

Jadłospis z dnia: 2024-06-24

**SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU**

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

**DIETA PODSTAWOWA**

**Śniadanie**

- MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML /alergeny: gluten; jaja; mleko/
- POLĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/
- POWIDŁA 25 G
- OGÓREK KISZONY 80 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (2 KROMKI) 70 G /alergeny: gluten/
- CHLEB GRAHAM (1 KROMKA) 30 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/



**Obiad**

- ZUPA Z FASOLKI SZPARAGOWEJ 400 ML (G) /alergeny: mleko; seler/
- PIECZEŃ DIETETYCZNA 100 G /alergeny: gluten; jaja/
- SURÓWKA WIELOWARZYWNA 100 G /alergeny: seler/
- RYŻ BRĄZOWY 180 G
- SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)



### Kolacja

- POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
- OGÓREK ŚWIEŻY 70 G
- SER HOMOGENIZOWANY 150 G /alergeny: mleko/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (2 KROMKI) 70 G /alergeny: gluten/
- CHLEB GRAHAM (1 KROMKA) 30 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2310 kcal

BIAŁKO 117,74 g; WĘGLOWODANY 307,65 g; Cukry proste 73,85 g; TŁUSZCZE 73,03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,61 g; BŁONNIK 30,92 g; Sól 5,60 g

## DIETA CUKRZYCOWA

### Śniadanie

- POLEDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/
- OGÓREK ŚWIEŻY 70 G
- CHLEB GRAHAM (3 KROMKI) 90 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Drugie śniadanie

- WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI
- PIECZYWO CHRUPKIE PEŁNOZIARNISTE (3szt.) 17 G /alergeny: gluten/

### Obiad

- BROKUŁOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- SCHAB GOTOWANY 100 G (G)
- SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA b/c 100 G /alergeny: mleko/
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)

### Podwieczorek

- SOK POMIDOROWY 195 ML

### Kolacja

- SAŁATKA BROKUŁOWA Z KASZĄ BULGUR 300 G /alergeny: gluten/
- POLEDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- CHLEB GRAHAM ( 4 KROMKI ) 120 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 1982 kcal

BIAŁKO 113,65 g; WĘGLOWODANY 247,63 g; Cukry proste 35,76 g; TŁUSZCZE 66,27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 31,27 g; BŁONNIK 35,81 g; Sól 6,82 g

## DIETA ŁATWOSTRAWNA

### Śniadanie

- MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML /alergeny: gluten; jaja; mleko/
- SZYMKOWA 50 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/
- POWIDŁA 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- ZIEMNIACZANA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PIECZEŃ DIETETYCZNA 100 G /alergeny: gluten; jaja/
- MARCHEW Z SELEREM GOT 150 G /alergeny: seler/
- SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- RYŻ 180 G
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
- POMIDOR 70 G
- SER HOMOGENIZOWANY 150 G /alergeny: mleko/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2339 kcal

BIAŁKO 106,59 g; WĘGLOWODANY 322,89 g; Cukry proste 72,37 g; TŁUSZCZE 73,63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 39,13 g; BŁONNIK 25,75 g; Sól 6,32 g

## DIETA BEZGLUTENOWA

### Śniadanie

- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
- SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/
- POWIDŁA 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

### Obiad

- ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)
- SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G
- MARCHEW Z SELEREM GOT 150 G /alergeny: mleko; seler/
- RYŻ 180 G
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- KURCZAK GOTOWANY - W CAŁOŚCI 180 G (G)
- SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/
- POMIDOR 70 G
- CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2066 kcal

BIAŁKO 113,31 g; WĘGLOWODANY 210,40 g; Cukry proste 40,94 g; TŁUSZCZE 86,98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 35,96 g; BŁONNIK 21,22 g; Sól 4,22 g

## DIETA BEZMLECZNA

### Śniadanie

- OWSIANKA Z TRUSKAWKAMI b/ml 300 G /alergeny: gluten; soja/
- POŁĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/
- POWIDŁA 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- HERBATA 200 G
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

### Obiad

- ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)
- PIECZEŃ DIETETYCZNA 100 G /alergeny: gluten; jaja/
- MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
- RYŻ 180 G
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
- KURCZAK GOTOWANY - W CAŁOŚCI 180 G (G)
- POMIDOR 70 G
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2240 kcal

BIAŁKO 111,80 g; WĘGLOWODANY 329,32 g; Cukry proste 67,92 g; TŁUSZCZE 58,43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 15,72 g; BŁONNIK 28,94 g; Sól 5,00 g

## DIETA BOGATOBIAŁKOWA

### Śniadanie

- MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/
- POLĘDWICA W MAJERANKU 70 G /alergeny: soja; mleko/
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- POWIDŁA 25 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- ZIEMNIACZANA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PIECZEŃ DIETETYCZNA 100 G /alergeny: gluten; jaja/
- MARCHEW Z SELEREM GOT 150 G /alergeny: mleko; seler/
- RYŻ 180 G
- SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Podwieczorek

- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

### Kolacja

- POLĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
- SER HOMOGENIZOWANY 150 G /alergeny: mleko/
- POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2386 kcal

BIAŁKO 129,18 g; WĘGLOWODANY 331,65 g; Cukry proste 78,28 g; TŁUSZCZE 64,91 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 35,44 g; BŁONNIK 25,80 g; Sól 5,34 g

## DIETA HIPOALERGICZNA

### Śniadanie

- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
- JABŁKO 250 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

### Obiad

- ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)
- SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G
- MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
- RYŻ 180 G
- KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

### Kolacja

- KURCZAK GOT - W CAŁOŚCI spec. 180 G (G)
- SOK MARCHEW-JABŁKO 200 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2217 kcal

BIAŁKO 106,16 g; WĘGLOWODANY 280,35 g; Cukry proste 66,73 g; TŁUSZCZE 80,47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 34,11 g; BŁONNIK 29,31 g; Sól 3,19 g



## DIETA KLEIKOWA

### Śniadanie

- HERBATA 200 G
- KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)
- SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

### Obiad

- HERBATA 200 G
- KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)
- SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

### Kolacja

- HERBATA 200 G
- KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)
- SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

### Cały dzień

Kaloryczność: 705 kcal

BIAŁKO 19,44 g; WĘGLOWODANY 138,60 g; Cukry proste 3,51 g; TŁUSZCZE 7,20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 1,17 g; BŁONNIK 4,95 g; Sól 0,90 g

## DIETA NISKOBIAŁKOWA

### Śniadanie

- OWSIANKA Z TRUSKAWKAMI b/ml 300 G /alergeny: gluten; soja/
- POLĘDWICA W MAJERANKU 30 G /alergeny: soja; mleko/
- POWIDŁA 25 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

### Obiad

- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)
- RISOTTO Z WARZYWAMI 350 G /alergeny: seler/
- ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

### Kolacja

- WARZYWA PIECZONE 350 G
- POLĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2201 kcal

BIAŁKO 56,59 g; WĘGLOWODANY 372,68 g; Cukry proste 72,50 g; TŁUSZCZE 62,14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 26,24 g; BŁONNIK 40,69 g; Sól 3,56 g

## DIETA NISKOSODOWA

### Śniadanie

- MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/
- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)
- SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G
- MARCHEW Z SELEREM GOT 150 G /alergeny: mleko; seler/
- RYŻ 180 G
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- KURCZAK GOTOWANY - W CAŁOŚCI 180 G (G)
- TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/
- OGÓREK ŚWIEŻY 70 G
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2229 kcal

BIAŁKO 133,87 g; WĘGLOWODANY 267,54 g; Cukry proste 43,87 g; TŁUSZCZE 73,06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 25,37 g; BŁONNIK 21,32 g; Sól 3,73 g

## DIETA PAPKOWATA

### Śniadanie

- MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/
- POŁĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- POWIDŁA 25 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- ZIEMNIACZANA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PIECZEŃ DIETETYCZNA 100 G /alergeny: gluten; jaja/
- MARCHEW Z SELEREM GOT 150 G /alergeny: mleko; seler/
- ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
- SER HOMOGENIZOWANY 150 G /alergeny: mleko/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2200 kcal

BIAŁKO 113,84 g; WĘGLOWODANY 301,48 g; Cukry proste 69,43 g; TŁUSZCZE 64,77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,34 g; BŁONNIK 26,08 g; Sól 5,05 g

## DIETA PŁYNNNA

### Śniadanie

- PŁYNNNA MLECZNA Z ZACIERKA 500 ML (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/

### Drugie śniadanie

- JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/
- KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G)

### Obiad

- GALARETKA 500 ML
- ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)
- KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

### Podwieczorek

- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

### Kolacja

- BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
- BUDYŃ NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 ML (G) /alergeny: mleko/
- KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

### Cały dzień

Kaloryczność: 1943 kcal

BIAŁKO 98,82 g; WĘGLOWODANY 228,34 g; Cukry proste 136,98 g; TŁUSZCZE 71,69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,95 g; BŁONNIK 7,91 g; Sól 2,04 g

## DIETA ROZDROBNIONA

### Śniadanie

- MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/
- POŁĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- POWIDŁA 25 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- ZIEMNIACZANA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PIECZEŃ DIETETYCZNA 100 G /alergeny: gluten; jaja/
- SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- MARCHEW Z SELEREM GOT 150 G /alergeny: mleko; seler/
- RYŻ 180 G
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
- SER HOMOGENIZOWANY 150 G /alergeny: mleko/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2318 kcal

BIAŁKO 115,60 g; WĘGLOWODANY 318,59 g; Cukry proste 69,73 g; TŁUSZCZE 68,99 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 38,67 g; BŁONNIK 24,75 g; Sól 5,05 g

## DIETA: WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

### Śniadanie

- MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/
- POŁĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNY (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)
- PIECZEŃ DIETETYCZNA 100 G /alergeny: gluten; jaja/
- MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
- RYŻ 180 G
- KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

### Kolacja

- POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
- TWARÓG W PLASTRACH 50 G /alergeny: mleko/
- POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNY (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2007 kcal

BIAŁKO 101,98 g; WĘGLOWODANY 294,06 g; Cukry proste 53,13 g; TŁUSZCZE 51,61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 23,80 g; BŁONNIK 22,52 g; Sól 4,22 g

## DIETA WEGETARIAŃSKA

### Śniadanie

- MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/
- SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/
- POWIDŁA 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)
- RISOTTO Z WARZYWAMI 350 G /alergeny: seler/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- WARZYWA PIECZONE 350 G
- SER HOMOGENIZOWANY 150 G /alergeny: mleko/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2457 kcal

BIAŁKO 86,36 g; WĘGLOWODANY 368,83 g; Cukry proste 84,11 g; TŁUSZCZE 78,47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 39,01 g; BŁONNIK 38,18 g; Sól 5,07 g