

Jadłospis z dnia: 2024-10-09

SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

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

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

PASTA Z SOCZEWICY I MARCHEWKI 70 G /alergeny: gluten; orzechy; soja; seler; gorczyca; sezam/

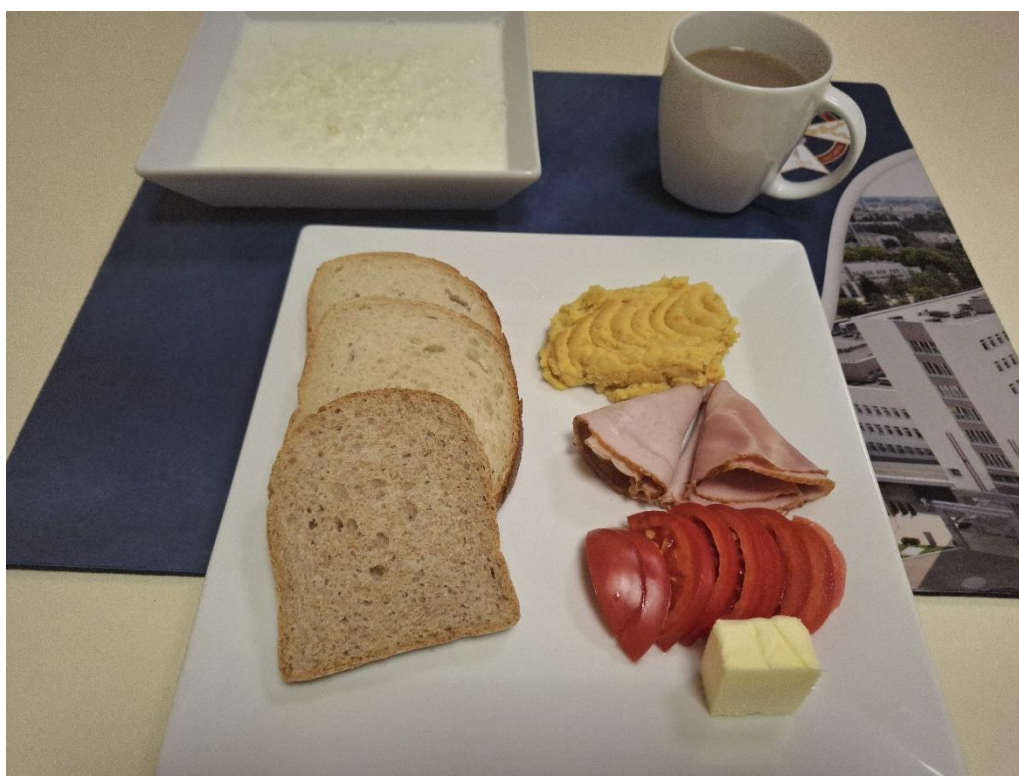
POMIDOR 70 G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNY (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 KAPUSTA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler; gorczyca/

KOTLET Z KURCZAKA -PIERŚ 120 G (S) /alergeny: gluten; jaja/

BURACZKI NA CIEPŁO 150 G (S) /alergeny: gluten; mleko/

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)



Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

POŁĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/

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

CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2338 kcal

BIĄŁKO 113,69 g; WĘGLOWODANY 297,42 g; Cukry proste 59,84 g; TŁUSZCZE 82,61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 38,13 g; BŁONNIK 30,65 g; Sól 4,30 g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
JOGURT NATURALNY 150 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

MARCHWIANKA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
SCHAB GOTOWANY 100 G (G)
SOS JARZYNOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
POLĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/
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
CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2175 kcal

BIAŁKO 114,16 g; WĘGLOWODANY 288,30 g; Cukry proste 68,26 g; TŁUSZCZE 67,46 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 39,03 g; BŁONNIK 25,55 g; Sól 4,55 g

DIETA CUKRZYCOWA

Śniadanie

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

PASTA Z SOCZEWICY I MARCHEWKI 70 G /alergeny: gluten; orzechy; soja; seler; gorczyca; 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

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

Obiad

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

SCHAB GOTOWANY 100 G (G)

SOS JARZYNOWY 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)

Podwieczorek

JABŁKO 250 G

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

POLĘDWICA SOPOCKA 50 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

CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2050 kcal

BIAŁKO 126,93 g; WĘGLOWODANY 275,18 g; Cukry proste 61,07 g; TŁUSZCZE 57,88 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 28,82 g; BŁONNIK 42,57 g; Sól 6,70 g

DIETA BEZGLUTENOWA

Śniadanie

RYŻ Z BRZOSKWINIĄ b/ml 300 G

SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G

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

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)

BURAKI GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 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

CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2305 kcal

BIAŁKO 122,73 g; WĘGLOWODANY 292,36 g; Cukry proste 67,79 g; TŁUSZCZE 73,81 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 32,44 g; BŁONNIK 24,80 g; Sól 3,17 g

DIETA BEZMLECZNA

Śniadanie

RYŻ Z BRZOSKWINIĄ b/ml 300 G
SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G
SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
POMIDOR 70 G
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
HERBATA 200 G

Obiad

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)
SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)
BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
POLĘDWICA SOPOCKA 30 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
CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2254 kcal

BIAŁKO 131,75 g; WĘGLOWODANY 328,67 g; Cukry proste 63,31 g; TŁUSZCZE 51,11 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 16,19 g; BŁONNIK 27,40 g; Sól 4,23 g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
POMIDOR 70 G
JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

MARCHWIANKA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)
SOS JARZYNOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (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-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G
CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2440 kcal

BIAŁKO 129,77 g; WĘGLOWODANY 326,45 g; Cukry proste 93,93 g; TŁUSZCZE 73,07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 42,03 g; BŁONNIK 25,75 g; Sól 5,39 g

DIETA HIPOALERGICZNA

Śniadanie

SZYNKA GOTOWANA 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

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)

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

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

Kolacja

RYŻ Z JABŁKIEM b/ml 300 G (G)

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: 2341 kcal

BIAŁKO 115,91 g; WĘGLOWODANY 327,27 g; Cukry proste 77,20 g; TŁUSZCZE 69,83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 33,48 g; BŁONNIK 31,38 g; Sól 3,29 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 BRZOSKWINIĄ b/ml 300 G

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 30 G /alergeny: soja/

POMIDOR 70 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Obiad

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

GULASZ ZIEMNIACZANO JARZYNOWY 350 G (G) /alergeny: gluten; seler/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

SAŁATKA MAKARONOWA JARSKA 200 G /alergeny: gluten; jaja; mleko; gorczyca/

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

CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2124 kcal

BIAŁKO 51,79 g; WĘGLOWODANY 368,87 g; Cukry proste 64,47 g; TŁUSZCZE 56,34 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 25,64 g; BŁONNIK 35,79 g; Sól 3,75 g

DIETA NISKOSODOWA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G
OGÓREK ŚWIEŻY 50 G
JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)
SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)
BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
SAŁATA 15 G
TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
HERBATA 200 G
CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2241 kcal

BIAŁKO 147,29 g; WĘGLOWODANY 277,99 g; Cukry proste 65,82 g; TŁUSZCZE 64,61 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 25,07 g; BŁONNIK 23,99 g; Sól 3,66 g

DIETA PAPKOWATA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
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 (G)
SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)
BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
POLĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
HERBATA 200 G
CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2147 kcal

BIAŁKO 114,84 g; WĘGLOWODANY 275,73 g; Cukry proste 64,19 g; TŁUSZCZE 69,20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,83 g; BŁONNIK 22,81 g; Sól 4,74 g

DIETA PŁYNNA

Śniadanie

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

Drugie śniadanie

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G)

Obiad

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G)

Podwieczorek

JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

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

Cały dzień

Kaloryczność: 1782 kcal

BIAŁKO 88,78 g; WĘGLOWODANY 199,89 g; Cukry proste 111,90 g; TŁUSZCZE 70,56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,66 g; BŁONNIK 7,60 g; Sól 2,18 g

DIETA ROZDROBNIONA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
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 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)
SOS JARZYNOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 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
CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2187 kcal

BIAŁKO 117,81 g; WĘGLOWODANY 285,76 g; Cukry proste 66,47 g; TŁUSZCZE 68,11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 39,31 g; BŁONNIK 24,73 g; Sól 4,84 g

DIETA WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
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 (G)
SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)
MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

Kolacja

TWARÓG W PLASTRACH 50 G /alergeny: mleko/
POLĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
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: 1946 kcal

BIAŁKO 104,55 g; WĘGLOWODANY 282,92 g; Cukry proste 67,11 g; TŁUSZCZE 49,32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 23,58 g; BŁONNIK 26,67 g; Sól 4,98 g

DIETA WEGETARIAŃSKA

Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/
PASTA Z SOCZEWICY I MARCHEWKI 70 G /alergeny: gluten; orzechy; soja; seler; gorczyca; sezam/
POMIDOR 70 G
JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
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 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
GULASZ ZIEMNIACZANO JARZYNOWY 350 G (G) /alergeny: gluten; seler/
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

SAŁATKA MAKARONOWA JARSKA 200 G /alergeny: gluten; jaja; mleko; gorczyca/
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: 2298 kcal

BIAŁKO 83,68 g; WĘGLOWODANY 344,35 g; Cukry proste 70,19 g; TŁUSZCZE 72,61 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 35,95 g; BŁONNIK 37,97 g; Sól 3,59 g