Kuchnia Centralna WSS nr 5 w Sosnowcu

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-21 do dnia 2026-11-30 KUCHNIA SZPITALNA

		1	2	3	5	6
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
2026-11-21 sobota	Podstawa Tommed	Ryż na mleku 350 ml*(2) kajzerka 50g (1) rzodkiewka 100g salceson drobiowy 50g (8,11,13)^ margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g	Biszkopty bez cukru 15g (1,3)	koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13) gulasz po cygańsku 150g (1,11,13) Kompot z owoców mrożone bez cukru 250g* brokuły gotowane z olejem 120 g Kasza gryczana gotowana 200 g	margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g papryka kons. 100g(11) Ser topiony 50g* (2) Kefir 150g(2) 1szt.	jabłko deserowe 1szt. 153g herbata bez cukru 250g
2026-11-22 niedziela	Podstawa Tommed	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) kajzerka 50g (1) pomidor 100g jajecznica parowana 100g (2,3) margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) nasiona słonecznika 5g herbata bez cukru 250ml*	sok owocowy 100% 200ml. 1szt.	Kapuśniak z kapusty kisz 400ml (1,13)^ kotlet schabowy smażony 110g (1,3) Kompot z owoców mrożone bez cukru 250g* ziemniaki gotowane 200g* Marchewka z groszkiem oprószana z olejem 120g.(1,2)	herbata bez cukru 250g margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) ogórek kiszony 100g Filet królewski z indyka 50g^ jogurt naturalny 100g (2) 1szt	mandarynka 1 szt. 80g herbata bez cukru 250g
2026-11-23 poniedziałek	Podstawa Tommed	Kasza kukurydziana na mleku 350g (2) kajzerka 50g (1) papryka św.100g szynka konserwowa 50g (8) margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g	jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt	Grochowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^ Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,3,8,13) Kompot z owoców mrożone bez cukru 250ml* Sałata zielona z sosem winegret 120g Sos pomidorowy 100ml (1,2) ziemniaki gotowane 200g*	margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g pomidor 100g pasta z sera białego i brokuła 60g (2)^ Kefir 150g(2) 1szt.	mus warzywno-owocowy 100g herbata bez cukru 250g
2026-11-24 wtorek	Podstawa Tommed	Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) kajzerka 50g (1) ogórek konserwowy 100g* ser żółty 50g(2)^ margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g	ciasto jogurtowe 100g* (1,2,3)	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^ udko pieczone 1 por^ Kompot z owoców mrożone bez cukru 250g* ziemniaki gotowane 200g* Surówka porowa z olejem 120g (3,11,13)^	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g rzodkiewka 100g Paprykarz 60g(4,8) margaryna rama 10g 2szt. mleko w kartoniku 200ml (2) 1 szt	Banan 1 szt 200g herbata bez cukru 250g
2026-11-25 środa	Podstawa Tommed	kasza manna na mleku 350ml (1,2) kajzerka 50g (1) pomidor 100g Jajko na twardo gotowane 1 szt. 48g (3) margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g	mleko w kartoniku 200ml (2) 1 szt	barszcz ukraiński 400ml (1,2,8,13)^ Kompot z owoców mrożone bez cukru 250ml* surówka z marchewki z ananasem i nasionami słonecznika 120g^ makaron gotowany z serem 300g (1,2,3)^	margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g ogórek zielony 100g Polędwica Ani 50g (8)^ Kefir 150g(2) 1szt.	gruszka 1 szt.150g herbata bez cukru 250g

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-21 do dnia 2026-11-30 KUCHNIA SZPITALNA

2026-11-26 czwartek	Podstawa Tommed	herbata bez cukru 250g Kasza kukurydziana na mleku 350g (2) kajzerka 50g (1) ogórek konserwowy 100g* pasta z sera topionego i wędliny 60g (1,2,3) margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1)	Wafel Grzesiek w czekoladzie 1 szt.	brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^ filet z kurczaka duszony 110g w sosie wł 80ml (1,13)^ ziemniaki gotowane 200g Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* surówka z kap. pekińskiej z olejem 120g	margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13) rzodkiew biała z czarnuszką 100g^ jogurt naturalny 100g (2) 1szt	mandarynka 1 szt. 80g herbata bez cukru 250g
2026-11-27 piątek	Podstawa Tommed	Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2) Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3) jabłko deserowe 1szt. 153g twaróg krajanka 25g (2)^ margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g miód 1 szt.(25g)	Biszkopty bez cukru 30g (1,3)	pomidorowa z zacierką 400ml (1,2,3,13)^ ziemniaki gotowane 200g Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* Surówka z kapusty kisz z olejem 120g^ filet z dorsza smażony 110g (1,3,4,8,13)^	margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11) rzodkiewka 100g Kefir 150g(2) 1szt.	mus warzywno-owocowy 100g herbata bez cukru 250g
2026-11-28 sobota	Podstawa Tommed	herbata bez cukru 250g Ryż na mleku 350 ml*(2) kajzerka 50g (1) ogórek zielony 100g Polędwica Ani 50g (8)^ margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1)	sok pomidorowy 200ml 1szt	kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^ Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* sałatka z buraków gotowanych z olejem 120g (3,11,13) makaron gotowany ze szpinakiem i miesem drob. 350g (1,2,3)	margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13) Sałata zielona 30 g pomidorki koktajlowe 70g^ jogurt naturalny 100g (2) 1szt	pomarańcza 1 szt. 150g herbata bez cukru 250g
2026-11-29 niedziela	Podstawa Tommed	Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) kajzerka 50g (1) pomidor 100g Parówka gotowana 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13) margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) musztarda 20g(11)^ herbata bez cukru 250g	sok owocowy 100% 200ml. 1szt.	rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^ ziemniaki gotowane 200g Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* Surówka z czerwonej kapusty z olejem 120 g Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8)	margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g pasta rybna z twarogiem 60g (2,4)^ ogórek konserwowy 100g* Kefir 150g(2) 1szt.	gruszka 1 szt.150g herbata bez cukru 250g
2026-11-30 poniedziałek	Podstawa Tommed	Kasza kukurydziana na mleku 350g (2) kajzerka 50g (1) papryka św.100g salceson drobiowy 50g (8,11,13)^ margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) herbata bez cukru 250g	sok pomidorowy 200ml 1szt	zupa z czerwonej soczewicy 400ml (1,2,8,13)^ Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13)* Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g* Sałata zielona z jogurtem (2) 120g	margaryna rama 10g 2szt. chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) chleb graham 30g (1) herbata bez cukru 250g Szynka śniadaniowa 50g^ ogórek zielony 100g mleko w kartoniku 200ml (2) 1 szt	mandarynka 1 szt. 80g herbata bez cukru 250g

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.