

Jadłospis z dnia: 2024-07-31

SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

- MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- POLĘDWICA DROBIOWA 70 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- POWIDŁA 25 G
- OGÓREK KONSERWOWY 70 G /alergeny: gorczyca/
- 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

- BROKUŁOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- MAKARON PEŁNOZIAR. Z SOSEM BOLOŃSKIM I MIĘSEM 350G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KOMPOT 200 ML (G)



Kolacja

- SAŁATKA Z KASZĄ BULGUR I SEREM FETA 200G /alergeny: gluten; soja; mleko; orzechy; seler; gorczyca; sezam/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- 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: 2144 kcal

BIAŁKO 93,49 g; WĘGLOWODANY 279,68 g; Cukry proste 61,71 g; TŁUSZCZE 74,17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,02 g; BŁONNIK 25,62 g; Sól 7,76 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

- BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
- KURCZAK GOTOWANY - PIERŚ spec. 150 G (G)
- MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
- RYŻ 180 G
- KOMPOT 200 ML (G)
- JABŁKO 250 G

Kolacja

- SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
- SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2095 kcal

BIAŁKO 139,33 g; WĘGLOWODANY 233,24 g; Cukry proste 67,48 g; TŁUSZCZE 68,98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 29,90 g; BŁONNIK 24,73 g; Sól 4,31 g

Dieta: BEZMLECZNA

Śniadanie

- KASZKA Z MUSEM JABŁKOWYM b/ml 200 G (G) /alergeny: gluten; soja/
- POLĘDWICA DROBIOWA 70 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- POWIDŁA 25 G
- POMIDOR 70 G
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- HERBATA 200 G

Obiad

- BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
- ROLADKA DROBIOWA Z WARZYWAMI 120 G /alergeny: gluten; jaja/
- MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
- RYŻ 180 G
- KOMPOT 200 ML (G)
- JABŁKO 250 G

Kolacja

- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- SCHAB GOTOWANY spec. 100 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: 2239 kcal

BIAŁKO 115,09 g; WĘGLOWODANY 353,55 g; Cukry proste 92,93 g; TŁUSZCZE 45,97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 12,12 g; BŁONNIK 30,14 g; Sól 6,36 g

Dieta: BOGATOBIAŁKOWA

Śniadanie

- MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- POŁĘDWICA DROBIOWA 70 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- JOGURT OWOCOWY 100 G /alergeny: mleko/
- POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 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

- BROKUŁOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- ROLADKA DROBIOWA Z WARZYWAMI 120 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 200 ML (G)

Podwieczorek

- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- SCHAB GOTOWANY spec. 100 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: 2354 kcal

BIAŁKO 133,82 g; WĘGLOWODANY 306,83 g; Cukry proste 61,43 g; TŁUSZCZE 70,46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,83 g; BŁONNIK 27,80 g; Sól 6,78 g

Dieta: CUKRZYCOWA

Śniadanie

- POŁĘDWICA DROBIOWA 70 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/
- POMIDOR 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

- JABŁKO 250 G
- WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

Obiad

- BROKUŁOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- MAKARON PEŁNOZIAR. Z SOSEM BOŁOŃSKIM I MIĘSEM 350G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G) /alergeny: soja/

Podwieczorek

- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

- SAŁATKA Z KASZĄ BULGUR I SEREM FETA 200G /alergeny: gluten; soja; mleko; orzechy; seler; gorczyca; sezam/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 70 G /alergeny: soja/
- 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: 2045 kcal

BIAŁKO 111,10 g; WĘGLOWODANY 252,96 g; Cukry proste 51,20 g; TŁUSZCZE 69,45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,35 g; BŁONNIK 33,14 g; Sól 8,22 g

Dieta: HIPOALERGICZNA

Śniadanie

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

Obiad

- BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
- KURCZAK GOTOWANY - PIERŚ spec. 150 G (G)
- MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
- RYŻ 180 G
- KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

Kolacja

- SCHAB GOTOWANY spec. 100 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: 2118 kcal

BIAŁKO 131,66 g; WĘGLOWODANY 271,78 g; Cukry proste 67,15 g; TŁUSZCZE 62,23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 29,48 g; BŁONNIK 29,58 g; Sól 3,23 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 KASZĄ MANNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- POŁĘDWICA DROBIOWA 70 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- 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

- BROKUŁOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- ROLADKA DROBIOWA Z WARZYWAMI 120 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 200 ML (G)

Kolacja

- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- TWARÓG W PŁASTRACH 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
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2124 kcal

BIAŁKO 98,71 g; WĘGLOWODANY 303,23 g; Cukry proste 60,02 g; TŁUSZCZE 62,02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 33,99 g; BŁONNIK 27,48 g; Sól 6,24 g

Dieta: NISKOBIĄŁKOWA

Śniadanie

- KASZKA Z MUSEM JABŁKOWYM b/ml 200 G (G) /alergeny: gluten; soja/
- POLĘDWICA DROBIOWA 30 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G
- POWIDŁA 25 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/
- KOMPOT 200 ML (G)
- MAKARON Z WARZYWAMI W BIAŁYM SOSIE 350 G (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/

Kolacja

- WARZYWA PIECZONE 350 G
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 30 G /alergeny: 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: 2256 kcal

BIAŁKO 57,34 g; WĘGLOWODANY 403,22 g; Cukry proste 97,35 g; TŁUSZCZE 54,08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 26,61 g; BŁONNIK 39,97 g; Sól 4,25 g

Dieta: NISKOSODOWA

Śniadanie

- MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
- JABŁKO 250 G
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

- BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
- ROLADKA DROBIOWA Z WARZYWAMI 120 G /alergeny: gluten; jaja/
- MARCHEW Z SELEREM GOT 150 G /alergeny: mleko; seler/
- RYŻ 180 G
- KOMPOT 200 ML (G)

Kolacja

- SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
- TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/
- 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: 2268 kcal

BIAŁKO 143,59 g; WĘGLOWODANY 317,91 g; Cukry proste 80,18 g; TŁUSZCZE 52,56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 18,95 g; BŁONNIK 31,22 g; Sól 3,82 g

Dieta: P APKOWATA

Śniadanie

- MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- POLEDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- JOGURT OWOCOWY 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

- BROKUŁOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- ROLADKA DROBIOWA Z WARZYWAMI 120 G /alergeny: gluten; jaja/
- MARCHEW Z SELEREM GOT 150 G /alergeny: mleko; seler/
- ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
- KOMPOT 200 ML (G)

Kolacja

- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- 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
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2137 kcal

BIAŁKO 106,86 g; WĘGLOWODANY 294,11 g; Cukry proste 65,66 g; TŁUSZCZE 64,24 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 36,80 g; BŁONNIK 28,30 g; Sól 6,06 g

Dieta: PŁYNNNA

Śniadanie

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

Drugie śniadanie

- KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G)
- JOGURT OWOCOWY 100 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: 1828 kcal

BIAŁKO 92,35 g; WĘGLOWODANY 212,73 g; Cukry proste 134,85 g; TŁUSZCZE 69,03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 31,63 g; BŁONNIK 8,80 g; Sól 2,03 g

Dieta: ROZDROBNIONA

Śniadanie

- MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- POLEDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- JOGURT OWOCOWY 100 G /alergeny: mleko/
- POWIDŁA 25 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTN (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/
- ROLADKA DROBIOWA Z WARZYWAMI 120 G /alergeny: gluten; jaja/
- MARCHEW Z SELEREM GOT 150 G /alergeny: mleko; seler/
- ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
- SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KOMPOT 200 ML (G)

Kolacja

- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTN (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2195 kcal

BIAŁKO 108,35 g; WĘGLOWODANY 302,91 g; Cukry proste 66,52 g; TŁUSZCZE 66,21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,91 g; BŁONNIK 29,02 g; Sól 6,09 g

Dieta: WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

Śniadanie

- MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- POLĘDWICA DROBIOWA 70 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (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)
- ROLADKA DROBIOWA Z WARZYWAMI 120 G /alergeny: gluten; jaja/
- MARCHEW GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: gluten; mleko/
- ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
- KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)
- JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

Kolacja

- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 70 G /alergeny: soja/
- TWARÓG W PLASTRACH 50 G /alergeny: mleko/
- SOK MARCHEW-JABŁKO 200 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2014 kcal

BIAŁKO 98,80 g; WĘGLOWODANY 318,47 g; Cukry proste 86,64 g; TŁUSZCZE 45,55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 21,41 g; BŁONNIK 34,23 g; Sól 5,77 g

Dieta: WEGETARIAŃSKA

Śniadanie

- MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/
- POWIDŁA 25 G
- POMIDOR 70 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)
- MAKARON Z WARZYWAMI W BIAŁYM SOSIE 350 G (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/
- KOMPOT 200 ML (G)

Kolacja

- SAŁATKA Z KASZĄ BULGUR I SEREM FETA 200G /alergeny: gluten; soja; mleko; orzechy; seler; gorczyca; sezam/
- TWARÓG W PŁASTRACH 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
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2203 kcal

BIAŁKO 77,26 g; WĘGLOWODANY 297,15 g; Cukry proste 61,15 g; TŁUSZCZE 82,76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 42,10 g; BŁONNIK 26,48 g; Sól 5,56 g