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 | Łatwo strawna Tommed | Ryż na mleku 350 ml*(2)<br>kajzerka 50g (1)<br>rukola 10g<br>Polędwica Ani 50g (8)^<br>margaryna rama 10g 1szt<br>bułka wrocławska 70g (1)^<br>herbata bez cukru 250g<br>pomidor 90g^ | Biszkopty bez cukru 15g (1,3) | koperkowa z ziemniakami 400g(1,2,8,13)<br>Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*<br>gulasz z indyka 120g (1,13)<br>brokuły gotowane z olejem 120 g<br>Kasza jęczmienna 200g gotowana (1) | margaryna rama 10g 1szt<br>kajzerka 50g (1)<br>bułka wrocławska 100g (1)^<br>herbata bez cukru 250g<br>twarożek z koperkiem i czarnuszką 60g (2)^<br>pomidor 100g<br>Kefir 150g(2) 1szt. | mus warzywno-owocowy 100g<br>herbata bez cukru 250g |
| 2026-11-22 niedziela | Łatwo strawna Tommed | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2)<br>kajzerka 50g (1)<br>pomidor 100g<br>Parówka gotowana 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13)<br>margaryna rama 10g 1szt<br>bułka wrocławska 70g (1)^<br>Ketchup 1szt (1,13)<br>herbata bez cukru 250ml* | sok owocowy 100% 200ml. 1szt. | szpinakowa z ryżem 400ml (1,2,8,13)^<br>ziemniaki gotowane 200g*<br>Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*<br>cukinia gotowana z olejem 120g<br>bitka schabowa duszona 110g w sosie własnym 100g (1,13)^ | herbata bez cukru 250g<br>margaryna rama 10g 1szt<br>kajzerka 50g (1)<br>bułka wrocławska 100g (1)^<br>Filet królewski z indyka 50g^<br>Sałata zielona 30 g<br>pomidorki koktajlowe 70g^<br>jogurt naturalny 100g (2) 1szt | jabłko deserowe 1szt. 153g<br>herbata bez cukru 250g |
| 2026-11-23 poniedziałek | Łatwo strawna Tommed | Kasza kukurydziana na mleku 350g (2)<br>kajzerka 50g (1)<br>pomidor 100g<br>szynka konserwowa 50g (8)<br>margaryna rama 10g 1szt<br>bułka wrocławska 70g (1)^<br>herbata bez cukru 250g | jogurt owocowy b/cukru (2) 150g 1szt | zupa dyniowa z ziemniakami 400ml (1,2,13)^<br>Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,3,8,13)<br>Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*<br>Sałata zielona z sosem winegret 120g<br>ziemniaki gotowane 200g*<br>Sos pomidorowy 100ml (1,2) | margaryna rama 10g 1szt<br>kajzerka 50g (1)<br>bułka wrocławska 100g (1)^<br>herbata bez cukru 250g<br>pasta z sera białego i brokuła 60g (2)^<br>roszponka 10g<br>pomidor 90g^<br>Kefir 150g(2) 1szt. | mus warzywno-owocowy 100g<br>herbata bez cukru 250g |
| 2026-11-24 wtorek | Łatwo strawna Tommed | Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2)<br>kajzerka 50g (1)<br>pomidor 100g<br>Szynka śniadaniowa 50g^<br>margaryna rama 10g 1szt<br>bułka wrocławska 70g (1)^<br>herbata bez cukru 250g | ciasto jogurtowe 100g* (1,2,3) | rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^<br>udko gotowane 1 por^<br>Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*<br>ziemniaki gotowane 200g*<br>bukiet warzyw królewski parowany z olejem 120g<br>Sos jarzynowy 100g* (1,2,13) | margaryna rama 10g 1szt<br>kajzerka 50g (1)<br>bułka wrocławska 100g (1)^<br>herbata bez cukru 250g<br>pasta rybna z twarogiem i nasionami słonecznika 60g (2,4)^<br>mleko w kartoniku 200ml (2) 1 szt<br>pomidor 90g^<br>rukola 10g | Banan 1 szt 200g<br>herbata bez cukru 250g |
| 2026-11-25 środa | Łatwo strawna Tommed | kasza manna na mleku 350ml (1,2)<br>kajzerka 50g (1)<br>szpinak 10g<br>Filet królewski z indyka 50g^<br>margaryna rama 10g 1szt<br>bułka wrocławska 70g (1)^<br>herbata bez cukru 250g<br>pomidor 90g^ | mleko w kartoniku 200ml (2) 1 szt | Barszcz czerwony z ziem. 400ml (1,2,8,13)<br>makaron gotowany z serem 300g (1,2,3)^<br>Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*<br>Sałata zielona z sosem winegret 120g | margaryna rama 10g 1szt<br>kajzerka 50g (1)<br>bułka wrocławska 100g (1)^<br>herbata bez cukru 250g<br>Polędwica Ani 50g (8)^<br>pomidor 100g<br>Kefir 150g(2) 1szt. | jabłko deserowe 1szt. 153g<br>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 | Łatwo strawna Tommed | herbata bez cukru 250g<br>Kasza kukurydziana na mleku 350g (2)<br>kajzerka 50g (1)<br>pomidor 100g<br>twarożek 50g(2)^<br>margaryna rama 10g 1szt<br>bułka wrocławska 70g (1)^ | Wafel Grzesiek w czekoladzie 1 szt. | brokułowa z ziemniakami400ml (1,2,8,13)^<br>filet z kurczaka gotowany 110g<br>ziemniaki gotowane 200g<br>Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*<br>marchew gotowana z olejem 120g^<br>Sos pietruszkowy 100g (1) | margaryna rama 10g 1szt<br>kajzerka 50g (1)<br>bułka wrocławska 100g (1)^<br>herbata bez cukru 250g<br>Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13)<br>Sałata 10g<br>jogurt naturalny 100g (2) 1szt<br>pomidor 90g^ | Banan 1 szt 200g<br>herbata bez cukru 250g |
| 2026-11-27 piątek | Łatwo strawna Tommed | Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,2)<br>Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3)<br>jabłko deserowe 1szt. 153g<br>twaróg krajanka 25g (2)^<br>margaryna rama 10g 1szt<br>bułka wrocławska 70g (1)^<br>herbata bez cukru 250g<br>miód 1 szt.(25g) | Biszkopty bez cukru 30g (1,3) | pomidorowa z zacierką 400ml (1,2,3,13)^<br>ziemniaki gotowane 200g<br>Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*<br>bukiet warzyw królewski parowany z olejem 120g<br>filet z dorsza parowany 110g (4,13)^<br>Sos koperkowy 100g (1) | margaryna rama 10g 1szt<br>kajzerka 50g (1)<br>bułka wrocławska 100g (1)^<br>herbata bez cukru 250g<br>pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11)<br>pomidor 100g<br>Kefir 150g(2) 1szt. | mus warzywno-owocowy 100g<br>herbata bez cukru 250g |
| 2026-11-28 sobota | Łatwo strawna Tommed | herbata bez cukru 250g<br>Ryż na mleku 350 ml*(2)<br>kajzerka 50g (1)<br>pomidor 100g<br>Polędwica Ani 50g (8)^<br>margaryna rama 10g 1szt<br>bułka wrocławska 70g (1)^ | sok pomidorowy 200ml 1szt | kalafiorowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^<br>Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*<br>buraczki gotowane z olejem 120g (2)<br>makaron gotowany ze szpinakiem i miesem drob. 350g (1,2,3) | margaryna rama 10g 1szt<br>kajzerka 50g (1)<br>bułka wrocławska 100g (1)^<br>herbata bez cukru 250g<br>twarożek z koperkiem i czarnuszką 60g (2)^<br>Sałata zielona 30 g<br>pomidorki koktajlowe 70g^<br>jogurt naturalny 100g (2) 1szt | Banan 1 szt 200g<br>herbata bez cukru 250g |
| 2026-11-29 niedziela | Łatwo strawna Tommed | Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2)<br>kajzerka 50g (1)<br>pomidor 100g<br>Parówka gotowana 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13)<br>margaryna rama 10g 1szt<br>bułka wrocławska 70g (1)^<br>Ketchup 1szt (1,13)<br>herbata bez cukru 250g | sok owocowy 100% 200ml. 1szt. | rosół z makaronem 400ml (1,3,8,13)^<br>ziemniaki gotowane 200g<br>Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*<br>brokuły gotowane z olejem 120 g<br>Udko gotowane 1szt 200g<br>Sos jarzynowy 100g* (1,2,13) | margaryna rama 10g 1szt<br>kajzerka 50g (1)<br>bułka wrocławska 100g (1)^<br>herbata bez cukru 250g<br>pasta rybna z twarogiem 60g (2,4)^<br>rukola 10g<br>pomidor 90g^<br>Kefir 150g(2) 1szt. | jabłko deserowe 1szt. 153g<br>herbata bez cukru 250g |
| 2026-11-30 poniedziałek | Łatwo strawna Tommed | Kasza kukurydziana na mleku 350g (2)<br>kajzerka 50g (1)<br>pomidor 100g<br>Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13)<br>margaryna rama 10g 1szt<br>bułka wrocławska 70g (1)^<br>herbata bez cukru 250g<br>pomidor 90g^ | sok pomidorowy 200ml 1szt | marchewkowa z ziemniakami 400ml (1,2,8,13)^<br>Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13)*<br>Kompot z owoców mroż. bez cukru 250g*<br>Sałata zielona z jogurtem (2) 120g | margaryna rama 10g 1szt<br>kajzerka 50g (1)<br>bułka wrocławska 100g (1)^<br>herbata bez cukru 250g<br>Szynka śniadaniowa 50g^<br>pomidor 100g<br>mleko w kartoniku 200ml (2) 1 szt | mus warzywno-owocowy 100g<br>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.**