Menu 17.08.-30.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

poniedziałek, 17 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). - **Twarożek 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%), **bułka 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 17.08.-30.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

wtorek, 18 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). - **Polędwica 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** Sałatka caprese z oliwkami 100g: Pomidor (68%), **mozzarella** (18%), oliwki zielone/czarne (6%), słonecznik, bazylia, 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%),, **kiełbasa biała** (16%), ziemniaki (14%), **jaja kurze** (1/4szt), marchew, pietruszka, **seler**, cebula, sól, przyprawy. - **Łopatka wieprzowa duszona w sosie pieczeniowym** (140g): Łopatka wieprzowa (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 **majonez**em (250g) : **Bułka 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 17.08.-30.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

środa, 19 sierpień 2026		
Śniadanie/ II Śniadanie	**Obiad/ Podwieczorek**	**Kolacja/ II Kolacja**
- **Bułka 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 nektarynek (30g): **jogurt naturalny** 70%, nektarynka (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 kiełbasą drobiową i marchewką** (350g): Kapusta biała (46%), **kiełbasa 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). - **Sałatka cezar** (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 17.08.-30.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

czwartek, 20 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). - **Pasta jajeczna ze szczypiorkiem** (60g): **Jaja kurze** gotowane (73%), serek śmietankowy (20%), szczypiorek (5%), sól, pieprz. - **Kiełbasa 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 kiełbasą drobiową, kukurydzą i czerwoną fasolą** (300ml): Woda, pomidory z puszki (22%), **kiełbasa 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 kiszonego (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 17.08.-30.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

piątek, 21 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**. - **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%), **bułka 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). - **Sałatka 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 17.08.-30.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

sobota, 22 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). - **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%), **kiełbasa** śląska (31%), koncentrat pomidorowy, **mąka pszenna**, majeranek, liść laurowy, smalec, ziele angielskie, sól, pieprz. - Kompot truskawkowy (250ml): Woda, truskawki (40%). **Podwieczorek**: - Śliwki (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 17.08.-30.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

niedziela, 23 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). - **Kiełbaski 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 **makaron**owa 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 17.08.-30.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

poniedziałek, 24 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**. - **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%), **bułka kajzerka**, **jaja kurze**, pieczarki, cebula, **bułka 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 17.08.-30.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

wtorek, 25 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). - **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 17.08.-30.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

środa, 26 sierpień 2026		
Śniadanie/ II Śniadanie	**Obiad/ Podwieczorek**	**Kolacja/ II Kolacja**
- **Bułka 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 17.08.-30.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

czwartek, 27 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). - **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 kiszone (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 17.08.-30.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

piątek, 28 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**. - **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). - **Sałatka 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 17.08.-30.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

sobota, 29 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 **makaron**owa z makaronem prełnoziarnistym 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 17.08.-30.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: cukrzycowa (D03)

niedziela, 30 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. - **Kiełbasa 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 brzoskwinią (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 **makaron**owa 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).