

Jadłospis z dnia: 2025-01-24

SPOSOBY OBRÓBKİ POSIŁKU			
(G) – Gotowanie	(S) – Smażenie	(P) – Pieczenie	(D) - Duszenie

### DIETA PODSTAWOWA

#### Śniadanie

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

PASTA Z TUŃCZYKIEM I SERKIEM ŚMIETANKOWYM 70G /alergeny: ryby; mleko/

OGÓREK ŚWIEŻY 50 G

DŻEM 25 G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNİ (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

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

MAKARON Z TWAROGIEM I BRZOSKWINIĄ 350 G /alergeny: gluten; jaja; mleko; seler/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

#### Kolacja

TWARÓG ZE SZCZYPIORKIEM 120 G /alergeny: mleko/

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

PAPRYKA ŚWIEŻA 50 G

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

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

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

#### Cały dzień

Kaloryczność: 2223 kcal

BIAŁKO 102,32 g; WĘGLOWODANY 288,17 g; Cukry proste 67,30 g; TŁUSZCZE 76,84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 45,59 g; BŁONNIK 20,28 g; Sól 4,34 g

## DIETA ŁATWOSTRAWNA

### Śniadanie

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

WĘDLINA DROBIOWA 50 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

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

MAKARON Z TWAROGIEM I BRZOSKWINIĄ 350 G /alergeny: gluten; jaja; mleko; seler/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

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

RUKOLA 10 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: 2133 kcal

BIAŁKO 97,62 g; WĘGLOWODANY 289,44 g; Cukry proste 65,75 g; TŁUSZCZE 67,97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 39,90 g; BŁONNIK 18,38 g; Sól 4,50 g

## DIETA CUKRZYCOWA

### Śniadanie

PASTA Z TUŃCZYKIEM I SERKIEM ŚMIETANKOWYM 70G /alergeny: ryby; mleko/

OGÓREK ŚWIEŻY 50 G

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

CHLEB GRAHAM (3 KROMKI) 90 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

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

### Drugie śniadanie

CIASTEczKO ORZECHOWE b/cukru 50 G /alergeny: orzechy; mleko; orzechy; sezam/

WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

### Obiad

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

RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G (G) /alergeny: ryby; seler/

SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)

### Podwieczorek

KIWI 100 G

### Kolacja

TWARÓG ZE SZCZYPIORKIEM 120 G /alergeny: mleko/

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

PAPRYKA ŚWIEŻA 50 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

### Cały dzień

Kaloryczność: 2070 kcal

BIAŁKO 119,97 g; WĘGLOWODANY 251,87 g; Cukry proste 41,12 g; TŁUSZCZE 67,15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 34,38 g; BŁONNIK 44,98 g; Sól 6,51 g