

Jadłospis z dnia: 2024-09-27

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

BARSZCZ Z ZIEMNIAKAMI 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

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

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)



Kolacja

TWARÓG ZE SZCZYPIORKIEM 120 G /alergeny: mleko/

POŁĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/

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: 2245 kcal

BIAŁKO 100,93 g; WĘGLOWODANY 248,84 g; Cukry proste 51,20 g; TŁUSZCZE 97,74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 48,51 g; BŁONNIK 21,43 g; Sól 23,05 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

BARSZCZ Z ZIEMNIAKAMI 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

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

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

SURÓWKA Z MARCHWI 100 G /alergeny: mleko/

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

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: 2095 kcal

BIAŁKO 101,18 g; WĘGLOWODANY 270,56 g; Cukry proste 56,10 g; TŁUSZCZE 72,22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 39,63 g; BŁONNIK 26,02 g; Sól 5,09 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

JABŁKO 250 G
WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

Obiad

BARSZCZ Z ZIEMNIAKAMI 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/
SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
SURÓWKA Z MARCHWI b/c 100 G /alergeny: mleko/
ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

Podwieczorek

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
PIECZYWO CHRUPKIE PEŁNOZIARNISTE (3szt.) 17 G /alergeny: gluten/

Kolacja

TWARÓG ZE SZCZYPIORKIEM 120 G /alergeny: mleko/
POLEDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/
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: 2002 kcal

BIAŁKO 115,74 g; WĘGLOWODANY 271,18 g; Cukry proste 61,95 g; TŁUSZCZE 57,19 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 28,43 g; BŁONNIK 38,04 g; Sól 7,61 g

DIETA BEZGLUTENOWA

Śniadanie

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

KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/
MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
JABŁKO 250 G

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: 2132 kcal

BIAŁKO 102,41 g; WĘGLOWODANY 274,37 g; Cukry proste 66,11 g; TŁUSZCZE 71,84 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 30,31 g; BŁONNIK 26,37 g; Sól 3,89 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)
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/
MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

Kolacja

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
POLĘDWICA SOPOCKA 30 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: 1982 kcal

BIAŁKO 109,02 g; WĘGLOWODANY 288,17 g; Cukry proste 43,93 g; TŁUSZCZE 48,65 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 13,76 g; BŁONNIK 25,32 g; Sól 5,04 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

BARSZCZ Z ZIEMNIAKAMI 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

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

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

SURÓWKA Z MARCHWI 100 G /alergeny: mleko/

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

Podwieczorek

BUDYŃ 200 G (G) /alergeny: mleko/

Kolacja

POŁĘDWICA 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: 2359 kcal

BIAŁKO 116,75 g; WĘGLOWODANY 308,53 g; Cukry proste 81,71 g; TŁUSZCZE 77,82 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 42,64 g; BŁONNIK 26,12 g; Sól 5,93 g

DIETA HIPOALERGICZNA

Śniadanie

PASTA ZE SCHABU na spec. 100 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)

KURCZAK GOT - W CAŁOŚCI spec. 180 G (G)

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

JABŁKO 250 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: 2108 kcal

BIAŁKO 122,24 g; WĘGLOWODANY 254,68 g; Cukry proste 52,40 g; TŁUSZCZE 72,64 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 32,95 g; BŁONNIK 29,42 g; Sól 3,15 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

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

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G

POŁĘDWICA 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

JABŁKO 250 G

Kolacja

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

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: 2230 kcal

BIAŁKO 52,58 g; WĘGLOWODANY 377,15 g; Cukry proste 69,36 g; TŁUSZCZE 65,34 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 28,69 g; BŁONNIK 41,38 g; Sól 3,96 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-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

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

Obiad

KOPERKOWA spec. 400 ML (G)

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

SURÓWKA Z MARCHWI 100 G /alergeny: mleko/

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

JABŁKO 250 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-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2090 kcal

BIAŁKO 119,06 g; WĘGLOWODANY 284,26 g; Cukry proste 64,20 g; TŁUSZCZE 58,32 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 22,70 g; BŁONNIK 28,06 g; Sól 3,98 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

BARSZCZ Z ZIEMNIAKAMI 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 KOPERKIEM 200 G (G)

Kolacja

POŁĘDWICA SOPOCKA 30 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: 2033 kcal

BIAŁKO 98,98 g; WĘGLOWODANY 259,95 g; Cukry proste 52,89 g; TŁUSZCZE 70,68 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 37,69 g; BŁONNIK 24,38 g; Sól 5,07 g

DIETA PŁYNNA

Śniadanie

PŁYNNA 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

GRYSIKOWA spec. 400 ML (G) /alergeny: gluten/

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

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

Cały dzień

Kaloryczność: 1854 kcal

BIAŁKO 96,40 g; WĘGLOWODANY 219,03 g; Cukry proste 134,27 g; TŁUSZCZE 66,71 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 32,41 g; BŁONNIK 6,31 g; Sól 2,08 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

BARSZCZ Z ZIEMNIAKAMI 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

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

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

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

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (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: 2116 kcal

BIAŁKO 104,79 g; WĘGLOWODANY 268,93 g; Cukry proste 53,75 g; TŁUSZCZE 73,43 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 39,11 g; BŁONNIK 25,10 g; Sól 5,40 g

DIETA WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

Śniadanie

MLECZNA Z KASZA JECZMIENNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
POLĘDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
JOGURT NATURALNY 150 G /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

KOPERKOWA spec. 400 ML (G)
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/
MARCHEW GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: gluten; mleko/
ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

Kolacja

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G
TWARÓG W PLASTRACH 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: 1931 kcal

BIAŁKO 111,87 g; WĘGLOWODANY 271,18 g; Cukry proste 51,29 g; TŁUSZCZE 49,08 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 24,13 g; BŁONNIK 25,14 g; Sól 4,67 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-ŻYTNIA (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

Kolacja

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

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

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: 2343 kcal

BIAŁKO 76,06 g; WĘGLOWODANY 332,79 g; Cukry proste 55,39 g; TŁUSZCZE 86,46 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 41,72 g; BŁONNIK 37,41 g; Sól 3,86 g