

Jadłospis z dnia: 2024-08-15

SPOSOBY OBRÓBKİ POSIŁKU			
(G) – Gotowanie	(S) – Smażenie	(P) – Pieczenie	(D) - Duszenie

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

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

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

OGÓREK ŚWIEŻY 50 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

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

POTRAWA MEKSYKAŃSKA 250 G

RYŻ BRAŹOWY 180 G

Kolacja

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

PAPRYKA ŚWIEŻA 50 G

SER HOMOGENIZOWANY 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: 2280 kcal

BIAŁKO 131,39 g; WĘGLOWODANY 278,02 g; Cukry proste 60,01 g; TŁUSZCZE 76,13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 38,77 g; BŁONNIK 24,63 g; Sól 5,03 g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie

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

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

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

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

PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/

SOS PIETRUSZKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

BURAKI GOTOWANE 120 G (G)

RYŻ 180 G

Kolacja

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

SER HOMOGENIZOWANY 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: 2288 kcal

BIAŁKO 130,60 g; WĘGLOWODANY 295,32 g; Cukry proste 61,07 g; TŁUSZCZE 68,93 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 39,04 g; BŁONNIK 20,59 g; Sól 5,09 g

DIETA CUKRZYCOWA

Śniadanie

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 70 G /alergeny: soja/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

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

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Obiad

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

PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/

SOS PIETRUSZKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

SURÓWKA Z MARCHWI b/c 100 G /alergeny: mleko/

RYŻ BRAŹOWY 180 G

Podwieczorek

JABŁKO 250 G

Kolacja

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

PAPRYKA ŚWIEŻA 50 G

SAŁATA 15 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: 2037 kcal

BIAŁKO 131,55 g; WĘGLOWODANY 268,56 g; Cukry proste 51,49 g; TŁUSZCZE 55,86 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 29,14 g; BŁONNIK 35,67 g; Sól 7,39 g

DIETA BEZGLUTENOWA

Śniadanie

JAGŁANKA Z MUSEM JABŁKOWYM B/ML 300 G (G) /alergeny: soja/
SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G
SZYNKA BEZGLUTENOWA 30 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/
POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G
CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Obiad

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)
KURCZAK GOTOWANY - PIERŚ spec. 150 G (G)
BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
RYŻ 180 G

Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
SZYNKA BEZGLUTENOWA 70 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/
SAŁATA 15 G
CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2186 kcal

BIAŁKO 129,19 g; WĘGLOWODANY 250,70 g; Cukry proste 42,23 g; TŁUSZCZE 75,12 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 31,11 g; BŁONNIK 18,05 g; Sól 3,21 g

DIETA BEZMLECZNA

Śniadanie

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

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 70 G /alergeny: soja/

POMIDOR 70 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

HERBATA 200 G

Obiad

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/

BURAKI GOTOWANE 120 G (G)

RYŻ 180 G

JABŁKO 250 G

Kolacja

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

SAŁATA 15 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2088 kcal

BIAŁKO 108,12 g; WĘGLOWODANY 317,30 g; Cukry proste 55,41 g; TŁUSZCZE 47,92 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 12,53 g; BŁONNIK 24,91 g; Sól 5,20 g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA

Śniadanie

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

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

TWARÓG 120 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

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

PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/

SOS PIETRUSZKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

BURAKI GOTOWANE 120 G (G)

RYŻ 180 G

Podwieczorek

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

SER HOMOGENIZOWANY 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: 2379 kcal

BIAŁKO 137,10 g; WĘGLOWODANY 304,81 g; Cukry proste 67,51 g; TŁUSZCZE 71,94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 40,84 g; BŁONNIK 20,64 g; Sól 5,33 g

DIETA HIPOALERGICZNA

Śniadanie

SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Obiad

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY - PIERŚ spec. 150 G (G)

SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA spec. 100 G

RYŻ 180 G

JABŁKO 250 G

Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

SAŁATA 15 G

JABŁKO 250 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2089 kcal

BIAŁKO 113,94 g; WĘGLOWODANY 260,49 g; Cukry proste 51,14 g; TŁUSZCZE 70,77 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 30,53 g; BŁONNIK 26,36 g; Sól 2,98 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 NISKOBIĄŁKOWA

Śniadanie

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

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 30 G /alergeny: soja/

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Obiad

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

RISOTTO Z WARZYWAMI 350 G /alergeny: seler/

Kolacja

ZIEMNIAKI FASZEROWANE 300 G /alergeny: mleko; seler/

WĘDLINA DROBIOWA 30 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2101 kcal

BIAŁKO 54,17 g; WĘGLOWODANY 358,16 g; Cukry proste 38,03 g; TŁUSZCZE 57,69 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 27,86 g; BŁONNIK 34,56 g; Sól 3,93 g

DIETA NISKOSODOWA

Śniadanie

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

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

OGÓREK ŚWIEŻY 50 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

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

Obiad

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/

BURAKI GOTOWANE 120 G (G)

RYŻ 180 G

SOS PIETRUSZKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

SAŁATA 15 G

SER HOMOGENIZOWANY 150 G /alergeny: mleko/

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2230 kcal

BIAŁKO 133,56 g; WĘGLOWODANY 293,55 g; Cukry proste 59,44 g; TŁUSZCZE 61,98 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 23,58 g; BŁONNIK 19,99 g; Sól 3,39 g

DIETA PAPKOWATA

Śniadanie

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

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

TWARÓG 120 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

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/

BURAKI GOTOWANE 120 G (G)

RYŻ 180 G

Kolacja

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

SER HOMOGENIZOWANY 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: 2248 kcal

BIAŁKO 127,37 g; WĘGLOWODANY 285,45 g; Cukry proste 57,74 g; TŁUSZCZE 69,96 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 37,56 g; BŁONNIK 18,58 g; Sól 5,01 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 OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/

Obiad

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

GALARETKA 500 ML

Podwieczorek

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

MARCHWIANKA spec. 400 ML

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

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

Cały dzień

Kaloryczność: 1891 kcal

BIAŁKO 93,83 g; WĘGLOWODANY 225,40 g; Cukry proste 137,18 g; TŁUSZCZE 69,64 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 32,05 g; BŁONNIK 8,68 g; Sól 2,10 g

DIETA ROZDROBNIONA

Śniadanie

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

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

TWARÓG 120 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

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/

BURAKI GOTOWANE 120 G (G)

RYŻ 180 G

SOS PIETRUSZKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

Kolacja

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

SER HOMOGENIZOWANY 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: 2290 kcal

BIAŁKO 128,51 g; WĘGLOWODANY 291,95 g; Cukry proste 58,48 g; TŁUSZCZE 71,35 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 38,33 g; BŁONNIK 19,23 g; Sól 5,04 g

DIETA WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

Śniadanie

MLECZNA Z KASZĄ MANNA 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

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

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)

PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/

BURAKI GOTOWANE 120 G (G)

RYŻ 180 G

Kolacja

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 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: 2004 kcal

BIAŁKO 120,01 g; WĘGLOWODANY 279,00 g; Cukry proste 48,01 g; TŁUSZCZE 49,10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 24,19 g; BŁONNIK 19,60 g; Sól 6,54 g

DIETA WEGETARIAŃSKA

Śniadanie

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

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

OGÓREK ŚWIEŻY 50 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/

Kolacja

ZIEMNIAKI FASZEROWANE 300 G /alergeny: mleko; seler/

SER HOMOGENIZOWANY 150 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

PAPRYKA ŚWIEŻA 50 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2374 kcal

BIAŁKO 91,35 g; WĘGLOWODANY 353,87 g; Cukry proste 61,46 g; TŁUSZCZE 73,17 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 38,98 g; BŁONNIK 33,70 g; Sól 3,21 g