

Menu 03.08-16.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: bezmleczna (ML)

poniedziałek, 3 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Polędwica sopocka (30g). - Ser wegański (30g). - Pomidor na sałacie (40g/10g): Pomidor (90%), sałata (10%). - Herbata truskawkowa z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata truskawkowa (2%), cukier.	- 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. - Udziec z indyka w sosie własnym (135g w tym 100g mięsa): Mięso z uda indyka bez skóry (74%), cebula, czosnek, mąka pszenna, zioła prowansalskie, papryka słodka, sól, pieprz, olej. - Kasza gryczana (200g). - Mix sałat ze słupkami gotowanego buraka i tartą marchewką oraz dresingiem (120g): Miks sałat (39%), burak (28%), marchew (20%), miód, sok z cytryny, oliwa z oliwek, musztarda, sól, pieprz. - Kompot wielowocowy (250ml): Woda, truskawki (15%), maliny (12%), czarna porzeczka (9%), cukier brązowy. 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Serek wegański ze szczypiorkiem podany na sałacie (30g/5g/10g): Ser wegański (95%), szczypiorek, sól, pieprz. - Szynka akademicka (30g). - Ogórek z porem (40g/10g): Ogórek (90%), por (10%). - Herbata czarna z cytryną z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata czarna (2%), cukier. II Kolacja: - Sok pomidorowy (200g).

Menu 03.08-16.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: bezmleczna (ML)

wtorek, 4 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Szynka babuni (30g). - Jogurt sojowy (150g). - Pomidor (30g). - Papryka kolorowa pokrojona w paski (20g). - Herbata czarna z cytryną z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata czarna (2%), cukier.	- Zupa ogórkowa z ziemniakami (300ml): Woda, ogórki kiszane (24%) (ogórki, woda, sól, mieszanka przypraw), ziemniak (18%), korpus drobiowy (16%), marchew (12%), śmietana wegańska (10%), pietruszka, seler, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz. - Gulasz drobiowy(350g, w tym 100g mięsa): Mięso z piersi kurczaka bez skóry (30%), marchew (22%), cukinia (22%), woda, pietruszka, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, sól, pieprz. - Młode ziemniaki gotowane (200g). - Surówka z jabłka, pora i marchwi z jogurtem (120g): Jabłko (40%), por (30%), marchew, jogurt sojowy, sól, pieprz. - Kisiel truskawkowy do picia (250ml): Truskawki mrożone (50%), woda (30%), mąka ziemniaczana, cukier brązowy. 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. - Masło (10g). - Hot dog w podłużnej bulce z parówką z indyka z ketchupem, ogórkiem konserwowym i cebulką (165g): Bułka pszenna (48%) [Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne], parówka z indyka, ogórek konserwowy, cebula, ketchup. - Ser wegański (30g).. - Ogórek kiszony (30g). - Herbata malinowa z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata malinowa (2%), cukier. II Kolacja: - Jogurt wegański (150g).

Menu 03.08-16.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: bezmleczna (ML)

środa, 5 sierpień 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. - Masło (10g). - Płatki owsiane gotowane na mleku z tartą gorzką czekoladą i bananem (240g): Mleko owsiane (50%), płatki owsiane (24%), banan (16%), gorzka czekolada. - Szynka dymem wędzona (30g). - Pomidor na sałacie (40g/10g): Pomidor (90%), sałata (10%). - Herbata czarna z cytryną z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata czarna (2%), cukier.	- Zupa szczawiowa z jajkiem (300ml): Woda, szczaw (22%), jajo kurze (18%), korpus drobiowy (17%), ziemniak (14%), marchew (10%), śmietana wegańska, pietruszka, seler, por, koperek świeży, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz. - Kotleciki mielone z indyka z tartą cukinią pieczone w piecu (150g): Mięso mielone z indyka (71%), cukinia (18%), bulka tarta, jaja kurze, olej rzepakowy, koper, sól, pieprz. - Ziemniaki z koperkiem (200g): Ziemniaki (98%), koperek świeży (2%), sól. - Kolorowa sałatka ze świeżych warzyw z oliwą (120g): Papryka czerwona (30%), Pomidor (30%), sałata (15%), ogórek (15%), oliwa z oliwek, sok z cytryny, sól, pieprz. - Kompot wieloowocowy (250ml): Woda, truskawki (15%), maliny (12%), czarna porzeczka (9%), cukier brązowy. 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Salatka cesar (100g): Pomidor koktajlowy (40%), sałata (20%), grzanki z podpieczonego beztłuszczowo pieczywa, ser wegański, sok z cytryny, oliwa z oliwek sól, pieprz. - Szynka konserwowa (30g). - Herbata zielona z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata zielona (2%), cukier. II Kolacja: - Jogurt wegański (150g).

Menu 03.08-16.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: bezmleczna (ML)

czwartek, 6 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Szynka wiejska (30g). - Makrela w sosie pomidorowym (60g). - Ogórek kiszony (30g). - Pomidor (20g). - Herbata z owoców leśnych z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata z owoców leśnych (2%), cukier.	- Zupa owocowa z makaronem (210ml/90g): Woda, makaron pszenny kokardki (20%), maliny, (11%), truskawki (10%), wiśnie (9%), borówki (9%), sok jabłkowy, jogurt sojowy, kisiel, cukier brązowy. - Pulpeciki wieprzowe w sosie śmietanowo-koperkowym (160g): Łopatką mielona (70%), śmietana wegańska (18%), bulion drobiowy, koper świeży (10%), olej rzepakowy, sól, pieprz. - Ryż (200g). - Buraczki na ciepło (120g): Burak (95%), oliwa (4%), sok z cytryny, sól, pieprz. - Kompot wiśniowy z cynamonem (250ml): Woda, wiśnie (40%), cynamon, cukier brązowy. 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). - Młode ziemniaki podawane z serkiem wegańskim i koperkiem (150g/30g/5g): Ziemniaki (80%), serek wegański (15%), koperek, sól. - Kielbasa krakowska sucha (30g). - Papryka kolorowa pokrojona w paski (30g). - Ogórek (20g). - Jogurt sojowy (200ml). II Kolacja: - Jogurt wegański (150g).

Menu 03.08-16.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: bezmleczna (ML)

piątek, 7 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). - Kasza manna na mleku z bananem posypana orzechami włoskimi (250g): Mleko owsiane (56%), banan (28%), kasza manna(11%), orzechy włoskie (3%), cukier brązowy (2%). - Ser wegański (30g).. - Pomidor z cebulką (40g/10g): Pomidor (90%), cebula (10%). - Herbata malinowa z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata malinowa (2%), cukier.	- Grochówka wegetariańska (300ml): Woda, ziemniak, groch łuskany (31%), marchew, pietruszka, seler, por, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz. - Filet z miruny panierowany pieczony w piecu konwekcyjno-parowym (110g, w tym 100g ryby): Filet z miruny (90%), bułka tarta (mąka pszenna, woda, drożdże, sól), mleko owsiane, mąka pszenna, kurkuma, olej rzepakowy, sól, przyprawy. - Ziemniaki z koperkiem (200g): Ziemniaki (98%), koperek świeży (2%), sól. - Surówka z marchewką i pomarańczą z dodatkiem jogurtu (120g): Marchew (69%), pomarańcza (20%), jogurt sojowy, sól, pieprz. - Kompot wiśniowy (250ml): Woda, wiśnie (40%), cukier brązowy. 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - 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 sojowy, majonez wegański, musztarda, sól, pieprz. - Ser wegański (30g).. - Herbata czarna z cytryną z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata czarna (2%), cukier. II Kolacja: - Jogurt wegański (150g).

Menu 03.08-16.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: bezmleczna (ML)

sobota, 8 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Jogurt sojowy z siekanymi orzechami i musiem z malin (150g): Jogurt sojowy (80%), mus malinowy (15%), orzechy włoskie (5%). - Polędwica sopocka (30g). - Papryka kolorowa pokrojona w paski (30g). - Ogórek (20g). - Herbata zielona z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata zielona (2%), cukier.	- Zupa z brukselką (300ml): Woda, bulion warzywny, brukselka, ziemniaki, marchew, seler, śmietana wegańska, czosnek, szczypiorek, sól, pieprz. - Pierś z indyka w sosie pieczeniowym (150g w tym 100g mięsa): Mięso z piersi indyka bez skóry (66%), cebula, czosnek, mąka pszenna, zioła prowansalskie, papryka słodka, sól, pieprz, olej. - Ziemniaki z koperkiem (200g): Ziemniaki (98%), koperek świeży (2%), sól. - Surówka z kiszonej kapusty z marchewką (120g): Kapusta kiszona (66%), marchew (29%), oliwa z oliwek (4%), sól, pieprz. - Kompot truskawkowy (250ml): Woda, truskawki (40%), cukier brązowy. 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Tofu pokrojone w kostkę z pomidorami (100g): Pomidor (50%), tofu (35%), oliwa, sól, pieprz. - Pieczeń z karkówki (30g). - Herbata z rumianku z cukrem (250ml): Woda (97%), rumianek (2%), cukier. II Kolacja: - Jogurt wegański (150g).

Menu 03.08-16.08.2026r.

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

niedziela, 9 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Jajecznica ze szczypiorkiem (105g): Jaja kurze (89%), olej rzepakowy (5%), szczypiorek, sól, pieprz. - Kielbasa żywiecka (30g). - Pomidor z cebulką (40g/10g): Pomidor (90%), cebula (10%). - Kawa Inka na mleku (250ml): Mleko owsiane (95 %), kawa inka (5%).	- 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. - Filet z kurczaka panierowany tradycyjnie smażony (120g w tym 100g mięsa): Mięso z piersi kurczaka (83%), bulka tarta, jaja kurze, olej rzepakowy, sól, pieprz. - Młode ziemniaki gotowane (200g). - Mizeria (120g): Ogórek (70%), jogurt sojowy (25%), koperek świeży, sól, pieprz. - Kompot wiśniowy (250ml): Woda, wiśnie (40%), cukier brązowy. 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Serek wegański z dodatkiem szczypiorku, podany na salacie (30g/5g/10g): Ser wegański (95%), szczypiorek, sól, pieprz. - Szynka wiejska (30g). - Tarta rzodkiewka z koperkiem (45g/5g): Rzodkiewka (95%), koperek świeży (5%). - Herbata zielona z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata zielona (2%), cukier. II Kolacja: - Mus owocowo-warzywny (150g).

Menu 03.08-16.08.2026r.

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

poniedziałek, 10 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Szynka biała (30g). - Ser wegański (30g). - Pomidor na sałacie (40g/10g): Pomidor (90%), sałata (10%). - Kakao naturalne na mleku (250ml): Mleko owsiane (95%), kakao w proszku (4%).	- Zupa jarzynowa z fasolą Jaś (300ml): Bulion warzywny (35%), marchew (15%), ziemniaki (15%), fasola biała Jaś (15%), fasola szparagowa, brukselka, kalafior, pietruszka, seler, sól, pieprz. - Sznyceł wieprzowy z jajkiem (135g): Schab wieprzowy (90%), jajko kurze(8%), sól, pieprz, zioła prowansalskie, papryka słodka/ostra, olej. - Młode ziemniaki gotowane z koperkiem (200g): Ziemniaki (98%), koperek świeży (2%), sól. - Surówka z selera i jabłka (120g): Seler (70%), jabłko (20%), jogurt sojowy, sok z cytryny, sól. - Kompot wieloowocowy (250ml): Woda, truskawki (15%), maliny (12%), czarna porzeczka (9%), cukier brązowy. 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Filet z kurczaka (30g). - Jogurt sojowy (100g). - Rzodkiewka tarta (30g). - Ogórek (20g). - Herbata czarna z cytryną z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata czarna (2%), cukier. II Kolacja: - Jogurt wegański (150g).

Menu 03.08-16.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: bezmleczna (ML)

wtorek, 11 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Polędwica sopocka (30g). - Ser wegański (30g). - Pomidor (30g). - Herbata truskawkowa z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata truskawkowa (2%), cukier.	- Zupa pomidorowa z makaronem (210ml /90g): Woda, makaron pszenny kokardki (20%), pomidory z puszki (30%), korpus drobiowy (14%), marchew (12%), koncentrat pomidorowy, śmietana wegańska, pietruszka, seler, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz. - Łopatka wieprzowa duszona w sosie pieczeniowym (140g): Łopatka wieprzowa (70%), cebula, czosnek, mąka pszenna, zioła prowansalskie, papryka słodka, sól, pieprz, olej. - Kopytka (200g): Ziemniaki (80%), mąka pszenna (19%), sól - Młoda kapusta na ciepło z koperkiem (120g): Kapusta młoda (66%), marchew (29%), koper, oliwa z oliwek (4%), sól, pieprz. - Kompot wiśniowy z cynamonem (250ml): Woda, wiśnie (40%), cynamon, cukier brązowy. 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Ryba po grecku na ciepło (160g): Dorsz (44%), marchew (14%), korzeń pietruszki (12%), seler (9%), koncentrat pomidorowy (7%), por, olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, mielona słodka papryka, sól, pieprz. - Szynkówka z indyka (30g). - Papryka kolorowa pokrojona w paski (30g). - Ogórek kiszony (20g). - Herbata czarna z cytryną z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata czarna (2%), cukier. II Kolacja: - Sok wielowarzywny (200g).

Menu 03.08-16.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: bezmleczna (ML)

środa, 12 sierpień 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. - Masło (10g). - Zupa mleczna z makaronem (260g): Mleko owsiane (76%), makaron pszenny (24%). - Szynka dymem wędzona (30g). - Pomidor z cebulką (40g/10g): Pomidor (90%), cebula (10%). - Herbata z owoców leśnych z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata z owoców leśnych (2%), cukier.	- 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. - Pulpety z indyka w sosie pomidorowym (135g, w tym 100g mięsa): Mięso mielone z indyka (49%), śmietana wegańska (15%), pomidory w puszcze (15%), olej rzepakowy, sól, pieprz. - Ziemniaki z koperkiem 200g: ziemniaki 98%, koperek świeży 2% - Surówka z tartej marchewki z nutą pomarańczy i oliwą z oliwek 120g: Marchew (62%), jabłko (30%), sok ze świeżej pomarańczy (4%), oliwa (3%), sól, pieprz. - Kompot jabłkowy (250ml): Woda, jabłka (40%), cukier brązowy. 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Salatka z wędzonym kurczakiem, z kukurydzą, ananasem i ogórkiem kiszonym (100g): Kurczak wędzony (43%), ogórek kiszony (24%), kukurydza konserwowa (13%), ogórek kiszony (9%), oliwa z oliwek, szczypiorek, sól, pieprz. - Wędzonka Krotoszyńska (30g). - Herbata czarna z cytryną z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata czarna (2%), cukier. II Kolacja: - Jogurt wegański (150g).

Menu 03.08-16.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: bezmleczna (ML)

czwartek, 13 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Pasta z serka śmietankowego z oliwkami i awokado (30g): Serek wegański (50%), awokado (30%), oliwki (10%), sok z cytryny, sól, pieprz. - Pieczeń z karkówki (30g). - Pomidor na sałacie (40g/10g): Pomidor (90%), sałata (10%). - Herbata malinowa z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata malinowa (2%), cukier.	- Zupa fasolowa (300ml): Woda, ziemniak, fasola Jaś (29%), korpus drobiowy (19%), boczek wędzony, marchew, pietruszka, seler, por, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz. - Karkówka duszona po karkonosku (170g): Karkówka (90%), koncentrat pomidorowy, grzyby suszone, śliwka suszona, mąka pszenna, cebula, czosnek, papryka słodka, sól, pieprz, olej. - Młode ziemniaki gotowane (200g). - Miks sałat z plasterkami buraka i ziarnami słonecznika w sosie winegret (120g): Miks sałat (49%), burak (28%), słonecznik, miód, sok z cytryny, oliwa z oliwek, musztarda, sól, pieprz. - Kompot wieloowocowy (250ml): Woda, truskawki (15%), maliny (12%), czarna porzeczka (9%), cukier brązowy. 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. - Masło (10g). - Buleczki drożdżowe z jabłkami (2 szt.): Mąka pszenna, mleko owsiane, masło, cukier, drożdże, żółtko jaja, jabłko, sól. - Szynka delikatna (30g). - Papryka kolorowa pokrojona w paski (30g). - Ogórek kiszony (20g). - Herbata zielona z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata zielona (2%), cukier. II Kolacja: - Jogurt wegański (150g).

Menu 03.08-16.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: bezmleczna (ML)

piątek, 14 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 tartą gorzką czekoladą i bananem (240g): Mleko owsiane (50%), płatki owsiane (24%), banan (16%), gorzka czekolada. - Ser wegański (30g). - Pomidor na sałacie (40g/10g): Pomidor (90%), sałata (10%). - Herbata mięta z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata mięta (2%), cukier.	- Zupa owocowa z makaronem (210ml/90g): Woda, makaron pszenny kokardki (20%), maliny, (11%), truskawki (10%), wiśnie (9%), borówki (9%), sok jabłkowy, jogurt sojowy, kisiel, cukier brązowy. - 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. - Szpinak na ciepło (120g): Szpinak (80%), śmietana wegańska (10%), mąka przenna, masło, czosnek, sól, pieprz. - Kompot truskawkowy (250ml): Woda, truskawki (40%), cukier brązowy. 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Pasta z awokado i serem wegańskim (30g): Awokado (50%), ser wegański (40%), sok z cytryny (5%), sól, pieprz. - Sałatka ziemniaczana z ogórkiem konserwowym na sałacie (100g): Ziemniaki (70%), ogórek konserwowy (17%), jogurt sojowy, majonez wegański, szczypiorek, koperek świeży, sól, pieprz. - Herbata z owoców leśnych z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata z owoców leśnych (2%), cukier. II Kolacja: - Mus owocowo-warzywny (150g).

Menu 03.08-16.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: bezmleczna (ML)

sobota, 15 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (60g): Jaja kurze gotowane (73%), serek wegański (20%), szczypiorek (5%), sól, pieprz. - Szynka babuni (30g). - Pomidor z cebulką (40g/10g): Pomidor (90%), cebula (10%). - Herbata czarna z cytryną z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata czarna (2%), cukier.	- Kapuśniak (300ml): Woda, kapusta kiszona (31%), kapusta biała (24%), marchew (15%), kości wędzone (10%), pietruszka, seler, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz. - Udko z kurczaka z chrupiącą skórą (105g w tym 100g mięsa): Mięso z ud kurczaka (95%), oliwa z oliwek (5%), czosnek, sól, pieprz, papryka słodka. - Młode ziemniaki gotowane (200g). - Miks sałat z pomidorami i ziarnami słonecznika w sosie winegret (120g): Miks sałat (49%), pomidor (28%), słonecznik, miód, sok z cytryny, oliwa z oliwek, musztarda, sól, pieprz. - Kompot malinowy (250ml): Woda, maliny (40%), cukier brązowy. 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Szynka gotowana (30g). - Ser wegański (30g). - Rzodkiewka tarta (30g). - Ogórek (20g). - Herbata z rumianku z cukrem (250ml): Woda (97%), rumianek (2%), cukier. II Kolacja: - Jogurt wegański (150g).

Menu 03.08-16.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: bezmleczna (ML)

niedziela, 16 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Frankfurterki (80g). Do wyboru: musztarda (10g) i/lub ketchup (10g). - Szynkówka z indyka (30g). - Pomidor ze szczypiorkiem (45g/5g): Pomidor (95%), szczypiorek (5%). - Kawa Inka na mleku (250ml): Mleko owsiane (95 %), kawa inka (5%).	- Rosół z drobnym makaronem (210ml/90g): Woda, korpus drobiowy (46%), makaron (20%) (semolina - mąka makaronowa z pszenicy durum, pasteryzowana masa jajowa), marchew (12%), pietruszką, seler, por, natka pietruszki, sól, przyprawy. - Kotlet schabowy tradycyjny (145g): Schab wieprzowy (90%), bulka tarta, jajko kurze, olej rzepakowy, mąka pszenna, sól, pieprz. - Młode ziemniaki gotowane (200g). - Fasolka szparagowa z bulką tartą (120g): Fasolka szparagowa (90%), bulka tarta (5%), olej, sól, pieprz. - Kompot truskawkowy (250ml): Woda, truskawki (40%), cukier brązowy. 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 pszenny (50g): Mąka pszenna typ 750 (60%), mąka żytnia typ 720 (30%), kwas naturalny żytni (mąka żytnia, woda), woda, sól, drożdże, otręby pszenne. - Masło (20g). - Wędzonka Krotoszyńska (30g). - Ser wegański (30g). - Ogórek (30g). - Herbata czarna z cytryną z cukrem (250ml): Woda (97%), herbata czarna (2%), cukier. II Kolacja: - Jogurt wegański (150g).

Menu 03.08-16.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: bezmleczna (ML)