

Jadłospis z dnia: 2024-07-24

SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

- MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
- SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/
- OGÓREK ŚWIEŻY 50 G
- DŻEM 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

- CHŁODNIK 400 ML /alergeny: jaja; mleko/
- PULPETY WIEPRZOWE 100 G (G) /alergeny: gluten; jaja/
- KALAFIOR ŚWIEŻY GOTOWANY 150 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

- SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KOMPOT 200 ML (G)



Kolacja

- SAŁATKA Z KASZĄ BULGUR 200 G /alergeny: gluten/
- POLĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/
- JOGURT NATURALNY 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: 2265 kcal

BIAŁKO 97,46 g; WĘGLOWODANY 284,12 g; Cukry proste 75,08 g; TŁUSZCZE 85,96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 46,01 g; BŁONNIK 23,14 g; Sól 4,75 g

Dieta: BEZGLUTENOWA

Śniadanie

- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
- RYŻ Z JABŁKIEM I RODZYNKAMI b/ml 200 G /alergeny: dwutlenek siarki/
- 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

Obiad

- BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
- SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
- MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT 200 ML (G)

Kolacja

- KURCZAK GOT - W CAŁOŚCI spec. 180 G (G)
- SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/
- SOK MARCHEW-JABŁKO 200 ML
- CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2367 kcal

BIAŁKO 124,89 g; WĘGLOWODANY 281,32 g; Cukry proste 74,10 g; TŁUSZCZE 85,23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 34,28 g; BŁONNIK 28,59 g; Sól 3,61 g

Dieta: BEZMLECZNA

Śniadanie

- RYŻ Z JABŁKIEM I RODZYNKAMI b/ml 200 G /alergeny: dwutlenek siarki/
- POLEDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- POMIDOR 70 G
- DŻEM 25 G
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- HERBATA 200 G

Obiad

- BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
- SCHAB GOTOWANY 100 G (G)
- MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT 200 ML (G)

Kolacja

- KURCZAK GOTOWANY - W CAŁOŚCI 180 G (G)
- POLĘDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/
- SOK MARCHEW-JABŁKO 200 ML
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2183 kcal

BIAŁKO 116,38 g; WĘGLOWODANY 324,87 g; Cukry proste 77,01 g; TŁUSZCZE 52,19 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 15,01 g; BŁONNIK 30,38 g; Sól 5,14 g

Dieta: BOGATOBIAŁKOWA

Śniadanie

- MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
- POLEDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
- POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G
- DŻEM 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

- BROKUŁOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- SCHAB GOTOWANY 100 G (G)
- MARCHEW GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: gluten; mleko/
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KOMPOT 200 ML (G)

Podwieczorek

- SEREK WIEJSKI 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

- POLEDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/
- JOGURT NATURALNY 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: 2390 kcal

BIAŁKO 142,36 g; WĘGLOWODANY 286,82 g; Cukry proste 66,51 g; TŁUSZCZE 79,08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 41,82 g; BŁONNIK 25,49 g; Sól 6,52 g

Dieta: CUKRZYCOWA

Śniadanie

- SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/
- POLEDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- OGÓREK ŚWIEŻY 50 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

- WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/
- WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

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) /alergeny: soja/

Podwieczorek

- SOK POMIDOROWY 195 ML

Kolacja

- SAŁATKA Z KASZĄ BULGUR 200 G /alergeny: gluten; orzechy; sezam/
- POLĘDWICA SOPOCKA 70 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: 2057 kcal

BIAŁKO 118,10 g; WĘGLOWODANY 258,45 g; Cukry proste 36,74 g; TŁUSZCZE 67,68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 31,40 g; BŁONNIK 33,67 g; Sól 7,25 g

Dieta: HIPOALERGICZNA

Śniadanie

- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 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

- BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
- SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
- MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)
- JABŁKO 250 G

Kolacja

- KURCZAK GOT - W CAŁOŚCI spec. 180 G (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: 2275 kcal

BIAŁKO 115,84 g; WĘGLOWODANY 287,72 g; Cukry proste 68,42 g; TŁUSZCZE 79,80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 34,07 g; BŁONNIK 33,28 g; Sól 3,53 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 RYZEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
- POLEDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- POMIDOR 70 G
- DŻEM 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

- 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 200 ML (G)

Kolacja

- POLEDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/
- POWIDŁA 25 G
- JOGURT NATURALNY 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: 2107 kcal

BIAŁKO 101,54 g; WĘGLOWODANY 293,34 g; Cukry proste 71,74 g; TŁUSZCZE 62,70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 35,38 g; BŁONNIK 24,82 g; Sól 5,19 g

Dieta: NISKOBIĄŁKOWA

Śniadanie

- RYŻ Z JABŁKIEM I RODZYNKAMI b/ml 200 G /alergeny: dwutlenek siarki/
- POLĘDWICA DROBIOWA 30 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

Obiad

- BROKUŁOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KLUSKI ŚLASKIE 300 G (G) /alergeny: jaja; mleko/
- MARCHEW GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: gluten; mleko/
- KOMPOT 200 ML (G)

Kolacja

- ZAPIEKANKA Z ZIEMNIAKÓW I WARZYW 350 G /alergeny: seler/
- POLĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/
- SOK MARCHEW-JABŁKO 200 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: 2219 kcal

BIAŁKO 49,43 g; WĘGLOWODANY 405,52 g; Cukry proste 78,54 g; TŁUSZCZE 52,71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 27,99 g; BŁONNIK 41,67 g; Sól 4,09 g

Dieta: NISKOSODOWA

Śniadanie

- MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
- 2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/
- OGÓREK ŚWIEŻY 50 G
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

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

Kolacja

- KURCZAK GOT - W CAŁOŚCI spec. 180 G (G)
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2316 kcal

BIAŁKO 142,35 g; WĘGLOWODANY 270,90 g; Cukry proste 52,70 g; TŁUSZCZE 77,76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 26,58 g; BŁONNIK 24,00 g; Sól 4,02 g

Dieta: PAPPKOWATA

Śniadanie

- MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
- POLEDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- PASTA Z JAJ 100 G /alergeny: jaja; mleko; 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

- BROKUŁOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- SCHAB GOTOWANY 100 G (G)
- MARCHEW GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: gluten; mleko/
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT 200 ML (G)

Kolacja

- POLEDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
- POWIDŁA 25 G
- JOGURT NATURALNY 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: 2124 kcal

BIAŁKO 106,42 g; WĘGLOWODANY 274,86 g; Cukry proste 60,58 g; TŁUSZCZE 70,54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 36,81 g; BŁONNIK 23,76 g; Sól 5,25 g

Dieta: PŁYNNNA

Śniadanie

- PŁYNNNA MLECZNA Z RYŻEM 500 ML (G) /alergeny: mleko/

Drugie śniadanie

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

Obiad

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

Podwieczorek

- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

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

Cały dzień

Kaloryczność: 1889 kcal

BIAŁKO 97,10 g; WĘGLOWODANY 217,94 g; Cukry proste 138,48 g; TŁUSZCZE 71,53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 33,14 g; BŁONNIK 9,10 g; Sól 2,21 g

Dieta: ROZDROBNIONA

Śniadanie

- MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
- POLEDWICA DROBOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- PASTA Z JAJ 100 G /alergeny: jaja; mleko; gorczyca/
- DŻEM 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

- BROKUŁOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- SCHAB GOTOWANY 100 G (G)
- SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- MARCHEW GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: gluten; mleko/
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT 200 ML (G)

Kolacja

- POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
- POWIDŁA 25 G
- JOGURT NATURALNY 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: 2221 kcal

BIAŁKO 108,01 g; WĘGLOWODANY 293,36 g; Cukry proste 70,17 g; TŁUSZCZE 72,54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,92 g; BŁONNIK 24,66 g; Sól 5,28 g

Dieta: WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

Śniadanie

- MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
- POLĘDWICA DROBIOWA 70 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/
- POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

- BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
- SCHAB GOTOWANY 100 G (G)
- MARCHEW GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: gluten; mleko/
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)
- JABŁKO GOTOWANE 200 G (G)

Kolacja

- POLĘDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2001 kcal

BIĄŁKO 111,83 g; WĘGLOWODANY 285,68 g; Cukry proste 68,78 g; TŁUSZCZE 51,50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 24,95 g; BŁONNIK 27,95 g; Sól 5,61 g

Dieta: WEGETARIAŃSKA

Śniadanie

- MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
- 2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/
- POMIDOR 70 G
- DŻEM 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

- BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
- KLUSKI ŚLASKIE 300 G (G) /alergeny: jaja; mleko/
- SURÓWKA Z MARCHWI I JABLEK 100 G /alergeny: mleko/
- KOMPOT 200 ML (G)

Kolacja

- SAŁATKA Z KASZĄ BULGUR 200 G /alergeny: gluten; orzechy; sezam/
- POWIDŁA 25 G
- JOGURT NATURALNY 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: 2244 kcal

BIAŁKO 59,19 g; WĘGLOWODANY 338,43 g; Cukry proste 74,93 g; TŁUSZCZE 77,27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 36,94 g; BŁONNIK 25,54 g; Sól 3,26 g