

Jadłospis z dnia: 2024-08-23

SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/

PASTA Z ŁOSOSIA 50 G /alergeny: gluten; ryby; soja; mleko; gorczyca/

SAŁATA 15 G

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

ZUPA SZCZAWIOWA Z JAJKIEM 400 ML /alergeny: jaja; mleko; seler; gorczyca/

PIEROGI LENIWE 300 G /alergeny: gluten; jaja; mleko/

MUS BRZOSKWINIOWY 100 G /alergeny: seler/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)



Kolacja

SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/

PAPRYKA ŚWIEŻA 50 G

SOK POMIDOROWY 250 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

Cały dzień

Kaloryczność: 2239 kcal

BIĄŁKO 111,78 g; WĘGLOWODANY 269,62 g; Cukry proste 69,18 g; TŁUSZCZE 82,54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 45,98 g; BŁONNIK 21,37 g; Sól 6,55 g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/
POLĘDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
SAŁATA 15 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

JARZYNOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/
SOS PIETRUSZKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
SZPINAK GOTOWANY (G) /alergeny: mleko/
KASZA JĘCZMIENNA 200 G (G) /alergeny: gluten/
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)
JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
SAŁATA 15 G
SOK POMIDOROWY 250 ML
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2111 kcal

BIAŁKO 94,09 g; WĘGLOWODANY 288,72 g; Cukry proste 64,47 g; TŁUSZCZE 69,74 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 37,57 g; BŁONNIK 30,92 g; Sól 5,51 g

DIETA CUKRZYCOWA

Śniadanie

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/

POŁĘDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/

POMIDOR 70 G

SAŁATA 15 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

SEREK WIEJSKI 150 G /alergeny: mleko/

WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

Obiad

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

RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/

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

SZPINAK GOTOWANY (G) /alergeny: mleko/

KASZA JĘCZMIENNA 200 G (G) /alergeny: gluten/

KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)

Podwieczorek

JABŁKO 200 G

WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/

PAPRYKA ŚWIEŻA 50 G

SOK POMIDOROWY 250 ML

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

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2004 kcal

BIAŁKO 119,48 g; WĘGLOWODANY 267,33 g; Cukry proste 45,55 g; TŁUSZCZE 57,31 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 28,12 g; BŁONNIK 36,69 g; Sól 7,65 g

DIETA BEZGLUTENOWA

Śniadanie

PASTA Z KURCZAKA - UDO spec. 160 G

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/

SAŁATA 15 G

POMIDOR 70 G

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Obiad

MARCHWIANKA spec. 400 ML

RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/

SZPINAK GOTOWANY spec. (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/

Kolacja

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

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

SAŁATA 15 G

SOK POMIDOROWY 250 ML

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2008 kcal

BIAŁKO 107,43 g; WĘGLOWODANY 224,79 g; Cukry proste 51,46 g; TŁUSZCZE 77,69 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 32,49 g; BŁONNIK 27,71 g; Sól 5,23 g

DIETA BEZMLECZNA

Śniadanie

OWSIANKA Z BRZOSKWINIĄ 250 G /alergeny: gluten; soja/
JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/
PASTA Z KURCZAKA - UDO spec. 160 G
POMIDOR 70 G
SAŁATA 15 G
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
HERBATA 200 G

Obiad

MARCHWIANKA spec. 400 ML
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/
SZPINAK GOTOWANY spec. (G)
KASZA JĘCZMIENNA 200 G (G) /alergeny: gluten/
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)
JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

Kolacja

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
SAŁATA 15 G
SOK POMIDOROWY 250 ML
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2258 kcal

BIAŁKO 125,05 g; WĘGLOWODANY 311,55 g; Cukry proste 71,23 g; TŁUSZCZE 63,19 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 16,70 g; BŁONNIK 33,98 g; Sól 5,61 g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
PASTA Z KURCZAKA - UDO spec. 160 G
POŁĘDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G
SAŁATA 15 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

JARZYNOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/
SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
SZPINAK GOTOWANY (G) /alergeny: mleko/
KASZA JĘCZMIENNA 200 G (G) /alergeny: gluten/
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Podwieczorek

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
SAŁATA 15 G
SOK POMIDOROWY 250 ML
CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2470 kcal

BIAŁKO 150,94 g; WĘGLOWODANY 280,19 g; Cukry proste 54,47 g; TŁUSZCZE 87,80 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 44,60 g; BŁONNIK 28,23 g; Sól 6,12 g

DIETA HIPOALERGICZNA

Śniadanie

PASTA Z KURCZAKA - UDO spec. 160 G

JABŁKO 200 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Obiad

MARCHWIANKA spec. 400 ML

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

Kolacja

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2188 kcal

BIAŁKO 115,49 g; WĘGLOWODANY 283,98 g; Cukry proste 65,67 g; TŁUSZCZE 71,97 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 32,65 g; BŁONNIK 32,67 g; Sól 3,58 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

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 NISKOBIĄŁKOWA

Śniadanie

OWSIANKA Z BRZOSKWINIĄ 250 G /alergeny: gluten; soja/
POŁĘDWICA DROBIOWA 30 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
DŻEM 25 G
SAŁATA 15 G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Obiad

MARCHWIANKA spec. 400 ML
CUKINIA DUSZONA Z POMIDORAMI DIETETYCZNA 300 G (D)
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)
JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

Kolacja

ZAPIEKANKA Z ZIEMNIAKÓW I WARZYW 350 G /alergeny: seler/
POŁĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/
SAŁATA 15 G
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: 2204 kcal

BIAŁKO 50,71 g; WĘGLOWODANY 377,46 g; Cukry proste 106,43 g; TŁUSZCZE 61,67 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 26,02 g; BŁONNIK 42,24 g; Sól 3,90 g

DIETA NISKOSODOWA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
PASTA Z KURCZAKA - UDO spec. 160 G
JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/
OGÓREK ŚWIEŻY 50 G
SAŁATA 15 G
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

JARZYNOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/
SOS PIETRUSZKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
KASZA JĘCZMIENNA 200 G (G) /alergeny: gluten/
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)
JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
SAŁATA 15 G
MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2318 kcal

BIAŁKO 138,39 g; WĘGLOWODANY 302,76 g; Cukry proste 75,29 g; TŁUSZCZE 66,68 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 24,36 g; BŁONNIK 31,37 g; Sól 4,19 g

DIETA PAPKOWATA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
PASTA Z JAJ 100 G /alergeny: jaja; mleko; gorczyca/
PASTA Z KURCZAKA - UDO spec. 160 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

JARZYNOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/
MARCHEW GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: gluten; mleko/
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)
JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
SOK POMIDOROWY 250 ML
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2466 kcal

BIAŁKO 144,20 g; WĘGLOWODANY 288,26 g; Cukry proste 71,66 g; TŁUSZCZE 87,71 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 43,05 g; BŁONNIK 31,90 g; Sól 5,53 g

DIETA PŁYNNNA

Śniadanie

PŁYNNNA MLECZNA Z RYŻEM 500 ML (G) /alergeny: mleko/

Drugie śniadanie

KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G)

JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/

Obiad

MARCHWIANKA spec. 400 ML

SCHAB NA DIETĘ PŁYNNĄ 60 G

GALARETKA 500 ML

Podwieczorek

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

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

Cały dzień

Kaloryczność: 1889 kcal

BIAŁKO 99,89 g; WĘGLOWODANY 228,29 g; Cukry proste 139,65 g; TŁUSZCZE 65,65 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 31,79 g; BŁONNIK 8,66 g; Sól 2,16 g

DIETA ROZDROBNIONA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
PASTA Z JAJ 100 G /alergeny: jaja; mleko; gorczyca/
PASTA Z WĘDLINY NA ALERGICZNĄ 70 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

JARZYNOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/
SOS PIETRUSZKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
SZPINAK GOTOWANY (G) /alergeny: mleko/
KASZA JĘCZMIENNA 200 G (G) /alergeny: gluten/
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)
JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
SOK POMIDOROWY 250 ML
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2399 kcal

BIAŁKO 136,49 g; WĘGLOWODANY 287,10 g; Cukry proste 63,29 g; TŁUSZCZE 83,51 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 41,91 g; BŁONNIK 30,21 g; Sól 6,30 g

DIETA WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
POLĘDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
SAŁATA 15 G
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

MARCHWIANKA spec. 400 ML
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/
MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
KASZA JĘCZMIENNA 200 G (G) /alergeny: gluten/
KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)
JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

Kolacja

TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/
SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
SAŁATA 15 G
MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2245 kcal

BIAŁKO 130,67 g; WĘGLOWODANY 302,99 g; Cukry proste 79,49 g; TŁUSZCZE 62,62 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 25,24 g; BŁONNIK 32,08 g; Sól 4,75 g

DIETA WEGETARIAŃSKA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
SEREK WIEJSKI 150 G /alergeny: mleko/
JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/
POMIDOR 70 G
SAŁATA 15 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

MARCHWIANKA spec. 400 ML
CUKINIA DUSZONA Z POMIDORAMI DIETETYCZNA 300 G (D)
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)
JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
SAŁATA 15 G
SOK POMIDOROWY 250 ML
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2120 kcal

BIAŁKO 82,13 g; WĘGLOWODANY 297,29 g; Cukry proste 84,77 g; TŁUSZCZE 71,76 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 36,94 g; BŁONNIK 30,84 g; Sól 5,23 g