

Jadłospis z dnia: 2024-11-18

**SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU**

**(G) – Gotowanie**

**(S) – Smażenie**

**(P) – Pieczenie**

**(D) - Duszenie**

**DIETA PODSTAWOWA**

**Śniadanie**

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

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

MOZZARELLA 60 G /alergeny: mleko/

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**

ZUPA Z FASOLKI SZPARAGOWEJ 400 ML (G) /alergeny: mleko; seler/

KLOPSIKI WIEPRZOWE 130 G (D) /alergeny: gluten; jaja/

SOS GRZYBOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko/

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)



### **Kolacja**

SCHAB PIECZONY 50 G /alergeny: mleko/

OGÓREK KISZONY 70 G

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

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

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: 2306 kcal

BIAŁKO 111,31 g; WĘGLOWODANY 275,37 g; Cukry proste 48,36 g; TŁUSZCZE 89,91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 46,85 g; BŁONNIK 28,90 g; Sól 5,27 g

## DIETA ŁATWOSTRAWNA

### Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

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

POMIDOR 70 G

DŻEM 25 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/

KURCZAK GOTOWANY - UDO 180 G (G)

SOS BIAŁY DIET 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

SCHAB PIECZONY 50 G /alergeny: mleko/

TWARÓG W PLASTRACH 50 G /alergeny: mleko/

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2092 kcal

BIAŁKO 107,67 g; WĘGLOWODANY 271,66 g; Cukry proste 56,61 g; TŁUSZCZE 68,64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 35,27 g; BŁONNIK 27,15 g; Sól 3,21 g

## DIETA CUKRZYCOWA

### Śniadanie

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

MOZZARELLA 60 G /alergeny: mleko/

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

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

### Obiad

ZUPA Z FASOLKI SZPARAGOWEJ 400 ML (G) /alergeny: mleko; seler/

KURCZAK GOTOWANY - UDO 180 G (G)

SOS BIAŁY DIET 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

SAŁATA LODOWA Z MARCHEWKĄ I OGÓRKIEM 100 G

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)

### Podwieczorek

JABŁKO 200 G

### Kolacja

SCHAB PIECZONY 70 G /alergeny: mleko/

TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/

OGÓREK KISZONY 70 G

PIECZYWO CHRUPKIE PEŁNOZIARNISTE (3szt.) 17 G /alergeny: gluten/

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

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2025 kcal

BIAŁKO 124,48 g; WĘGLOWODANY 242,68 g; Cukry proste 42,61 g; TŁUSZCZE 67,70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 31,66 g; BŁONNIK 33,15 g; Sól 5,62 g

## DIETA BEZGLUTENOWA

### Śniadanie

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)

SZYNKA BEZGLUTENOWA 70 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/

POMIDOR 70 G

DŻEM 25 G

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### Obiad

KOPERKOWA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY - UDO 180 G (G)

BROKUŁY 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 70 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/

SOK POMIDOROWY 300 ML

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2022 kcal

BIAŁKO 123,66 g; WĘGLOWODANY 198,54 g; Cukry proste 39,20 g; TŁUSZCZE 83,79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 33,89 g; BŁONNIK 23,03 g; Sól 4,62 g

## DIETA BEZMLECZNA

### Śniadanie

OWSIANKA Z TRUSKAWKAMI b/ml 300 G (G) /alergeny: gluten; soja/

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

POMIDOR 70 G

DŻEM 25 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

HERBATA 200 G

### Obiad

KOPERKOWA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY - UDO 180 G (G)

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

SCHAB PIECZONY 50 G /alergeny: mleko/

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2132 kcal

BIAŁKO 113,35 g; WĘGLOWODANY 295,22 g; Cukry proste 61,49 g; TŁUSZCZE 61,07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 16,48 g; BŁONNIK 29,92 g; Sól 3,04 g

## DIETA BOGATOBIAŁKOWA

### Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

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

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

POMIDOR 70 G

DŻEM 25 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

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

KURCZAK GOTOWANY - UDO 180 G (G)

SOS BIAŁY DIET 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Podwieczorek

JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/

### Kolacja

SCHAB PIECZONY 70 G /alergeny: mleko/

TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

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

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2234 kcal

BIAŁKO 126,08 g; WĘGLOWODANY 293,19 g; Cukry proste 71,10 g; TŁUSZCZE 66,64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 33,32 g; BŁONNIK 27,60 g; Sól 3,67 g

## DIETA HIPOALERGICZNA

### Śniadanie

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (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 GOTOWANY - UDO 180 G (G)

BROKUŁY GOTOWANE 120 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: 2137 kcal

BIAŁKO 110,16 g; WĘGLOWODANY 262,28 g; Cukry proste 41,40 g; TŁUSZCZE 76,76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 33,66 g; BŁONNIK 26,84 g; Sól 3,18 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 NISKOBIAŁKOWA

### Śniadanie

OWSIANKA Z TRUSKAWKAMI b/ml 300 G (G) /alergeny: gluten; soja/

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

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G

DŻEM 25 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)

MEDALIONY WARZYWNE 350 G (P) /alergeny: gluten; jaja; mleko/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

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

SCHAB PIECZONY 30 G /alergeny: mleko/

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2226 kcal

BIAŁKO 61,21 g; WĘGLOWODANY 353,13 g; Cukry proste 70,87 g; TŁUSZCZE 70,52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 30,59 g; BŁONNIK 37,95 g; Sól 2,72 g

## DIETA NISKOSODOWA

### Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

SCHAB GOTOWANY 100 G (G)

OGÓREK ŚWIEŻY 50 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

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

### Obiad

KOPERKOWA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY - UDO 180 G (G)

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/

OGÓREK ŚWIEŻY 50 G

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2113 kcal

BIAŁKO 130,28 g; WĘGLOWODANY 261,92 g; Cukry proste 43,94 g; TŁUSZCZE 65,27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 21,22 g; BŁONNIK 24,94 g; Sól 3,36 g

## DIETA PAPKOWATA

### Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

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

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

DŻEM 25 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/

KURCZAK GOTOWANY - UDO 180 G (G)

SOS BIAŁY DIET 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

SCHAB PIECZONY 50 G /alergeny: mleko/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2272 kcal

BIAŁKO 123,37 g; WĘGLOWODANY 280,77 g; Cukry proste 63,35 g; TŁUSZCZE 77,46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 40,57 g; BŁONNIK 26,34 g; Sól 3,51 g

## DIETA PŁYNNNA

### Śniadanie

PŁYNNNA MLECZNA Z ZACIERKA 500 ML (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/

Drugie śniadanie

JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/

KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G)

### 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 (G)

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

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

### Cały dzień

Kaloryczność: 1940 kcal

BIAŁKO 97,09 g; WĘGLOWODANY 228,55 g; Cukry proste 135,81 g; TŁUSZCZE 71,47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,94 g; BŁONNIK 5,67 g; Sól 2,03 g

## DIETA ROZDROBNIONA

### Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

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

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

DŻEM 25 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)

KURCZAK GOTOWANY - UDO 180 G (G)

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

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

SCHAB PIECZONY 50 G /alergeny: mleko/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2335 kcal

BIAŁKO 121,48 g; WĘGLOWODANY 288,38 g; Cukry proste 60,09 g; TŁUSZCZE 81,69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 40,90 g; BŁONNIK 24,64 g; Sól 3,33 g

## DIETA WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

### Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

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

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

KOPERKOWA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY - UDO 180 G (G)

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

### Kolacja

SCHAB PIECZONY 70 G /alergeny: mleko/

TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

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

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2069 kcal

BIAŁKO 117,20 g; WĘGLOWODANY 278,30 g; Cukry proste 57,24 g; TŁUSZCZE 58,67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 25,79 g; BŁONNIK 25,59 g; Sól 3,28 g

## DIETA WEGETARIAŃSKA

### Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

MOZZARELLA 60 G /alergeny: mleko/

POMIDOR 70 G

DŻEM 25 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)

MEDALIONY WARZYWNE 350 G (P) /alergeny: gluten; jaja; mleko/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

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

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2372 kcal

BIAŁKO 76,88 g; WĘGLOWODANY 332,85 g; Cukry proste 65,56 g; TŁUSZCZE 87,83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 44,32 g; BŁONNIK 33,28 g; Sól 3,52 g