

Jadłospis z dnia: 2025-01-27

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/

SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/

PAPRYKA KONSERWOWA 70 G /alergeny: gorczyca/

POWIDŁA 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

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

KLOPSIKI Z PIECZARKAMI 150 G (D) /alergeny: gluten; jaja; mleko/

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

SURÓWKA Z MARCHWI I JABLEK 100 G /alergeny: mleko/

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

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/

OGÓREK KISZONY 70 G

SEREK WIEJSKI 150 G /alergeny: mleko/

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

CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2346 kcal

BIAŁKO 102,08 g; WĘGLOWODANY 298,05 g; Cukry proste 53,59 g; TŁUSZCZE 88,85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 45,04 g; BŁONNIK 29,27 g; Sól 8,14 g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie

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

POŁĘDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/

POMIDOR 70 G

POWIDŁA 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

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

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G /alergeny: seler/

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

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

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

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/

POMIDOR 70 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: 2069 kcal

BIAŁKO 103,94 g; WĘGLOWODANY 276,77 g; Cukry proste 47,96 g; TŁUSZCZE 65,32 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 35,89 g; BŁONNIK 24,53 g; Sól 6,02 g

DIETA CUKRZYCOWA

Śniadanie

POŁĘDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/

SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/

PAPRYKA KONSERWOWA 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

MAŚLANKA 200 ML /alergeny: mleko/

WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

Obiad

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

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G /alergeny: seler/

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

SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA b/c 100 G /alergeny: mleko/

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

KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)

Podwieczorek

WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/

Kolacja

POŁĘDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/

OGÓREK KISZONY 70 G

SEREK WIEJSKI ZE SŁONECZNIKIEM 150 G /alergeny: gluten; mleko; orzechy; sezam/

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

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2121 kcal

BIAŁKO 125,91 g; WĘGLOWODANY 263,65 g; Cukry proste 32,72 g; TŁUSZCZE 68,31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,17 g; BŁONNIK 32,20 g; Sól 9,84 g