

Jadłospis z dnia: 2024-12-02

**SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU**

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

**DIETA PODSTAWOWA**

**Śniadanie**

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

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

POMIDOR 70 G

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**

MARCHWIANKA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

SZYNKA DUSZONA W SOSIE WŁASNYM 130 G (D) /alergeny: gluten/

KALAFIOR GOTOWANY 120 G (G)

RYŻ 180 G

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

CIASTEczKA ZBOŻOWE B/CIUKRU 50G /alergeny: gluten; soja; mleko; orzechy/



### Kolacja

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

POWIDŁA 25 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

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: 2294 kcal

BIAŁKO 99,04 g; WĘGLOWODANY 331,40 g; Cukry proste 75,28 g; TŁUSZCZE 70,57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,91 g; BŁONNIK 29,66 g; Sól 7,10 g

### DIETA ŁATWOSTRAWNA

#### Śniadanie

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

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

POMIDOR 70 G

MIÓD 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**

MARCHWIANKA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/

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

KALAFIOR GOTOWANY 120 G (G)

RYŻ 180 G

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

#### **Kolacja**

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

POWIDŁA 25 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

#### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2185 kcal

BIAŁKO 95,73 g; WĘGLOWODANY 334,90 g; Cukry proste 92,56 g; TŁUSZCZE 57,87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 30,97 g; BŁONNIK 32,60 g; Sól 6,97 g

### **DIETA CUKRZYCOWA**

#### **Śniadanie**

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

JOGURT TYPU SKYR 140 G /alergeny: soja; 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**

JABŁKO 250 G

WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

#### **Obiad**

MARCHWIANKA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/

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

KALAFIOR GOTOWANY 120 G (G)

KASZA GRYCZANA 200 G (G) /alergeny: soja; orzechy; gorczyca; łubiny/

KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)

#### **Podwieczorek**

CIASTEczKA ZBOŻOWE B/CUKRU 50G /alergeny: gluten; soja; mleko; orzechy/

#### **Kolacja**

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

SEREK WIEJSKI 150 G /alergeny: mleko/

OGÓREK KONSERWOWY 70 G /alergeny: gorczyca/

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: 2138 kcal

BIAŁKO 129,44 g; WĘGLOWODANY 312,15 g; Cukry proste 54,92 g; TŁUSZCZE 49,30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 21,09 g; BŁONNIK 37,74 g; Sól 8,35 g

#### **DIETA BEZGLUTENOWA**

##### **Śniadanie**

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

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

POMIDOR 70 G

MIÓD 25 G

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

#### **Obiad**

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY - PIERŚ spec. 150 G (G)

KALAFIOR GOTOWANY 120 G (G)

RYŻ 180 G

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

#### **Kolacja**

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

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

POWIDŁA 25 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

#### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2300 kcal

BIAŁKO 105,50 g; WĘGLOWODANY 317,49 g; Cukry proste 101,45 g; TŁUSZCZE 71,23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 28,77 g; BŁONNIK 30,27 g; Sól 4,67 g

#### **DIETA BEZMLECZNA**

#### **Śniadanie**

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

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

POMIDOR 70 G

MIÓD 25 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA 10 G

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

HERBATA 200 G

#### **Obiad**

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/

KALAFIOR GOTOWANY 120 G (G)

RYŻ 180 G

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

#### **Kolacja**

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

POWIDŁA 25 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA 10 G

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

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

#### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2063 kcal

BIAŁKO 87,61 g; WĘGLOWODANY 361,28 g; Cukry proste 96,70 g; TŁUSZCZE 36,74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 9,09 g; BŁONNIK 33,23 g; Sól 6,74 g

### **DIETA BOGATOBIAŁKOWA**

#### **Śniadanie**

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

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

JOGURT TYPU SKYR 140 G /alergeny: soja; mleko/

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**

MARCHWIANKA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/

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

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

RYŻ 180 G

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

#### **Podwieczorek**

BUDYŃ 200 G (G) /alergeny: mleko/

#### **Kolacja**

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

POWIDŁA 25 G

SEREK WIEJSKI 150 G /alergeny: mleko/

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

#### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2386 kcal

BIAŁKO 132,10 g; WĘGLOWODANY 329,35 g; Cukry proste 82,87 g; TŁUSZCZE 65,38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 36,17 g; BŁONNIK 25,90 g; Sól 6,92 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**

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY - PIERŚ 150 G (G) /alergeny: seler/

KALAFIOR GOTOWANY 120 G (G)

RYŻ 180 G

KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (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: 2211 kcal

BIAŁKO 124,98 g; WĘGLOWODANY 287,89 g; Cukry proste 62,88 g; TŁUSZCZE 67,49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 30,41 g; BŁONNIK 29,76 g; Sól 3,32 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**

KASZKA MANNA Z JABŁKIEM b/ml 200G (G) /alergeny: gluten/

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 30 G /alergeny: soja/

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G

MIÓD 25 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

#### **Obiad**

MARCHWIANKA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

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

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

#### **Kolacja**

WARZYWA PIECZONE 350 G (P)

WĘDLINA DROBIOWA 30 G /alergeny: mleko/

KISIEL Z JABŁKIEM 200 G (G)

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

#### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2283 kcal

BIAŁKO 52,94 g; WĘGLOWODANY 419,38 g; Cukry proste 119,43 g; TŁUSZCZE 53,22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 25,38 g; BŁONNIK 44,59 g; Sól 4,32 g

#### **DIETA NISKOSODOWA**

#### **Śniadanie**

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

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)

JOGURT TYPU SKYR 140 G /alergeny: soja; mleko/

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA 10 G

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

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

#### **Obiad**

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/

KALAFIOR GOTOWANY 120 G (G)

RYŻ 180 G

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

#### **Kolacja**

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

OGÓREK ŚWIEŻY 50 G

KISIEL Z JABŁKIEM 200 G (G)

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA 10 G

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

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

#### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2282 kcal

BIAŁKO 140,54 g; WĘGLOWODANY 319,48 g; Cukry proste 85,15 g; TŁUSZCZE 55,08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 17,07 g; BŁONNIK 28,20 g; Sól 3,83 g

#### **DIETA PAPKOWATA**

##### **Śniadanie**

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

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

JOGURT OWOCOWY 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/

PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/

KALAFIOR GOTOWANY 120 G (G)

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

#### **Kolacja**

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

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

SOK POMIDOROWY 300 ML

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

#### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2135 kcal

BIAŁKO 105,38 g; WĘGLOWODANY 293,36 g; Cukry proste 70,02 g; TŁUSZCZE 66,39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 33,70 g; BŁONNIK 32,28 g; Sól 7,01 g

#### **DIETA PŁYNNA**

##### **Śniadanie**

PŁYNNA MLECZNA Z KASZKĄ MANNA 500 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

### **Drugie śniadanie**

JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/

GALARETKA 500 ML

### **Obiad**

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G)

### **Podwieczorek**

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

### **Kolacja**

KALAFIOROWA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

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

### **Cały dzień**

Kaloryczność: 1813 kcal

BIAŁKO 93,93 g; WĘGLOWODANY 216,76 g; Cukry proste 138,06 g; TŁUSZCZE 64,70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 31,32 g; BŁONNIK 8,92 g; Sól 2,12 g

## **DIETA ROZDROBNIONA**

### **Śniadanie**

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

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

JOGURT OWOCOWY 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/

PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/

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

KALAFIOR GOTOWANY 120 G (G)

RYŻ 180 G

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

#### **Kolacja**

WĘDLINA DROBIOWA 50 G /alergeny: mleko/

POWIDŁA 25 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

#### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2166 kcal

BIAŁKO 96,53 g; WĘGLOWODANY 324,53 g; Cukry proste 80,40 g; TŁUSZCZE 59,76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,20 g; BŁONNIK 32,24 g; Sól 6,69 g

### **DIETA WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA**

#### **Śniadanie**

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

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G

JOGURT TYPU SKYR 140 G /alergeny: soja; mleko/

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)

PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

RYŻ 180 G

KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

#### **Kolacja**

WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/

SEREK WIEJSKI 150 G /alergeny: mleko/

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

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

#### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2057 kcal

BIAŁKO 122,76 g; WĘGLOWODANY 298,77 g; Cukry proste 70,36 g; TŁUSZCZE 46,91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 21,46 g; BŁONNIK 28,12 g; Sól 6,60 g

### **DIETA WEGETARIAŃSKA**

#### **Śniadanie**

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

SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/

POMIDOR 70 G

MIÓD 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**

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

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

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

#### **Kolacja**

WARZYWA PIECZONE 350 G (P)

POWIDŁA 25 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

#### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2415 kcal

BIAŁKO 63,97 g; WĘGLOWODANY 395,91 g; Cukry proste 109,09 g; TŁUSZCZE 74,14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 35,39 g; BŁONNIK 47,66 g; Sól 5,57 g