

Jadłospis z dnia: 2024-09-06

SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

MLECZNA Z KASZA JECZMIENNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

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

SER TWAROGOWY TOPIONY 17 G /alergeny: mleko; gorczyca/

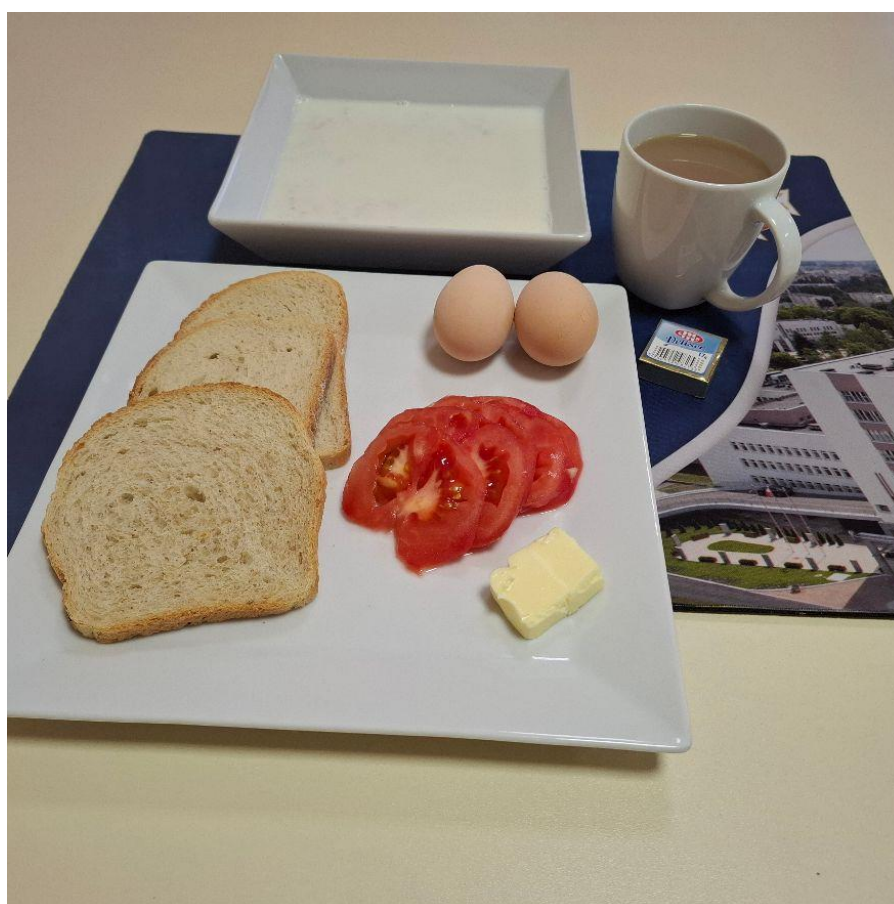
POMIDOR 70 G

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

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

MAKARON (PEŁNOZIAR.) Z ŁOSOSIEM I CUKINIĄ 350 G /alergeny: gluten; ryby; soja; mleko; seler; gorczyca/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)



Kolacja

POLĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

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: 2150 kcal

BIAŁKO 95,90 g; WĘGLOWODANY 249,44 g; Cukry proste 53,85 g; TŁUSZCZE 86,90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 45,33 g; BŁONNIK 23,60 g; Sól 4,27 g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie

MLECZNA Z KASZA JECZMIENNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

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

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

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/

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

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

SURÓWKA Z MARCHWI 100 G /alergeny: mleko/

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

POŁĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

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: 2149 kcal

BIAŁKO 104,48 g; WĘGLOWODANY 281,43 g; Cukry proste 59,11 g; TŁUSZCZE 72,04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 39,44 g; BŁONNIK 28,26 g; Sól 5,12 g

DIETA CUKRZYCOWA

Śniadanie

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

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

POMIDOR 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

JABŁKO 250 G

Obiad

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

MAKARON (PEŁNOZIAR.) Z ŁOSOSIEM I CUKINIĄ 350 G /alergeny: gluten; ryby; soja; mleko; seler; gorczyca/

KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)

Podwieczorek

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

POŁĘDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/

TWARÓG 120 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: 1981 kcal

BIAŁKO 113,74 g; WĘGLOWODANY 236,74 g; Cukry proste 54,16 g; TŁUSZCZE 68,48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 31,24 g; BŁONNIK 32,21 g; Sól 7,16 g

DIETA BEZGLUTENOWA

Śniadanie

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

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

SZYNKI 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

KOPERKOWA spec. 400 ML (G)

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

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

SAŁATA 15 G

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2071 kcal

BIAŁKO 133,15 g; WĘGLOWODANY 198,76 g; Cukry proste 41,34 g; TŁUSZCZE 83,73 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 34,97 g; BŁONNIK 21,60 g; Sól 3,68 g

DIETA BEZMLECZNA

Śniadanie

JAGŁANKA Z MUSEM JABŁKOWYM B/ML 300 G (G) /alergeny: soja/
POLĘDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/
POMIDOR 70 G
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA 10 G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
HERBATA 200 G

Obiad

KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/
MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

KURCZAK GOT - W CAŁOŚCI spec. 180 G (G)
POLĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
SAŁATA 15 G
MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA 10 G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2140 kcal

BIAŁKO 111,68 g; WĘGLOWODANY 303,43 g; Cukry proste 52,53 g; TŁUSZCZE 57,83 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 15,54 g; BŁONNIK 26,37 g; Sól 5,32 g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA

Śniadanie

MLECZNA Z KASZA JECZMIENNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

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

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

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

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

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

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

SURÓWKA Z MARCHWI 100 G /alergeny: mleko/

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Podwieczorek

BUDYŃ 200 G (G) /alergeny: mleko/

Kolacja

POLEDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

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: 2413 kcal

BIAŁKO 120,05 g; WĘGLOWODANY 319,40 g; Cukry proste 84,72 g; TŁUSZCZE 77,64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 42,45 g; BŁONNIK 28,36 g; Sól 5,96 g

DIETA HIPOALERGICZNA

Śniadanie

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

JABŁKO 250 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Obiad

KOPERKOWA spec. 400 ML (G)

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

Kolacja

SCHAB GOTOWANY spec. 100 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: 2027 kcal

BIAŁKO 115,81 g; WĘGLOWODANY 248,19 g; Cukry proste 48,19 g; TŁUSZCZE 69,24 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 32,07 g; BŁONNIK 27,52 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

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

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

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G

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

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Obiad

KOPERKOWA spec. 400 ML (G)

WARZYWA PIECZONE 350 G

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

KASZOTTO WEGETARIAŃSKIE jęczm. 350 G (D) /alergeny: gluten; mleko/

POLĘDWICA 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: 2181 kcal

BIAŁKO 52,04 g; WĘGLOWODANY 364,79 g; Cukry proste 60,30 g; TŁUSZCZE 64,67 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 28,64 g; BŁONNIK 38,50 g; Sól 3,95 g

DIETA NISKOSODOWA

Śniadanie

MLECZNA Z KASZA JECZMIENNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

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

OGÓREK ŚWIEŻY 50 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA 10 G

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

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

Obiad

KOPERKOWA spec. 400 ML (G)

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

SURÓWKA Z MARCHWI 100 G /alergeny: mleko/

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA 10 G

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

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2066 kcal

BIAŁKO 120,79 g; WĘGLOWODANY 277,26 g; Cukry proste 55,10 g; TŁUSZCZE 57,18 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 22,41 g; BŁONNIK 25,46 g; Sól 3,92 g

DIETA PAPKOWATA

Śniadanie

MLECZNA Z KASZA JECZMIENNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

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

POLEDWICA DROBIOWA 50 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/

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

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

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

POLEDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; 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: 2112 kcal

BIAŁKO 106,60 g; WĘGLOWODANY 271,00 g; Cukry proste 55,90 g; TŁUSZCZE 71,28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,81 g; BŁONNIK 26,62 g; Sól 5,40 g

DIETA PŁYNNNA

Śniadanie

PŁYNNNA MLECZNA Z KASZĄ JĘCZMIENNĄ 500 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

Drugie śniadanie

KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G)

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Obiad

KOPERKOWA 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: 1912 kcal

BIAŁKO 96,26 g; WĘGLOWODANY 224,60 g; Cukry proste 138,16 g; TŁUSZCZE 71,60 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 33,15 g; BŁONNIK 9,39 g; Sól 2,24 g

DIETA ROZDROBNIONA

Śniadanie

MLECZNA Z KASZA JECZMIENNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

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

POLEDWICA DROBIOWA 50 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/

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

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

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

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; 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: 2170 kcal

BIAŁKO 108,09 g; WĘGLOWODANY 279,80 g; Cukry proste 56,76 g; TŁUSZCZE 73,25 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 38,92 g; BŁONNIK 27,34 g; Sól 5,43 g

DIETA WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

Śniadanie

MLECZNA Z KASZA JECZMIENNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

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

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

KOPERKOWA spec. 400 ML (G)

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

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

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

Kolacja

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

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: 2140 kcal

BIAŁKO 132,38 g; WĘGLOWODANY 283,84 g; Cukry proste 59,01 g; TŁUSZCZE 58,08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 25,55 g; BŁONNIK 27,59 g; Sól 4,60 g

DIETA WEGETARIAŃSKA

Śniadanie

MLECZNA Z KASZA JECZMIENNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

SER TWAROGOWY TOPIONY 17 G /alergeny: mleko; gorczyca/

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

KOPERKOWA spec. 400 ML (G)

WARZYWA PIECZONE 350 G

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

KASZOTTO WEGETARIAŃSKIE jęczm. 350 G (D) /alergeny: gluten; mleko/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

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: 2387 kcal

BIAŁKO 76,25 g; WĘGLOWODANY 342,51 g; Cukry proste 64,03 g; TŁUSZCZE 86,52 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 41,74 g; BŁONNIK 38,18 g; Sól 3,86 g