

Jadłospis z dnia: 2024-08-12

SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

OGÓREK KISZONY 70 G

POWIDŁA 25 G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNY (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

KAPUŚNIAK 400 ML (G) /alergeny: gluten; seler/

GULASZ Z PIERSI INDYKA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

SURÓWKA Z MARCHWI 100 G /alergeny: mleko/

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)



Kolacja

2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/

POŁĘDWICA W MAJERANKU 30 G /alergeny: soja; mleko/

OGÓREK ŚWIEŻY 50 G

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

Cały dzień

Kaloryczność: 2036 kcal

BIAŁKO 109,31 g; WĘGLOWODANY 265,92 g; Cukry proste 51,40 g; TŁUSZCZE 65,27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 35,78 g; BŁONNIK 26,22 g; Sól 6,51 g

DIETA BEZGLUTENOWA

Śniadanie

JAGLANKA Z MUSEM JABŁKOWYM B/ML 300 G (G) /alergeny: soja/
SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/
OGÓREK KISZONY 70 G
POWIDŁA 25 G
CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Obiad

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)
FILET Z INDYKA spec. 150 G (G)
MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
JABŁKO 250 G

Kolacja

2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/
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

Cały dzień

Kaloryczność: 2195 kcal

BIAŁKO 118,06 g; WĘGLOWODANY 277,36 g; Cukry proste 65,53 g; TŁUSZCZE 71,26 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 30,14 g; BŁONNIK 25,96 g; Sól 4,86 g

DIETA BEZMLECZNA

Śniadanie

JAGLANKA Z MUSEM JABŁKOWYM B/ML 300 G (G) /alergeny: soja/

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

POMIDOR 70 G

POWIDŁA 25 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

HERBATA 200 G

Obiad

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

FILET Z INDYKA spec. 150 G (G)

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

JABŁKO 250 G

Kolacja

2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/

POŁĘDWICA W MAJERANKU 70 G /alergeny: soja; mleko/

POMIDOR 70 G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2043 kcal

BIAŁKO 113,66 g; WĘGLOWODANY 313,47 g; Cukry proste 62,49 g; TŁUSZCZE 43,46 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 11,64 g; BŁONNIK 28,60 g; Sól 4,88 g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA

Śniadanie

MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

POMIDOR BEZ SKÓRKI 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

SELEROWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/

GULASZ Z PIERSI INDYKA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

MARCHEW GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Podwieczorek

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

POŁĘDWICA W MAJERANKU 70 G /alergeny: soja; mleko/

JOGURT OWOCOWY 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 148,85 g; WĘGLOWODANY 268,27 g; Cukry proste 50,81 g; TŁUSZCZE 64,64 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 36,72 g; BŁONNIK 26,58 g; Sól 5,48 g

DIETA CUKRZYCOWA

Śniadanie

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/
SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/
OGÓREK KISZONY 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
JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Obiad

KAPUŚNIAK 400 ML (G) /alergeny: gluten; seler/
GULASZ Z PIERSI INDYKA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
SURÓWKA Z MARCHWI 100 G /alergeny: mleko/
KASZA GRYCZANA 200 G (G) /alergeny: soja; orzechy; gorczyca; łubiny/
KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G) /alergeny: soja/

Podwieczorek

JABŁKO 250 G

Kolacja

2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/
POLĘDWICA W MAJERANKU 30 G /alergeny: soja; mleko/
OGÓREK ŚWIEŻY 50 G
SEREK WIEJSKI 150 G /alergeny: mleko/
CHLEB GRAHAM (4 KROMKI) 120 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2071 kcal

BIAŁKO 137,42 g; WĘGLOWODANY 249,90 g; Cukry proste 52,43 g; TŁUSZCZE 64,81 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 32,80 g; BŁONNIK 33,81 g; Sól 8,30 g

DIETA HIPOALERGICZNA

Śniadanie

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

Obiad

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)
FILET Z INDYKA spec. 150 G (G)
MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
JABŁKO 250 G

Kolacja

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
ZIEMNIAKI FASZEROWANE spec. 300 G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2369 kcal

BIAŁKO 135,55 g; WĘGLOWODANY 327,40 g; Cukry proste 40,89 g; TŁUSZCZE 64,80 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 29,64 g; BŁONNIK 35,07 g; Sól 3,59 g

DIETA KLEIKOWA

Śniadanie

KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)

SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

HERBATA 200 G

Obiad

KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)

SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

HERBATA 200 G

Kolacja

KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)

SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

HERBATA 200 G

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/

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

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

SELEROWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/

GULASZ Z PIERSI INDYKA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

MARCHEW GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Kolacja

2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/

POŁĘDWICA W MAJERANKU 30 G /alergeny: soja; mleko/

POMIDOR 70 G

JOGURT OWOCOWY 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: 2030 kcal

BIAŁKO 106,60 g; WĘGLOWODANY 274,30 g; Cukry proste 55,18 g; TŁUSZCZE 61,92 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 34,17 g; BŁONNIK 27,37 g; Sól 5,25 g

DIETA NISKOBIĄŁKOWA

Śniadanie

JAGŁANKA Z MUSEM JABŁKOWYM B/ML 300 G (G) /alergeny: soja/

WĘDLINA DROBIOWA 30 G /alergeny: mleko/

POWIDŁA 25 G

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Obiad

SELEROWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/

RISOTTO Z WARZYWAMI 350 G /alergeny: seler/

Kolacja

ZIEMNIAKI FASZEROWANE spec. 300 G

POŁĘDWICA W MAJERANKU 30 G /alergeny: soja; mleko/

DŻEM 25 G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2162 kcal

BIAŁKO 59,43 g; WĘGLOWODANY 373,45 g; Cukry proste 58,47 g; TŁUSZCZE 55,59 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 25,74 g; BŁONNIK 36,83 g; Sól 3,63 g

DIETA NISKOSODOWA

Śniadanie

MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

SCHAB GOTOWANY spec. 100 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

SELEROWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/

FILET Z INDYKA spec. 150 G (G)

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Kolacja

2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/

OGÓREK ŚWIEŻY 50 G

JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 1929 kcal

BIAŁKO 126,37 g; WĘGLOWODANY 258,70 g; Cukry proste 47,80 g; TŁUSZCZE 48,60 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 18,68 g; BŁONNIK 24,83 g; Sól 4,13 g

DIETA PAPKOWATA

Śniadanie

MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

SELEROWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/

FILET Z INDYKA spec. 150 G (G)

MARCHEW GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Kolacja

PASTA Z JAJ 100 G /alergeny: jaja; mleko; gorczyca/

POLĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/

JOGURT OWOCOWY 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: 2057 kcal

BIAŁKO 118,79 g; WĘGLOWODANY 257,27 g; Cukry proste 47,31 g; TŁUSZCZE 66,49 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 35,67 g; BŁONNIK 24,27 g; Sól 5,07 g

DIETA PŁYNNA

Śniadanie

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

Drugie śniadanie

KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G)

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Obiad

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

GALARETKA 500 ML

Podwieczorek

JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

GRYSIKOWA spec. 400 ML (G) /alergeny: gluten/

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

BUDYŃ NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 ML (G) /alergeny: mleko/

Cały dzień

Kaloryczność: 1833 kcal

BIAŁKO 93,97 g; WĘGLOWODANY 219,83 g; Cukry proste 133,29 g; TŁUSZCZE 64,75 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 31,31 g; BŁONNIK 5,60 g; Sól 1,94 g

DIETA ROZDROBNIONA

Śniadanie

MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

SELEROWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/

GULASZ Z PIERSI INDYKA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

MARCHEW GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Kolacja

POŁĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/

PASTA Z JAJ 100 G /alergeny: jaja; mleko; gorczyca/

JOGURT OWOCOWY 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: 2083 kcal

BIAŁKO 114,35 g; WĘGLOWODANY 265,31 g; Cukry proste 48,54 g; TŁUSZCZE 67,89 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 36,49 g; BŁONNIK 25,30 g; Sól 5,09 g

DIETA WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

Śniadanie

MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

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

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

FILET Z INDYKA spec. 150 G (G)

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Kolacja

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

POŁĘDWICA W MAJERANKU 30 G /alergeny: soja; mleko/

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G

SEREK WIEJSKI 150 G /alergeny: mleko/

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2060 kcal

BIAŁKO 150,66 g; WĘGLOWODANY 261,92 g; Cukry proste 45,24 g; TŁUSZCZE 50,82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 24,73 g; BŁONNIK 23,73 g; Sól 6,12 g

DIETA WEGETARIAŃSKA

Śniadanie

MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/

POWIDŁA 25 G

OGÓREK KISZONY 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

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

RISOTTO Z WARZYWAMI 350 G /alergeny: seler/

JABŁKO 250 G

Kolacja

2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/

POMIDOR 70 G

JOGURT OWOCOWY 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: 2142 kcal

BIAŁKO 69,96 g; WĘGLOWODANY 305,07 g; Cukry proste 66,79 g; TŁUSZCZE 76,83 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 38,43 g; BŁONNIK 28,76 g; Sól 5,19 g