

Jadłospis z dnia: 2024-09-13

SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

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

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

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/

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/



Kolacja

POŁĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/

SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (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: 2222 kcal

BIAŁKO 115,81 g; WĘGLOWODANY 258,35 g; Cukry proste 61,11 g; TŁUSZCZE 82,99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 46,24 g; BŁONNIK 17,40 g; Sól 5,80 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

BARSZCZ Z ZIEMNIAKAMI 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 NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: 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: 2063 kcal

BIAŁKO 98,17 g; WĘGLOWODANY 277,04 g; Cukry proste 56,10 g; TŁUSZCZE 67,18 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 38,03 g; BŁONNIK 25,53 g; Sól 4,88 g

DIETA NISKOBIAŁKOWA

Śniadanie

OWSIANKA Z BRZOSKWINIĄ 250 G /alergeny: gluten; soja/
POŁĘDWICA DROBIOWA 30 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
POMIDOR 70 G
SAŁATA 15 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)
KLUSKI ŚLASKIE 300 G (G) /alergeny: jaja; mleko/
MARCHEW GOTOWANA spec. 150 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: 2189 kcal

BIAŁKO 47,66 g; WĘGLOWODANY 381,00 g; Cukry proste 61,21 g; TŁUSZCZE 60,58 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 27,45 g; BŁONNIK 37,27 g; Sól 3,98 g

DIETA CUKRZYCOWA

Śniadanie

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

SER ŻÓŁTY 30 G /alergeny: mleko/
WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

Obiad

BARSZCZ Z ZIEMNIAKAMI 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 KAPUSTY KISZONEJ b/c 100 G
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Podwieczorek

MAŚLANKA 200 ML /alergeny: mleko/

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
POLĘDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/
SAŁATA 15 G
CHLEB GRAHAM (4 KROMKI) 120 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 1889 kcal

BIĄŁKO 121,20 g; WĘGLOWODANY 224,36 g; Cukry proste 32,51 g; TŁUSZCZE 61,60 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 29,20 g; BŁONNIK 27,55 g; Sól 7,01 g

DIETA BEZGLUTENOWA

Śniadanie

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

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

POMIDOR 70 G

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Obiad

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

BISZKOPTY BEZGLUTENOWE /alergeny: jaja/

Kolacja

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

SZYNKA 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: 2180 kcal

BIAŁKO 114,93 g; WĘGLOWODANY 270,94 g; Cukry proste 31,73 g; TŁUSZCZE 77,82 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 31,54 g; BŁONNIK 19,99 g; Sól 3,95 g

DIETA BEZMLECZNA

Śniadanie

OWSIANKA Z BRZOSKWINIĄ 250 G /alergeny: gluten; soja/
PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/
POMIDOR 70 G
SAŁATA 15 G
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
HERBATA 200 G

Obiad

ZIEMNIACZANA 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)

Kolacja

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
POLĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
SAŁATA 15 G
MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2146 kcal

BIAŁKO 125,31 g; WĘGLOWODANY 298,10 g; Cukry proste 52,93 g; TŁUSZCZE 55,87 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 15,48 g; BŁONNIK 27,71 g; Sól 4,38 g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
POŁĘDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
POMIDOR BEZ SKÓRKI 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

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 NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Podwieczorek

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
POŁĘDWICA SOPOCKA 50 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: 2313 kcal

BIAŁKO 128,73 g; WĘGLOWODANY 283,25 g; Cukry proste 57,52 g; TŁUSZCZE 79,10 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 42,28 g; BŁONNIK 27,19 g; Sól 5,57 g

DIETA HIPOALERGICZNA

Śniadanie

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

JABŁKO 200 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)

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (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: 1943 kcal

BIAŁKO 115,16 g; WĘGLOWODANY 228,17 g; Cukry proste 30,77 g; TŁUSZCZE 68,71 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 32,02 g; BŁONNIK 24,64 g; Sól 3,07 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 NISKOSODOWA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
PASTA Z KURCZAKA spec. 120 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

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)
PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/
SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Kolacja

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

Cały dzień

Kaloryczność: 2220 kcal

BIAŁKO 140,47 g; WĘGLOWODANY 279,34 g; Cukry proste 46,81 g; TŁUSZCZE 65,01 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 23,53 g; BŁONNIK 24,65 g; Sól 3,97 g

DIETA PAPKOWATA

Śniadanie

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

BARSZCZ Z ZIEMNIAKAMI 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 NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
SCHAB GOTOWANY spec. 100 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: 2278 kcal

BIAŁKO 130,76 g; WĘGLOWODANY 275,90 g; Cukry proste 54,21 g; TŁUSZCZE 76,97 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 40,60 g; BŁONNIK 24,87 g; Sól 4,83 g

DIETA PŁYNNA

Śniadanie

PŁYNNA MLECZNA Z RYŻEM 500 ML (G) /alergeny: 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

RYŻOWA spec. 400 ML

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

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

Cały dzień

Kaloryczność: 1911 kcal

BIAŁKO 94,81 g; WĘGLOWODANY 225,78 g; Cukry proste 135,80 g; TŁUSZCZE 70,47 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 32,63 g; BŁONNIK 5,57 g; Sól 2,00 g

DIETA ROZDROBNIONA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
PASTA Z JAJ 100 G /alergeny: jaja; mleko; gorczyca/
POLĘDWICA 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

BARSZCZ Z ZIEMNIAKAMI 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 spec. 150 G (G)
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

Kolacja

POLĘDWICA 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: 2146 kcal

BIAŁKO 106,85 g; WĘGLOWODANY 275,53 g; Cukry proste 53,63 g; TŁUSZCZE 72,92 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 37,84 g; BŁONNIK 24,41 g; Sól 5,35 g

DIETA WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
POLĘDWICA DROBIOWA 70 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
SAŁATA 15 G
POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G
JABŁKO GOTOWANE 250 G (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

ZIEMNIACZANA 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)

Kolacja

POLĘDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/
TWARÓG W PLASTRACH 50 G /alergeny: mleko/
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: 1875 kcal

BIAŁKO 91,83 g; WĘGLOWODANY 290,44 g; Cukry proste 61,71 g; TŁUSZCZE 43,57 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 19,91 g; BŁONNIK 27,42 g; Sól 5,56 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

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)
KLUSKI ŚLASKIE 300 G (G) /alergeny: jaja; mleko/
MARCHEW GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Kolacja

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: 2133 kcal

BIAŁKO 77,08 g; WĘGLOWODANY 309,08 g; Cukry proste 49,41 g; TŁUSZCZE 69,84 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 39,18 g; BŁONNIK 23,03 g; Sól 4,09 g