

Jadłospis z dnia: 2024-08-30

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/

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

SCHAB PIECZONY 30 G /alergeny: mleko/

RZODKIEWKI 70 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

BARSZCZ UKRAIŃSKI 400 ML (G) /alergeny: gluten; soja; mleko; seler/

ŚLEDŹ W ŚMIETANIE 200 G /alergeny: ryby; mleko/

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G



Kolacja

TWAROŻEK Z POMIDORAMI I KOPERKIEM 130G /alergeny: mleko/

WĘDLINA DROBIOWA 30 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

SOK POMIDOROWY 300 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: 2256 kcal

BIAŁKO 112,07 g; WĘGLOWODANY 264,72 g; Cukry proste 59,38 g; TŁUSZCZE 88,75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 42,22 g; BŁONNIK 29,16 g; Sól 24,41 g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie

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

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

SCHAB PIECZONY 30 G /alergeny: mleko/

POMIDOR 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/

PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/

SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

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

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

Kolacja

TWAROŻEK Z POMIDORAMI I KOPERKIEM 130G /alergeny: mleko/

WĘDLINA DROBIOWA 30 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2086 kcal

BIAŁKO 102,83 g; WĘGLOWODANY 288,43 g; Cukry proste 66,61 g; TŁUSZCZE 63,18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 34,61 g; BŁONNIK 29,89 g; Sól 5,78 g

DIETA CUKRZYCOWA

Śniadanie

2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/
SCHAB PIECZONY 70 G /alergeny: mleko/
RZODKIEWKI 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

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

Obiad

BROKUŁOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/
SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
SURÓWKA Z MARCHWI b/c 100 G /alergeny: mleko/
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)
JABŁKO 200 G

Podwieczorek

WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/

Kolacja

TWAROŻEK Z POMIDORAMI I KOPERKIEM 130G /alergeny: mleko/
WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/
SAŁATA 15 G
SOK POMIDOROWY 300 ML
CHLEB GRAHAM (4 KROMKI) 120 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2013 kcal

BIAŁKO 127,49 g; WĘGLOWODANY 277,68 g; Cukry proste 53,67 g; TŁUSZCZE 51,28 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 24,78 g; BŁONNIK 38,13 g; Sól 7,35 g

DIETA BEZGLUTENOWA

Śniadanie

RYŻ Z JABŁKIEM b/ml 300 G

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

Obiad

BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)

PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

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

SAŁATA 15 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2141 kcal

BIAŁKO 95,13 g; WĘGLOWODANY 280,37 g; Cukry proste 65,94 g; TŁUSZCZE 73,78 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 30,47 g; BŁONNIK 26,49 g; Sól 5,15 g

DIETA BEZMLECZNA

Śniadanie

RYŻ Z JABŁKIEM b/ml 300 G
SCHAB PIECZONY 30 G /alergeny: mleko/
2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/
POMIDOR 70 G
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
HERBATA 200 G

Obiad

BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/
MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

Kolacja

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
SAŁATA 15 G
SOK POMIDOROWY 300 ML
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2246 kcal

BIAŁKO 132,64 g; WĘGLOWODANY 316,94 g; Cukry proste 62,03 g; TŁUSZCZE 55,77 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 16,09 g; BŁONNIK 29,51 g; Sól 5,23 g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA

Śniadanie

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

SCHAB PIECZONY 70 G /alergeny: mleko/

SEREK WIEJSKI 150 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/

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

Obiad

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

PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/

SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

Podwieczorek

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

TWAROŻEK Z POMIDORAMI I KOPERKIEM 130G /alergeny: mleko/

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2296 kcal

BIAŁKO 135,92 g; WĘGLOWODANY 304,79 g; Cukry proste 77,57 g; TŁUSZCZE 65,03 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 36,76 g; BŁONNIK 29,58 g; Sól 7,73 g

DIETA HIPOALERGICZNA

Śniadanie

FILET Z INDYKA spec. 150 G (G)

JABŁKO 250 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 GOT - W CAŁOŚCI spec. 180 G (G)

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

JABŁKO 250 G

Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

SAŁATA 15 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2042 kcal

BIAŁKO 112,50 g; WĘGLOWODANY 246,09 g; Cukry proste 52,43 g; TŁUSZCZE 73,50 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 31,64 g; BŁONNIK 29,29 g; Sól 3,09 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

RYŻ Z JABŁKIEM b/ml 300 G
SCHAB PIECZONY 30 G /alergeny: mleko/
POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 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/
MAKARON Z WARZYWAMI W BIAŁYM SOSIE 350 G (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/
MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

Kolacja

ZAPIEKANKA Z ZIEMNIAKÓW I WARZYW 350 G /alergeny: seler/
WĘDLINA DROBIOWA 30 G /alergeny: mleko/
SAŁATA 15 G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2094 kcal

BIAŁKO 62,34 g; WĘGLOWODANY 364,32 g; Cukry proste 61,05 g; TŁUSZCZE 50,16 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 25,97 g; BŁONNIK 35,67 g; Sól 3,53 g

DIETA NISKOSODOWA

Śniadanie

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

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

SAŁATA 15 G

JABŁKO 200 G

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

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

Obiad

BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)

PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

Kolacja

TWAROŻEK Z POMIDORAMI I KOPERKIEM 130G /alergeny: mleko/

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

SAŁATA 15 G

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

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 1975 kcal

BIAŁKO 115,89 g; WĘGLOWODANY 275,10 g; Cukry proste 59,43 g; TŁUSZCZE 51,10 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 17,45 g; BŁONNIK 27,20 g; Sól 3,83 g

DIETA PAPKOWATA

Śniadanie

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

SCHAB PIECZONY 30 G /alergeny: mleko/

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

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)

PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

Kolacja

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

SOK POMIDOROWY 300 ML

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2161 kcal

BIAŁKO 109,08 g; WĘGLOWODANY 276,99 g; Cukry proste 61,58 g; TŁUSZCZE 73,28 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 36,14 g; BŁONNIK 26,83 g; Sól 6,23 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

BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

GALARETKA 500 ML

Podwieczorek

JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

RYŻOWA spec. 400 ML

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

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

Cały dzień

Kaloryczność: 1855 kcal

BIAŁKO 93,88 g; WĘGLOWODANY 214,32 g; Cukry proste 133,75 g; TŁUSZCZE 69,73 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 32,07 g; BŁONNIK 5,86 g; Sól 1,93 g

DIETA ROZDROBNIONA

Śniadanie

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

POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/

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

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)

PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/

SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

Kolacja

WĘDLINA DROBIOWA 30 G /alergeny: mleko/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

SOK POMIDOROWY 300 ML

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2204 kcal

BIAŁKO 107,67 g; WĘGLOWODANY 286,36 g; Cukry proste 64,56 g; TŁUSZCZE 74,67 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 36,85 g; BŁONNIK 27,70 g; Sól 6,51 g

DIETA WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

Śniadanie

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

SCHAB PIECZONY 70 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

BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)

PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

Kolacja

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

WĘDLINA DROBIOWA 30 G /alergeny: mleko/

TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

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

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2062 kcal

BIAŁKO 136,14 g; WĘGLOWODANY 275,40 g; Cukry proste 59,95 g; TŁUSZCZE 50,54 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 23,83 g; BŁONNIK 24,97 g; Sól 4,47 g

DIETA WEGETARIAŃSKA

Śniadanie

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

SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/

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

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 OWOCOWY 200 ML (G)

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

Kolacja

TWAROŻEK Z POMIDORAMI I KOPERKIEM 130G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2147 kcal

BIAŁKO 84,94 g; WĘGLOWODANY 291,83 g; Cukry proste 60,51 g; TŁUSZCZE 75,80 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 39,96 g; BŁONNIK 27,32 g; Sól 5,22 g