

Jadłospis z dnia: 2024-07-29

SPOSOBY OBRÓBKI POŚIŁKU

(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 200 ML (G)



Kolacja

- WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/
- DŻEM 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (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: 2213 kcal

BIAŁKO 102,43 g; WĘGLOWODANY 288,38 g; Cukry proste 71,27 g; TŁUSZCZE 76,77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 41,58 g; BŁONNIK 27,21 g; Sól 7,97 g

Dieta: CUKRZYCOWA

Śniadanie

- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 70 G /alergeny: soja/
- TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/
- PAPRYKA KONSERWOWA 70 G /alergeny: gorczyca/
- 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
- JABŁKO 250 G

Obiad

- ZUPA KOPERKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PULPETY WIEPRZOWE Z SZYNKI 100 G (G) /alergeny: gluten; jaja/
- SOS JARZYNOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ b/c 100 G
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G) /alergeny: soja/

Podwieczorek

- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

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

Cały dzień

Kaloryczność: 2058 kcal

BIAŁKO 112,07 g; WĘGLOWODANY 299,10 g; Cukry proste 53,60 g; TŁUSZCZE 54,14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 23,02 g; BŁONNIK 40,32 g; Sól 7,65 g

Dieta: ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- POMIDOR 70 G
- 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 WIEPRZOWE Z SZYNKI 100 G (G) /alergeny: gluten; jaja/
- SOS JARZYNOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT 200 ML (G)

Kolacja

- WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: 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: 2072 kcal

BIAŁKO 87,85 g; WĘGLOWODANY 313,11 g; Cukry proste 74,80 g; TŁUSZCZE 56,68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 31,98 g; BŁONNIK 27,21 g; Sól 6,20 g

Dieta: BEZGLUTENOWA

Śniadanie

- SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
- SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/
- POWIDŁA 25 G
- POMIDOR 70 G
- CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

Obiad

- KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
- SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- KASZA GRYCZANA 200 G (G) /alergeny: soja; orzechy; gorczyca; tubiny/
- KOMPOT 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: 2067 kcal

BIAŁKO 122,83 g; WĘGLOWODANY 223,17 g; Cukry proste 62,31 g; TŁUSZCZE 76,87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 33,20 g; BŁONNIK 21,68 g; Sól 3,95 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
- POMIDOR 70 G
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- HERBATA 200 G

Obiad

- KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
- PULPETY WIEPRZOWE Z SZYNKI 100 G (G) /alergeny: gluten; jaja/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT 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: 2034 kcal

BIAŁKO 111,08 g; WĘGLOWODANY 322,64 g; Cukry proste 75,52 g; TŁUSZCZE 37,97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 12,06 g; BŁONNIK 25,58 g; Sól 6,12 g

Dieta: BOGATOBIAŁKOWA

Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- SCHAB GOTOWANY 100 G (G)
- POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G
- 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 WIEPRZOWE Z SZYNKI 100 G (G) /alergeny: gluten; jaja/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT 200 ML (G)

Podwieczorek

- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

- WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/
- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 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: 2408 kcal

BIAŁKO 141,95 g; WĘGLOWODANY 303,50 g; Cukry proste 71,67 g; TŁUSZCZE 74,10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,80 g; BŁONNIK 26,23 g; Sól 6,02 g

Dieta: HIPOALERGICZNA

Śniadanie

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

Obiad

- KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
- SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G
- MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

Kolacja

- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 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: 2093 kcal

BIAŁKO 110,13 g; WĘGLOWODANY 271,74 g; Cukry proste 67,50 g; TŁUSZCZE 69,44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,20 g; BŁONNIK 31,62 g; Sól 3,20 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: NISKOBIĄTKOWA

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 200 ML (G)

Kolacja

- MEDALIONY WARZYWNE 350 G (P) /alergeny: gluten; jaja; mleko/
- DŻEM 25 G
- WĘDLINA DROBIOWA 30 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: 2009 kcal

BIAŁKO 51,79 g; WĘGLOWODANY 341,95 g; Cukry proste 74,16 g; TŁUSZCZE 55,13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 26,69 g; BŁONNIK 35,69 g; Sól 4,06 g

Dieta: NISKOSODOWA

Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
- OGÓREK ŚWIEŻY 50 G
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

- KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
- SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT 200 ML (G)

Kolacja

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

Cały dzień

Kaloryczność: 2087 kcal

BIAŁKO 123,84 g; WĘGLOWODANY 284,37 g; Cukry proste 68,55 g; TŁUSZCZE 55,15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 18,65 g; BŁONNIK 26,92 g; Sól 3,31 g

Dieta: P APKOWATA

Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- TWARÓG 120 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 WIEPRZOWE Z SZYNKI 100 G (G) /alergeny: gluten; jaja/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT 200 ML (G)

Kolacja

- WĘDLINA DROBIOWA 50 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: 2102 kcal

BIAŁKO 100,41 g; WĘGLOWODANY 293,59 g; Cukry proste 66,01 g; TŁUSZCZE 62,54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 35,71 g; BŁONNIK 24,49 g; Sól 5,81 g

Dieta: PŁYNNNA

Śniadanie

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

Drugie śniadanie

- GALARETKA 500 ML
- JOGURT NATURALNY 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: 1864 kcal

BIAŁKO 97,51 g; WĘGLOWODANY 219,36 g; Cukry proste 135,26 g; TŁUSZCZE 67,54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,56 g; BŁONNIK 7,61 g; Sól 2,10 g

Dieta: ROZDROBNIONA

Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- PASTA TWAROGOWA 100 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 WIEPRZOWE Z SZYNKI 100 G (G) /alergeny: gluten; jaja/
- SOS JARZYNOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT 200 ML (G)

Kolacja

- WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: 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: 2169 kcal

BIAŁKO 97,16 g; WĘGLOWODANY 314,19 g; Cukry proste 76,41 g; TŁUSZCZE 62,61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 35,63 g; BŁONNIK 26,40 g; Sól 5,85 g

Dieta: WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

Śniadanie

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

- KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
- PULPETY WIEPRZOWE Z SZYNKI 100 G (G) /alergeny: gluten; jaja/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

Kolacja

- WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/
- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
- 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: 2142 kcal

BIAŁKO 118,14 g; WĘGLOWODANY 305,00 g; Cukry proste 71,91 g; TŁUSZCZE 55,96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 24,35 g; BŁONNIK 29,02 g; Sól 5,59 g

Dieta: WEGETARIAŃSKA

Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; 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 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: 2130 kcal

BIAŁKO 64,23 g; WĘGLOWODANY 315,36 g; Cukry proste 71,71 g; TŁUSZCZE 74,86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 35,96 g; BŁONNIK 36,45 g; Sól 5,30 g