

Jadłospis z dnia: 2024-10-14

**SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU**

**(G) – Gotowanie**

**(S) – Smażenie**

**(P) – Pieczenie**

**(D) - Duszenie**

**DIETA PODSTAWOWA**

**Śniadanie**

MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/

OGÓREK ŚWIEŻY 50 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

MIÓD 25 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

KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY 400 ML (G) /alergeny: gluten; seler/

GULASZ Z SZYNKI WIEPRZOWEJ 200 G (D) /alergeny: gluten/

SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z SEZAMEM 100G /alergeny: gluten; soja; seler; gorczyca/

KASZA JĘCZMIENNA 200 G (G) /alergeny: gluten/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)



## Kolacja

POŁĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/

POMIDOR 70 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

CYTRYNA 15 G

## Cały dzień

Kaloryczność: 2341 kcal

BIAŁKO 105,83 g; WĘGLOWODANY 296,78 g; Cukry proste 74,67 g; TŁUSZCZE 86,72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 40,42 g; BŁONNIK 29,92 g; Sól 5,73 g

## DIETA ŁATWOSTRAWNA

### Śniadanie

MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

RUKOLA 10 G

MIÓD 25 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

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

### Obiad

SELEROWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G

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

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

KASZA JĘCZMIENNA 200 G (G) /alergeny: gluten/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

POŁĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/

POMIDOR 70 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: 2153 kcal

BIAŁKO 100,07 g; WĘGLOWODANY 302,67 g; Cukry proste 77,42 g; TŁUSZCZE 65,94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 35,14 g; BŁONNIK 30,66 g; Sól 5,89 g

## DIETA CUKRZYCOWA

### **Śniadanie**

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/

OGÓREK ŚWIEŻY 50 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**

SOK POMIDOROWY 300 ML

WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

### **Obiad**

KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY 400 ML (G) /alergeny: gluten; seler/

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G

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

SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z SEZAMEM 100G /alergeny: gluten; soja; seler; gorczyca/

KASZA JĘCZMIENNA 200 G (G) /alergeny: gluten/

KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)

### **Podwieczorek**

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

### **Kolacja**

POLĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/

POMIDOR 70 G

WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/

CHLEB GRAHAM ( 4 KROMKI ) 120 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2021 kcal

BIAŁKO 116,32 g; WĘGLOWODANY 260,02 g; Cukry proste 35,14 g; TŁUSZCZE 63,67 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 29,03 g; BŁONNIK 34,13 g; Sól 7,39 g

## DIETA BEZGLUTENOWA

### Śniadanie

JAGLANKA Z MUSEM JABŁKOWYM B/ML 300 G (G) /alergeny: soja/  
SZYNKA BEZGLUTENOWA 70 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/  
RUKOLA 10 G  
MIÓD 25 G  
SOK POMIDOROWY 300 ML  
CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G  
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/  
HERBATA 200 G

### Obiad

BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)  
SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G  
MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)  
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)  
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

SZYNKA BEZGLUTENOWA 70 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/  
JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/  
POMIDOR 70 G  
MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G  
CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G  
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/  
HERBATA 200 G  
CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2033 kcal

BIAŁKO 80,60 g; WĘGLOWODANY 282,46 g; Cukry proste 80,99 g; TŁUSZCZE 67,24 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 28,59 g; BŁONNIK 26,20 g; Sól 4,65 g

### **Śniadanie**

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

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

RUKOLA 10 G

MIÓD 25 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

HERBATA 200 G

### **Obiad**

BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)

SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

KASZA JĘCZMIENNA 200 G (G) /alergeny: gluten/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### **Kolacja**

POŁĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/

POMIDOR 70 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: 2029 kcal

BIAŁKO 93,47 g; WĘGLOWODANY 323,06 g; Cukry proste 76,26 g; TŁUSZCZE 46,22 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 12,56 g; BŁONNIK 29,41 g; Sól 5,61 g

## DIETA BOGATOBIAŁKOWA

### Śniadanie

MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

RUKOLA 10 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

SELEROWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/

SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G

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

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

KASZA JĘCZMIENNA 200 G (G) /alergeny: gluten/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Podwieczorek

JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/

### Kolacja

POŁĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

POMIDOR 70 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: 2351 kcal

BIAŁKO 128,33 g; WĘGLOWODANY 294,26 g; Cukry proste 66,42 g; TŁUSZCZE 78,47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 39,03 g; BŁONNIK 28,33 g; Sól 4,94 g

## DIETA HIPOALERGICZNA

### **Śniadanie**

KURCZAK GOTOWANY - PIERŚ 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)

SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

### **Kolacja**

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2062 kcal

BIAŁKO 116,16 g; WĘGLOWODANY 262,37 g; Cukry proste 48,47 g; TŁUSZCZE 66,33 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 30,32 g; BŁONNIK 28,28 g; Sól 3,35 g



### **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 NISKOBIAŁKOWA

### Śniadanie

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

WĘDLINA DROBIOWA 30 G /alergeny: mleko/

RUKOLA 10 G

MIÓD 25 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### Obiad

SELEROWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/

RISOTTO Z WARZYWAMI 350 G (G) /alergeny: seler/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

ZIEMNIAKI FASZEROWANE 300 G (P) /alergeny: mleko; seler/

POŁĘDWICA W MAJERANKU 30 G /alergeny: soja; mleko/

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 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: 2225 kcal

BIAŁKO 59,99 g; WĘGLOWODANY 389,71 g; Cukry proste 74,51 g; TŁUSZCZE 54,85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 28,14 g; BŁONNIK 38,13 g; Sól 3,66 g

## DIETA NISKOSODOWA

### Śniadanie

MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

KURCZAK GOTOWANY - PIERŚ spec. 150 G (G)

RUKOLA 10 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

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

### Obiad

SELEROWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/

SZYŃKA GOTOWANA spec. 120 G

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

KASZA JĘCZMIENNA 200 G (G) /alergeny: gluten/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/

OGÓREK ŚWIEŻY 50 G

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2036 kcal

BIAŁKO 132,15 g; WĘGLOWODANY 263,11 g; Cukry proste 49,98 g; TŁUSZCZE 55,67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 18,26 g; BŁONNIK 26,95 g; Sól 3,76 g

## DIETA PAPKOWATA

### **Śniadanie**

MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

MIÓD 25 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

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

### **Obiad**

SELEROWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/

SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### **Kolacja**

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

POLĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; 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: 2113 kcal

BIAŁKO 102,92 g; WĘGLOWODANY 286,43 g; Cukry proste 75,17 g; TŁUSZCZE 67,22 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 33,99 g; BŁONNIK 28,53 g; Sól 6,08 g

## DIETA PŁYNNNA

### Śniadanie

PŁYNNNA 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)

KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G)

### Podwieczorek

JOGURT OWOCOWY 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: 1695 kcal

BIAŁKO 88,65 g; WĘGLOWODANY 190,00 g; Cukry proste 106,35 g; TŁUSZCZE 64,89 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 31,33 g; BŁONNIK 6,16 g; Sól 1,97 g

## DIETA ROZDROBNIONA

### Śniadanie

MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

MIÓD 25 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

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

### Obiad

SELEROWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/

SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

POŁĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/

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

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: 2113 kcal

BIAŁKO 102,92 g; WĘGLOWODANY 286,43 g; Cukry proste 75,17 g; TŁUSZCZE 67,22 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 33,99 g; BŁONNIK 28,53 g; Sól 6,08 g

### **Śniadanie**

MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

KURCZAK GOTOWANY - PIERŚ spec. 150 G (G)

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

RUKOLA 10 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**

BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)

SZYŃKA GOTOWANA spec. 120 G

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

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

### **Kolacja**

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

POLĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

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

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2150 kcal

BIAŁKO 153,00 g; WĘGLOWODANY 266,14 g; Cukry proste 57,95 g; TŁUSZCZE 57,64 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 25,09 g; BŁONNIK 26,13 g; Sól 4,63 g

## DIETA WEGETARIAŃSKA

### Śniadanie

MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/

MIÓD 25 G

RUKOLA 10 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)

RISOTTO Z WARZYWAMI 350 G (G) /alergeny: seler/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

ZIEMNIAKI FASZEROWANE 300 G (P) /alergeny: mleko; seler/

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

POMIDOR 70 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: 2370 kcal

BIAŁKO 71,60 g; WĘGLOWODANY 358,80 g; Cukry proste 72,36 g; TŁUSZCZE 78,86 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 39,85 g; BŁONNIK 34,87 g; Sól 4,01 g