

Jadłospis z dnia: 2024-07-08

SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- SER TWAROGOWY TOPIONY 17 G /alergeny: mleko; gorczyca/
- PAPRYKA KONSERWOWA 70 G /alergeny: gorczyca/
- POWIDŁA 25 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

- OGÓRKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- GULASZ WOŁOWY 180 G (D) /alergeny: gluten; mleko/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)

- KASZA GRYCZANA 200 G (G) /alergeny: soja; orzechy; gorczyca; łubiny/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)



Kolacja

- WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/
- DŻEM 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- 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: 2198 kcal

BIAŁKO 102,54 g; WĘGLOWODANY 285,39 g; Cukry proste 67,55 g; TŁUSZCZE 76,77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 41,58 g; BŁONNIK 27,68 g; Sól 7,97 g

Dieta: BEZGLUTENOWA

Śniadanie

- SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
- SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/
- POWIDŁA 25 G
- CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

Obiad

- KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
- KURCZAK GOTOWANY - PIERŚ spec. 150 G (G)
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- KASZA GRYCZANA 200 G (G) /alergeny: soja; orzechy; gorczyca; łubiny/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
- SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/
- DŻEM 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2049 kcal

BIAŁKO 133,21 g; WĘGLOWODANY 217,74 g; Cukry proste 56,89 g; TŁUSZCZE 72,96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 31,05 g; BŁONNIK 21,48 g; Sól 4,01 g

Dieta: BEZMLECZNA

Śniadanie

- KASZKA MANNA Z JABŁKIEM b/ml 200G (G) /alergeny: gluten/
- SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- POWIDŁA 25 G
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- HERBATA 200 G

Obiad

- KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
- PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

- WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/
- DŻEM 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 1986 kcal

BIAŁKO 116,07 g; WĘGLOWODANY 311,39 g; Cukry proste 70,83 g; TŁUSZCZE 35,64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 10,64 g; BŁONNIK 25,88 g; Sól 6,19 g

Dieta: BOGATOBIAŁKOWA

Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 70 G /alergeny: soja/
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- POWIDŁA 25 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

Obiad

- ZUPA KOPERKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/
- SOS JARZYNOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Podwieczorek

- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
- WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2397 kcal

BIAŁKO 133,69 g; WĘGLOWODANY 311,96 g; Cukry proste 74,55 g; TŁUSZCZE 73,23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,88 g; BŁONNIK 27,75 g; Sól 7,30 g

Dieta: CUKRZYCOWA

Śniadanie

- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 70 G /alergeny: soja/
- PAPRYKA KONSERWOWA 70 G /alergeny: gorczyca/
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- 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
- WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/

Obiad

- ZUPA KOPERKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/
- SOS JARZYNOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ b/c 100 G
- KASZA GRYCZANA 200 G (G) /alergeny: soja; orzechy; gorczyca; łubiny/
- KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)

Podwieczorek

- JABŁKO 250 G

Kolacja

- WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/
- PASTA Z SOCZEWICY I MARCHEWKI 70 G /alergeny: gluten; orzechy; seler; gorczyca; sezam/
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB GRAHAM (4 KROMKI) 120 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2134 kcal

BIAŁKO 115,03 g; WĘGLOWODANY 314,77 g; Cukry proste 51,14 g; TŁUSZCZE 54,15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 21,25 g; BŁONNIK 42,39 g; Sól 7,94 g

Dieta: HIPOALERGICZNA

Śniadanie

- SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
- WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

Obiad

- KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
- KURCZAK GOTOWANY - PIERŚ spec. 150 G (G)
- MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)
- JABŁKO 250 G

Kolacja

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

Cały dzień

Kaloryczność: 2218 kcal

BIAŁKO 123,43 g; WĘGLOWODANY 295,16 g; Cukry proste 68,04 g; TŁUSZCZE 66,80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 30,29 g; BŁONNIK 32,81 g; Sól 3,56 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: ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- POWIDŁA 25 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

- ZUPA KOPERKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/
- SOS JARZYNOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

- WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/
- DŻEM 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2114 kcal

BIAŁKO 99,29 g; WĘGLOWODANY 311,16 g; Cukry proste 76,41 g; TŁUSZCZE 57,35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,35 g; BŁONNIK 27,51 g; Sól 6,51 g

Dieta: NISKOBIĄŁKOWA

Śniadanie

- KASZKA MANNA Z JABŁKIEM b/ml 200G (G) /alergeny: gluten/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 30 G /alergeny: soja/
- POWIDŁA 25 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

Obiad

- ZUPA KOPERKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- GULASZ ZIEMNIACZANO JARZYNOWY 350 G (G) /alergeny: gluten; seler/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)
- JABŁKO GOTOWANE 200 G (G)

Kolacja

- MEDALIONY WARZYWNE 350 G (P) /alergeny: gluten; jaja; mleko/
- DŻEM 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2075 kcal

BIAŁKO 47,93 g; WĘGLOWODANY 363,98 g; Cukry proste 89,61 g; TŁUSZCZE 55,75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 26,77 g; BŁONNIK 41,23 g; Sól 4,34 g

Dieta: NISKOSODOWA

Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

- KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
- KURCZAK GOTOWANY - PIERŚ spec. 150 G (G)
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
- SOK MARCHEW-JABŁKO 200 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2167 kcal

BIAŁKO 141,02 g; WĘGLOWODANY 289,96 g; Cukry proste 70,77 g; TŁUSZCZE 54,33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 18,31 g; BŁONNIK 27,35 g; Sól 3,61 g

Dieta: PAPPKOWATA

Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- 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

- ZUPA KOPERKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PULPETY DROBIOWE 100 G /udo/ (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

- WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/
- TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2169 kcal

BIAŁKO 101,76 g; WĘGLOWODANY 290,61 g; Cukry proste 68,97 g; TŁUSZCZE 71,04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 38,38 g; BŁONNIK 24,95 g; Sól 6,07 g

Dieta: PŁYNNNA

Śniadanie

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

Drugie śniadanie

- GALARETKA 500 ML
- JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/

Obiad

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

Podwieczorek

- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

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

Cały dzień

Kaloryczność: 1866 kcal

BIAŁKO 96,61 g; WĘGLOWODANY 222,36 g; Cukry proste 137,21 g; TŁUSZCZE 66,79 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 32,09 g; BŁONNIK 8,06 g; Sól 2,04 g

Dieta: ROZDROBNIONA

Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- POWIDŁA 25 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

- ZUPA KOPERKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/
- SOS JARZYNOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

- WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/
- DŻEM 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2096 kcal

BIAŁKO 95,22 g; WĘGLOWODANY 311,13 g; Cukry proste 76,38 g; TŁUSZCZE 57,12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,29 g; BŁONNIK 27,51 g; Sól 6,06 g

Dieta: WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

- KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
- PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

Kolacja

- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
- WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/
- SOK MARCHEW-JABŁKO 200 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2132 kcal

BIAŁKO 120,07 g; WĘGLOWODANY 304,00 g; Cukry proste 75,50 g; TŁUSZCZE 54,27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 23,31 g; BŁONNIK 28,80 g; Sól 5,84 g

Dieta: WEGETARIAŃSKA

Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/
- POWIDŁA 25 G
- PAPRYKA KONSERWOWA 70 G /alergeny: gorczyca/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

- KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
- GULASZ ZIEMNIACZANO JARZYNOWY 350 G (G) /alergeny: gluten; seler/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

- PASTA Z SOCZEWICY I MARCHEWKI 70 G /alergeny: gluten; orzechy; seler; gorczyca; sezam/
- DŻEM 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2205 kcal

BIAŁKO 70,79 g; WĘGLOWODANY 321,67 g; Cukry proste 74,29 g; TŁUSZCZE 77,86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,75 g; BŁONNIK 36,92 g; Sól 5,54 g