

Jadłospis z dnia: 2024-08-21

SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

SCHAB PIECZONY 50 G /alergeny: mleko/

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/

OGÓREK ŚWIEŻY 50 G

SAŁATA 15 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

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

KOTLET RYBNY Z DORSZA 100 G /alergeny: gluten; jaja; ryby/

SURÓWKA Z KAP. PEKIŃ. Z PAPRYKĄ 100G /alergeny: jaja; mleko; gorczyca/

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)



Kolacja

POLĘDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/

POMIDOR 70 G

SEREK WIEJSKI OWOCOWY 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 ZIOŁOWA 200 ML

Cały dzień

Kaloryczność: 2192 kcal

BIAŁKO 107,43 g; WĘGLOWODANY 273,07 g; Cukry proste 52,82 g; TŁUSZCZE 78,61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 36,22 g; BŁONNIK 23,56 g; Sól 5,19 g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie

MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
POLĘDWICA 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/
SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
MARCHEW Z SELEREM GOT 150 G /alergeny: mleko; seler/
RYŻ 180 G
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2215 kcal

BIAŁKO 106,64 g; WĘGLOWODANY 304,30 g; Cukry proste 62,40 g; TŁUSZCZE 67,53 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 37,41 g; BŁONNIK 25,49 g; Sól 5,37 g

DIETA CUKRZYCOWA

Śniadanie

POŁĘDWICA DROBIOWA 70 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/

SER ŻÓŁTY 50 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

WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

MAŚLANKA 200 ML /alergeny: mleko/

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)

Podwieczorek

JABŁKO 250 G

Kolacja

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 70 G /alergeny: soja/

SAŁATKA Z KASZĄ BULGUR 200 G /alergeny: gluten; orzechy; sezam/

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

CHLEB GRAHAM (4 KROMKI) 120 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2001 kcal

BIAŁKO 112,57 g; WĘGLOWODANY 250,56 g; Cukry proste 51,27 g; TŁUSZCZE 64,83 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 30,11 g; BŁONNIK 29,44 g; Sól 6,42 g

DIETA BEZGLUTENOWA

Śniadanie

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/

POMIDOR 70 G

POWIDŁA 25 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 Z SELEREM GOT 150 G /alergeny: mleko; seler/

RYŻ 180 G

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO 250 G

Kolacja

SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2075 kcal

BIAŁKO 138,37 g; WĘGLOWODANY 227,63 g; Cukry proste 63,77 g; TŁUSZCZE 69,18 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 31,30 g; BŁONNIK 23,72 g; Sól 3,35 g

DIETA BEZMLECZNA

Śniadanie

RYŻ Z JABŁKIEM b/ml 300 G

POŁĘDWICA DROBIOWA 70 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/

POMIDOR 70 G

POWIDŁA 25 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 OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2181 kcal

BIAŁKO 113,41 g; WĘGLOWODANY 347,75 g; Cukry proste 72,29 g; TŁUSZCZE 41,95 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 11,60 g; BŁONNIK 26,04 g; Sól 5,25 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 150 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

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/
SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
RYŻ 180 G
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Podwieczorek

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

SZYŃKA WIEPRZOWA GOTOWANA 70 G /alergeny: soja/
TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2366 kcal

BIAŁKO 122,15 g; WĘGLOWODANY 313,03 g; Cukry proste 67,59 g; TŁUSZCZE 73,53 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 40,85 g; BŁONNIK 25,54 g; Sól 6,12 g

DIETA HIPOALERGICZNA

Śniadanie

RYŻ Z JABŁKIEM b/ml 300 G
SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (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
JABŁKO 200 G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2368 kcal

BIAŁKO 137,40 g; WĘGLOWODANY 327,10 g; Cukry proste 69,95 g; TŁUSZCZE 62,37 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 29,54 g; BŁONNIK 26,93 g; Sól 3,19 g

DIETA KLEIKOWA

Śniadanie

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

KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)

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 NISKOBIAŁKOWA

Śniadanie

RYŻ Z JABŁKIEM b/ml 300 G

POŁĘDWICA DROBIOWA 30 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Obiad

BROKUŁOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

CUKINIA DUSZONA Z POMIDORAMI DIETETYCZNA 300 G (D)

KASZA JAGLANA 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

WARZYWA PIECZONE 350 G

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 30 G /alergeny: soja/

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2201 kcal

BIAŁKO 54,47 g; WĘGLOWODANY 379,36 g; Cukry proste 81,58 g; TŁUSZCZE 57,62 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 26,06 g; BŁONNIK 35,29 g; Sól 3,84 g

DIETA NISKOSODOWA

Śniadanie

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

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

OGÓREK ŚWIEŻY 50 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 OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2218 kcal

BIAŁKO 152,30 g; WĘGLOWODANY 282,37 g; Cukry proste 51,23 g; TŁUSZCZE 57,49 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 22,37 g; BŁONNIK 24,13 g; Sól 3,74 g

DIETA PAPKOWATA

Śniadanie

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

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 OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2102 kcal

BIAŁKO 106,54 g; WĘGLOWODANY 283,46 g; Cukry proste 58,97 g; TŁUSZCZE 64,50 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 37,11 g; BŁONNIK 26,01 g; Sól 5,18 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

BROKUŁOWA 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: 1859 kcal

BIAŁKO 94,20 g; WĘGLOWODANY 216,83 g; Cukry proste 137,60 g; TŁUSZCZE 69,78 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 32,07 g; BŁONNIK 8,95 g; Sól 2,09 g

DIETA ROZDROBNIONA

Śniadanie

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

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 OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2160 kcal

BIAŁKO 108,03 g; WĘGLOWODANY 292,26 g; Cukry proste 59,83 g; TŁUSZCZE 66,47 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 38,22 g; BŁONNIK 26,73 g; Sól 5,21 g

DIETA WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

Śniadanie

MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
POŁĘDWICA DROBIOWA 70 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
MAŚLANKA 200 ML /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)
MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
ROLADKA DROBIOWA Z WARZYWAMI 120 G /alergeny: gluten; jaja/
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/
MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2045 kcal

BIAŁKO 104,70 g; WĘGLOWODANY 314,86 g; Cukry proste 85,93 g; TŁUSZCZE 46,58 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 21,06 g; BŁONNIK 30,29 g; Sól 5,92 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)

CUKINIA DUSZONA Z POMIDORAMI DIETETYCZNA 300 G (D)

KASZA JAGLANA 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

SAŁATKA Z KASZĄ BULGUR 200 G /alergeny: gluten; orzechy; sezam/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2269 kcal

BIAŁKO 79,77 g; WĘGLOWODANY 291,74 g; Cukry proste 75,12 g; TŁUSZCZE 90,09 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 42,46 g; BŁONNIK 24,13 g; Sól 3,42 g