), kapusta biała (24%), marchew (15%), pietruszka, seler, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz. - Dorsz zapiekany w panierce (115g, w tym 100g ryby: Dorsz (87%), bulka tarta, jaja kurze, olej rzepakowy, sól, pieprz. - Ziemniaki z koperkiem (200g): Ziemniaki (98%), koperek świeży (2%), sól. - Surówka z marchwi i jabłka z oliwą: Marchew (62%), jabłko (33%), oliwa (4%), sok z cytryny, sól, pieprz - Kompot wiśniowy (250ml): Woda, wiśnie (40%). Podwieczorek: - Brzoskwinia (1 szt.).	- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (20g). - Salatka jarzynowa na liściu sałaty (100g/10g): Ziemniaki (26%), marchew(19%), pietruszka (14%), jaja kurze gotowane (13%), ogórek kiszony, cebula, jabłko, groszek konserwowy, jogurt naturalny, majonez, musztarda, sól, pieprz. - Ser twarogowy w plastrach (30g). - Herbata mięta (250ml): Woda (97%), herbata mięta (2%). II Kolacja: - Kefir naturalny (330ml).

Menu 20.07.-02.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin
Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

sobota, 25 lipiec 2026		
Śniadanie/ II Śniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. -Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (20g). - Kefir z mielonymi orzechami (250ml/10g): Kefir naturalny (90%), orzechy włoskie (10%). - Szynka konserwowa (30g). - Ogórek (30g). - Rzodkiewka tarta (20g). - Herbata zielona (250ml): Woda (97%), herbata zielona (2%). II Śniadanie -Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże -Masło 10g -Polędwica sopocka (30g) -Sałata i sos czosnkowo jogurtowym (10g/20g):jogurt naturalny 98%, czosnek -Woda 250ml	- Zupa owocowa z makaronem bez cukru (210ml/90g): Woda, makaron pszenny kokardki (20%), maliny, (11%), truskawki (10%), wiśnie (9%), borówki (9%), sok jabłkowy, jogurt naturalny, kisiel. - Karkówka duszona w sosie własnym (145g): Karkówka wieprzowa (90%), cebula (5%), olej rzepakowy, papryka słodka, liść laurowy, mąka pszenna, majeranek, sól, pieprz. - Młode ziemniaki gotowane (200g) - Kapusta zasmażana (120g): Kapusta kiszona gotowana (46%), kielbasa śląska (31%), koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, majeranek, liść laurowy, smalec, ziele angielskie, sól, pieprz. - Kompot truskawkowy (250ml): Woda, truskawki (40%). Podwieczorek: - Truskawki (100g)	- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. -Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (20g). - Gzik z dodatkiem szczypiorku, podany na sałacie (30g/5g/10g): Ser twarogowy półtłusty (68%) , śmietana 12% (28%), szczypiorek, sól, sałata. - Szynka biała (30g). - Pomidor na rukoli z dodatkiem słonecznika (40/10/5g): Pomidor (80%), rukola (6%), słonecznik (4%) - Herbata z rumianku (250ml): Woda (97%), rumianek (2%). II Kolacja: - Jogurt naturalny (150g).

Menu 20.07.-02.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

niedziela, 26 lipiec 2026		
Śniadanie/ II Śniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. -Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (20g). - Kielbaski białe cienkie na ciepło (100g). - Chrzan (10g). - Szynka babuni (30g). - Pomidor z bazylią (45g/5g): Pomidor (95%), bazylia (5%). - Kawa Inka na mleku (250ml): Mleko spożywcze 2% (95 %), kawa inka (5%). II Śniadanie Koktajl kakaowy z bananem na jogurcie (150g): Jogurt naturalny (55%), banan (40%), kakao Woda (250 ml)	- Rosół z drobnym makaronem (210ml/90g): Woda, korpus drobiowy (46%), makaron (20%) (semolina - mąka makaronowa z pszenicy durum, pasteryzowana masa jajowa), marchew (12%), pietruszka, seler, por, natka pietruszki, sól, przyprawy. - Pałki z kurczaka z cytryna i rozmarynem (110g w tym 100g mięsa: Pałka z kurczaka (90%), oliwa z oliwek (5%), cytryna, rozmaryn, sól, pieprz. - Młode ziemniaki gotowane (200g) - Mizeria (120g): Ogórek (70%), jogurt naturalny (25%), koperek świeży, sól, pieprz. - Kompot wiśniowy (250ml): Woda, wiśnie (40%). Podwieczorek: - Jabłko (1 szt.).	- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. -Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (20g). - Szynka delikatna (30g) . - Serek kanapkowy z ziołami (30g). - Ogórek kiszony na sałacie (40g/10g): Ogórek kiszony (90%), sałata (10%). - Herbata zielona (250ml): Woda (97%), herbata zielona (2%). II Kolacja: - Serek homogenizowany naturalny (150g).

Menu 20.07.-02.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin
Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

poniedziałek, 27 lipiec 2026		
Śniadanie/ II Śniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (10g). - Zupa mleczna z makaronem pełnoziarnistym (260g): Mleko spożywcze 2% (76%), makaron pełnoziarnisty (24%) - Szynka gotowana (30g). - Pomidor na sałacie (40g/10g): Pomidor (90%), sałata (10%). - Herbata czarna z cytryną (250ml): woda 97%, herbata czarna 2%. II Śniadanie - Serek wiejski 150g Szczypiorek 5g - Chleb graham (35g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże Masło (5g) Woda (250 ml)	- Zupa fasolowa (300ml): Woda, ziemniak, fasola Jaś (29%) , korpus drobiowy (19%), boczek wędzony, marchew, pietruszka, seler, por, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz. - Kotlet mielony z cebulką i pieczarkami (133g): Mięso mielone z łopatki (85%), bulka kajzerka, jaja kurze, pieczarki, cebula, bulka tarta, czosnek, majeranek, sól, pieprz, olej. - Młode ziemniaki gotowane (200g) - Sałatka szwedzka z ogórków konserwowych, papryki cebuli (120g): Ogórek konserwowy (55%), papryka czerwona (30%), cebula, oliwa z oliwek, sól, pieprz. - Kompot wieloowocowy (250ml): Woda, truskawki (15%), maliny (12%), czarna porzeczka (9%). Podwieczorek: - Melon (80g)	- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (20g). - Pieczeń z karkówki (30g). - Ser twarogowy w plastrach (30g). - Ogórek (30g). - Rzodkiewka tarta (20g). - Herbata malinowa (250ml): Woda (97%), herbata malinowa (2%). II Kolacja: - Sok pomidorowy (200g).

Menu 20.07.-02.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

wtorek, 28 lipiec 2026		
Śniadanie/ II Śniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (20g). - Jajko (50g, 1 szt) w sosie tatarskim (50g): Jaja kurze (52%), ogórek konserwowy (21%), śmietana (10%), kapary marynowane (5%), cebula czerwona, majonez, musztarda, sok z cytryny, natka pietruszki, sól, pieprz. - Szynka akademicka (30g). - Pomidor ze szczypiorkiem (45g/5g): Pomidor (95%), szczypiorek (5%). - Kakao naturalne na mleku (250ml): Mleko spożywcze 2% (95%), kakao w proszku (4%). II Śniadanie Kolorowa sałatka z sałatą 30g, oliwkami 10g, ogórkiem 20g, fetą 20g i sosem jogurtowo-koperkowym 20g (100g): sałata 40%, ogórek 30%, feta 15%, oliwki 10%, jogurt naturalny, koperek świeży Chleb graham (35g) : (mąka pszenna graham typ 1850 70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda) Masło (5g) Woda (250 ml)	- Zupa kalafiorowo-koperkowa (300ml): Woda, kalafior (20%), ziemniak (13%), marchew (10%), śmietana, korpus drobiowy (10%), pietruszka, seler, por, koperek świeży, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz. - Filet drobiowy duszony w sosie porowym (150g w tym 100g mięsa): Mięso z piersi kurczaka bez skóry (45%), śmietana 12% (15%), por (10%), mąka pszenna , olej rzepakowy, sól, pieprz. - Ziemniaki z koperkiem (200g): Ziemniaki (98%), koperek świeży (2%), sól. - Fasolka szparagowa z bułką tartą (120g): Fasolka szparagowa (90%), bułka tarta (5%), olej, sól, pieprz. - Kompot wiśniowy z cynamonem (250ml): Woda, wiśnie (40%), cynamon. Podwieczorek: - Nektarynka (1 szt.).	- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (10g). - Jabłka z rabarbarem zapiekane pod kruszonką (100g): Jabłko (65%), rabarbar (25%), masło (5%), mąka pszenna, jajo kurze, cukier, sól. - Szynka konserwowa (30g). - Papryka kolorowa pokrojona w paski (30g). - Ogórek (20g). - Herbata czarna z cytryną (250ml) :woda 97%, herbata czarna 2%. II Kolacja: - Serek wiejski (150g).

Menu 20.07.-02.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin
Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

środa, 29 lipiec 2026		
Śniadanie/ II Śniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
- Bulka grahamka (90g): Mąka pszenna graham typ 1850 (70%), mąka pszenna typ 750 (20%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Chleb pszenny (35g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Szprotki w sosie pomidorowym (60g). - Wędzonka Krotoszyńska (30g). - Pomidor ze szczypiorkiem (45g/5g): Pomidor (95%), szczypiorek (5%). - Herbata z owoców leśnych (250ml): Woda (97%), herbata z owoców leśnych (2%). II Śniadanie - Grillowana kanapka z polędwicą sopocką (30g), mozzarellą (20g), rukolą (10g) i pomidorem (20g): (mąka pszenna graham typ 1850 70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże) 60%, polędwica sopocka 15%, mozzarella 12%, pomidor 10%, rukola Woda (250 ml)	- Zupa gulaszowa (300ml): Woda, pomidory z puszki (32%), łopatka wieprzowa (20%), ziemniak (18%), papryka czerwona (16%), koncentrat pomidorowy, pieczarka, cebula, korpus drobiowy, marchew, śmietana, pietruszka, seler, por, mielona słodka papryka, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz - Udko z kurczaka z chrupiącą skórką (105g w tym 100g mięsa): Mięso z ud kurczaka (95%), oliwa z oliwek (5%), czosnek, sól, pieprz, papryka słodka. - Młode ziemniaki gotowane (200g) - Surówka z mixu sałat z cebulą czerwoną, pomidorami i sosem winegret (120g): Miks sałat (45%), pomidor (25%), cebula czerwona, olej rzepakowy, sok z cytryny, miód, musztarda, sól, pieprz. - Kompot jabłkowy (250ml): Woda, jabłka (40%). Podwieczorek: - Arbuz (80g)	- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. -Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (20g). - Sałatka z ogórków małosolnych z pomidorem, cebulką, oliwą i fetą (100g): Ogórek małosolny (40%), pomidor (30%), feta, cebula, oliwa, bazylia, sól, pieprz. - Szynka wiejska (30g). - Herbata czarna z cytryną (250ml) :woda 97%, herbata czarna 2%. II Kolacja: - Jogurt naturalny (150g).

Menu 20.07.-02.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin
Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

czwartek, 30 lipiec 2026		
Śniadanie/ II Śniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (20g). - Jogurt naturalny z siekanymi orzechami i musem z malin 150g: Jogurt naturalny (80%), mus malinowy (15%), orzechy włoskie (5%). - Szynka biała (30g). - Papryka kolorowa pokrojona w paski (30g). - Ogórek (20g). - Herbata malinowa (250ml): Woda (97%), herbata malinowa (2%). II Śniadanie Rollo z tortilli pełnoziarnistej posmarowanej sosem jogurtowym z kurczakiem i z warzywami (tortilla 60g/ogórek 20g/papryka czerwona 20g/jogurt 20g/mięso z piersi kurczaka 30g: Tortilla pszenna pełnoziarnista (50%), ogórek (15%), papryka czerwona (15%), jogurt naturalny (10%) ,Feta (8 %), natka pietruszki, sól, pieprz Woda (250 ml)	- Zupa ogórkowa z ziemniakami (300ml): Woda, ogórki kiszane (24%) (ogórki, woda, sól, mieszanka przypraw), ziemniak (18%), korpus drobiowy (16%), marchew (12%), śmietana (10%), pietruszka, seler, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz. - Bitki wieprzowe z szynki wieprzowej (120g): Szynka wieprzowa (90%), mąka pszenna (5%), olej rzepakowy, papryka słodka, liść laurowy, majeranek, sól, pieprz. - Kasza pęczak (200g) - Surówka z pora, marchewki i jabłka (120g): Por (44%), marchew (30%), jabłko, oliwa, sól, pieprz. - Kompot wieloowocowy (250ml): Woda, truskawki (15%), maliny (12%), czarna porzeczka (9%). Podwieczorek: - Jabłko (1 szt.).	- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (10g). - Zapiekanka jajeczno-warzywna (250g): Ziemniaki (48%), pomidor, cukinia, papryka kolorowa, jaja kurze (16%), śmietana 12% , ser żółty, musztarda, olej, sól, pieprz - Schab zapiekany w ziołach (30g). - Ogórek kiszony (50g). - Herbata czarna z cytryną (250ml) :woda 97%, herbata czarna 2%. II Kolacja: - Mus owocowo-warzywny (150g).

Menu 20.07.-02.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

piątek, 31 lipiec 2026		
Śniadanie/ II Śniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (10g). - Płatki owsiane gotowane na mleku z orzechami włoskimi i bananem 40g/ 150ml/ 10g/ 40g: Mleko spożywcze 2% (50%), płatki owsiane (24%), banan (16%), orzechy włoskie. - Ser mazdamer (30g). - Pomidor na sałacie (40g/10g): Pomidor (90%), sałata (10%). - Herbata mięta (250ml): Woda (97%), herbata mięta (2%). II Śniadanie Jogurt naturalny (100g) z dodatkiem prażonego jabłka z cynamonem (30g): jogurt naturalny 70%, jabłko 28%, cynamon mielony 2% Woda 250ml	- Barszcz ukraiński (300ml): Woda, burak (28%), korpus drobiowy (21%), fasola biała (18%), kapusta włoska (9%), marchew (8%), śmietana (5%), pietruszka, seler, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz. - Dorsz zapiekany w sosie porowym (150g, w tym 100g ryby): Dorsz (87%), por, śmietana 12%, olej rzepakowy, sól, pieprz. - Ziemniaki z koperkiem (200g): Ziemniaki (98%), koperek świeży (2%), sól. - Szpinak na ciepło (120g) : Szpinak (80%), śmietana 12% (10%), mąka pszenna, masło, czosnek, sól, pieprz. - Kompot truskawkowy (250ml): Woda, truskawki (40%). Podwieczorek: - Banan (1 szt.).	- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. -Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (20g). - Salatka jarzynowa na liściu sałaty (100g/10g): Ziemniaki (26%), marchew(19%), pietruszka (14%), jaja kurze gotowane (13%), ogórek kiszony, cebula, jabłko, groszek konserwowy, jogurt naturalny, majonez, musztarda, sól, pieprz. - Ser kanapkowy (30g). - Herbata z owoców leśnych (250ml): Woda (97%), herbata z owoców leśnych (2%). II Kolacja: - Kefir naturalny (330ml).

Menu 20.07.-02.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

sobota, 1 sierpień 2026		
Śniadanie/ II Śniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (20g). - Serek wiejski ze szczypiorkiem (105g): Serek wiejski (95%), szczypiorek (5%). - Szynka dymem wędzona (30g). - Ogórek (30g). - Rzodkiewka tarta (20g). - Herbata malinowa (250ml): Woda (97%), herbata malinowa (2%). II Śniadanie, Budyń waniliowy z pokrojonymi truskawkami (200g/20g): Mleko spożywcze 2% (95%), truskawki, proszek budyniowy o smaku waniliowym (5%) Woda (250 ml)	- Krupnik z kaszą jęczmienną i kurczakiem (300ml): Woda, kasza jęczmienna (33%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (18%), marchew (15%), pietruszka (11%), seler, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz. - Zapiekanka makaronowa z makaronem pełnoziarnistym z mięsem z piersi kurczaka i sosem śmietanowo szpinakowym pieczona w piecu konwekcyjnym (350g): Makaron pełnoziarnisty kokardki (39%), mięso z piersi kurczaka bez skóry (35%), szpinak (15%), śmietana 12% (7%), ser żółty Gouda, czosnek, sól, pieprz. - Surówka z selera i jabłka (120g): Seler (70%), jabłko (20%), jogurt naturalny, sok z cytryny, sól. - Kompot malinowy (250ml): Woda, maliny (40%). Podwieczorek: - Jabłko (1 szt.).	- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (20g). - Pasta z awokado i ricottą (30g): Awokado (50%), ser ricotta (40%), sok z cytryny (5%), sól, pieprz. - Wędzonka Krotoszyńska (30g). - Pomidor na rukoli z dodatkiem słonecznika (40/10/5g): Pomidor (80%), rukola (6%), słonecznik (4%) - Herbata z rumianku (250ml): Woda (97%), rumianek (2%). II Kolacja: - Jogurt naturalny (150g).

Menu 20.07.-02.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin
Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

niedziela, 2 sierpień 2026		
Śniadanie/ II Śniadanie	Obiad/ Podwieczorek	Kolacja/ II Kolacja
- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. -Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (20g). - Jajecznica ze szczypiorkiem (105g): Jaja kurze (89%), masło ekstra (5%), szczypiorek, sól, pieprz. - Kielbasa żywiecka (30g). - Ogórek ze szczypiorkiem (45g/5g): Ogórek (95%), szczypiorek (5%). - Kawa Inka na mleku (250ml): Mleko spożywcze 2% (95 %), kawa inka (5%). II Śniadanie Koktajl z brzoskwinia (100g) i bananem (60g) na jogurcie (150g): Jogurt naturalny (50%), brzoskwinia (31%), banan (18%) Woda (250 ml)	- Rosół z drobnym makaronem (210ml/90g): Woda, korpus drobiowy (46%), makaron (20%) (semolina - mąka makaronowa z pszenicy durum, pasteryzowana masa jajowa), marchew (12%), pietruszka, seler, por, natka pietruszki, sól, przyprawy. - Kotlet schabowy tradycyjny (145g): Schab wieprzowy (90%), bułka tarta, jajko kurze, olej rzepakowy, mąka pszenna, sól, pieprz. - Młode ziemniaki gotowane (200g) - Młoda kapusta na ciepło z koperkiem (120g): Kapusta młoda (66%), marchew (29%), koper, oliwa z oliwek (4%), sól, pieprz. - Kompot truskawkowy (250ml): Woda, truskawki (40%). Podwieczorek: - Jabłko (1 szt.).	- Chleb pełnoziarnisty (50g): Mąka orkiszowa typ 1850 (40%), mąka pszenna typ 750 (30%), mąka żytnia typ 720 (10%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. -Chleb graham (50g): Mąka pszenna graham typ 1850 -70%, mąka pszenna typ 750 20%, kwas naturalny żytni(mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże. - Masło (20g). - Pasta twarogowa z koprem (30g): Ser twarogowy (85%), śmietana 12% (7%), koperek świeży, sól, pieprz. - Szynka gotowana (30g). - Papryka kolorowa pokrojona w paski (30g). - Ogórek małosolny(20g). - Herbata czarna z cytryną (250ml) :woda 97%, herbata czarna 2%. II Kolacja: - Serek homogenizowany naturalny (150g).