

Jadłospis z dnia: 2024-12-30

SPOSOBY OBRÓBKI POŚIŁKU

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

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

SZYNKOWA 50 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/

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

OGÓREK KONSERWOWY 70 G /alergeny: gorczyca/

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

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

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

SOS POMIDOROWY 100 G /alergeny: gluten; mleko/

SURÓWKA Z KAPUSTY, KUKURYDZY I MARCHEWKI 100 G /alergeny: jaja; mleko; gorczyca/

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)



Kolacja

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

SAŁATA LODOWA 20G

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

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (2 KROMKI) 70 G /alergeny: gluten/

CHLEB GRAHAM (1 KROMKA) 30 G /alergeny: gluten/

MAŚŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2270 kcal

BIAŁKO 96,90 g; WĘGLOWODANY 290,99 g; Cukry proste 58,51 g; TŁUSZCZE 85,34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 40,45 g; BŁONNIK 27,23 g; Sól 7,68 g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie

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

SZYNKOWA 50 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/

JOGURT TYPU SKYR 140 G /alergeny: soja; 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

RYŻOWA 400 ML (G) /alergeny: seler/

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G /alergeny: seler/

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

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

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

SAŁATA LODOWA 20G

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: 2039 kcal

BIAŁKO 97,60 g; WĘGLOWODANY 283,62 g; Cukry proste 65,84 g; TŁUSZCZE 62,18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 34,11 g; BŁONNIK 25,49 g; Sól 5,39 g

DIETA CUKRZYCOWA

Śniadanie

SZYNKOWA 50 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/

OGÓREK KONSERWOWY 70 G /alergeny: gorczyca/

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 TYPU SKYR 140 G /alergeny: soja; mleko/

Obiad

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

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G /alergeny: seler/

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

SURÓWKA Z KAPUSTY, KUKURYDZY I MARCHEWKI 100 G /alergeny: jaja; mleko; gorczyca/

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)

Podwieczorek

JABŁKO 250 G

Kolacja

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 70 G /alergeny: soja/

SAŁATA LODOWA 20G

SOK POMIDOROWY 300 ML

WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/

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

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 1945 kcal

BIAŁKO 107,47 g; WĘGLOWODANY 274,40 g; Cukry proste 54,50 g; TŁUSZCZE 53,20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 23,17 g; BŁONNIK 35,11 g; Sól 9,52 g

DIETA BEZGLUTENOWA

Śniadanie

RYŻ Z BRZOSKWINIĄ b/ml 300 G

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)

DŻEM 25 G

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Obiad

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

SZYNKA GOTOWANA spec. 120 G

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

SAŁATA LODOWA 20G

SOK POMIDOROWY 300 ML

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2226 kcal

BIAŁKO 105,10 g; WĘGLOWODANY 295,92 g; Cukry proste 65,96 g; TŁUSZCZE 72,48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,73 g; BŁONNIK 26,36 g; Sól 4,77 g

DIETA BEZMLECZNA

Śniadanie

RYŻ Z BRZOSKWINIĄ b/ml 300 G

SZYNKOWA 50 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/

DŻEM 25 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

HERBATA 200 G

Obiad

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G /alergeny: seler/

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

SAŁATA LODOWA 20G

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: 2165 kcal

BIAŁKO 96,42 g; WĘGLOWODANY 336,68 g; Cukry proste 63,37 g; TŁUSZCZE 53,53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 15,75 g; BŁONNIK 27,94 g; Sól 5,02 g

DIETA BOGATOBIAŁKOWA

Śniadanie

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

SZYNKOWA 50 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/

JOGURT TYPU SKYR 140 G /alergeny: soja; 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

RYŻOWA 400 ML (G) /alergeny: seler/

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G /alergeny: seler/

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

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

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Podwieczorek

JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

SAŁATA LODOWA 20G

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: 2268 kcal

BIAŁKO 127,51 g; WĘGLOWODANY 297,24 g; Cukry proste 74,80 g; TŁUSZCZE 68,32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 33,37 g; BŁONNIK 26,51 g; Sól 5,80 g

DIETA HIPOALERGICZNA

Śniadanie

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)

RYŻ Z JABŁKIEM b/ml 300 G (G)

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Obiad

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G /alergeny: seler/

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

JABŁKO 250 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: 2455 kcal

BIAŁKO 117,86 g; WĘGLOWODANY 348,66 g; Cukry proste 74,07 g; TŁUSZCZE 70,93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,51 g; BŁONNIK 29,57 g; Sól 3,45 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

RYŻ Z BRZOSKWINIĄ b/ml 300 G

SZYNKOWA 30 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/

DŻEM 25 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Obiad

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

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

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

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

SZYNK WIEPRZOWA GOTOWANA 30 G /alergeny: soja/

SAŁATA LODOWA 20G

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: 2314 kcal

BIAŁKO 53,20 g; WĘGLOWODANY 399,08 g; Cukry proste 69,34 g; TŁUSZCZE 63,38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 27,84 g; BŁONNIK 37,31 g; Sól 3,86 g

DIETA NISKOSODOWA

Śniadanie

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

SCHAB GOTOWANY 100 G (G)

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

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

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

Obiad

RYŻOWA 400 ML (G) /alergeny: seler/

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G /alergeny: seler/

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

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

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

SAŁATA LODOWA 20G

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: 2085 kcal

BIAŁKO 140,30 g; WĘGLOWODANY 274,60 g; Cukry proste 57,61 g; TŁUSZCZE 52,57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 19,59 g; BŁONNIK 26,15 g; Sól 3,76 g

DIETA PAPKOWATA

Śniadanie

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

SZYNKOWA 50 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/

JOGURT TYPU SKYR 140 G /alergeny: soja; 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

RYŻOWA 400 ML (G) /alergeny: seler/

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G /alergeny: seler/

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

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

Kolacja

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

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: 2073 kcal

BIAŁKO 95,37 g; WĘGLOWODANY 296,38 g; Cukry proste 80,37 g; TŁUSZCZE 61,73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 33,55 g; BŁONNIK 28,17 g; Sól 5,32 g

DIETA PŁYNNA

Śniadanie

PŁYNNA MLECZNA Z ZACIERKĄ MAKARONOWĄ 500 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/

Drugie śniadanie

JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/

KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G)

Obiad

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

SCHAB NA DIETĘ PŁYNNĄ 60 G (G)

GALARETKA 500 ML

Podwieczorek

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

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

SCHAB NA DIETĘ PŁYNNĄ 60 G (G)

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

Cały dzień

Kaloryczność: 1930 kcal

BIAŁKO 107,26 g; WĘGLOWODANY 230,87 g; Cukry proste 135,59 g; TŁUSZCZE 64,68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 35,80 g; BŁONNIK 4,71 g; Sól 1,98 g

DIETA ROZDROBNIONA

Śniadanie

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

SZYNKOWA 50 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/

JOGURT TYPU SKYR 140 G /alergeny: soja; 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

RYŻOWA 400 ML (G) /alergeny: seler/

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G /alergeny: seler/

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

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

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250G (G)

Kolacja

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

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: 2128 kcal

BIAŁKO 98,01 g; WĘGLOWODANY 305,05 g; Cukry proste 83,31 g; TŁUSZCZE 62,86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 34,17 g; BŁONNIK 28,82 g; Sól 5,40 g

DIETA WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

Śniadanie

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

SZYNKOWA 50 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/

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

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G /alergeny: seler/

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

Kolacja

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

SAŁATA LODOWA 20G

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: 2090 kcal

BIAŁKO 118,62 g; WĘGLOWODANY 276,14 g; Cukry proste 61,83 g; TŁUSZCZE 61,88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 25,55 g; BŁONNIK 25,87 g; Sól 5,51 g

DIETA WEGETARIAŃSKA

Śniadanie

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

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

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

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

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

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

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

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

SEREK WIEJSKI 150 G /alergeny: mleko/

SAŁATA LODOWA 20G

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: 2032 kcal

BIAŁKO 82,48 g; WĘGLOWODANY 266,18 g; Cukry proste 61,78 g; TŁUSZCZE 75,12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,82 g; BŁONNIK 22,61 g; Sól 4,48 g