

Jadłospis na dzień: 01-09-2026, Wtorek

Dieta: 01 z1 Dieta Podstawowa

Śniadanie

Owsianka na mleku ****(Gotowanie)** 300g ***(1, 7, P47)**, Chleb baltonowski ,graham , masło ***(1, 7)**, Szynka Konserwowa Wp-Mielona 50g ***(10)**, Pomidory 150g, Kakao ****(Gotowanie)** 250g ***(1, 7, P47)**

Obiad

Zupa meksykańska z kurczakiem ****(Gotowanie)** 400g ***(9, P24, P28)**, Pierogi leniwe ****(Gotowanie)** 300g ***(1, 3, 7, P47)**, Surówka z marchwi i ananasów z olejem 160g ***(P16, P39)**, Kompot z wiśni mrożonych ****(Gotowanie)** 200g

Kolacja

Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II ***(1, 7)**, Serek Haga 16,66g ***(7)**, Sałata Zielona 25g, Pasta z tuńczyka i jaj 120g ***(3, 4, 9)**

Posiłek Nocny

Serek Wiejski 200g 200g ***(7)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 243,8226	kcal
Białko	164,0730	g
Tłuszcz	91,9976	g
Węglowodany	352,76998	g
w tym NKT	47,6946	g
W tym cukry	63,06454	g
Błonnik	41,7961	g
Magnez	53,4500	mg
Sód	1 487,6035	mg

Dieta: 02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Owsianka na mleku ****(Gotowanie)** 300g ***(1, 7, P47)**, Pieczywo z masłem 1 ***(1, 3, 7)**, Szynka Konserwowa Wp-Mielona 50g ***(10)**, Pomidory 150g, Kakao ****(Gotowanie)** 250g ***(1, 7, P47)**

Obiad

Zupa koperkowa z kaszką manną ****(Gotowanie)** 400g ***(1, 7, 9, 10)**, Filet z indyka ze śliwkami 80g ***(1)**, Ziemniaki z wody ****(Gotowanie warzyw)** 200g, Sałatka z marchwi i jabłek z olejem 160g ***(P39)**, Kompot z wiśni mrożonych

******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z tuńczyka i jaj 120g *(3, 4, 9), Sałata Zielona 25g, Serek Haga 16,66g *(7)

Posiłek Nocny

Serek Wiejski 200g 200g *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 360,4005	kcal
Białko	144,1661	g
Tłuszcz	70,7150	g
Węglowodany	314,08608	g
w tym NKT	30,9540	g
W tym cukry	43,72174	g
Błonnik	36,0921	g
Magnez	83,4892	mg
Sód	1 873,2469	mg

Dieta: 02a Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Owsianka na mleku ******(Gotowanie) 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Szynka Konserwowa Wp-Mielona 50g *(10), Pasta z pieczonych warzyw z oliwą z oliwek 120g *(P50), Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa koperkowa z kaszką manną b/ml ******(Gotowanie) 400g *(1, 9, 10), Filet z indyka ze śliwkami 80g *(1), Ziemniaki z wody ******(Gotowanie warzyw) 200g, Brokuły z wody ******(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot z wiśni mrożonych ******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z tuńczyka i jaj 120g *(3, 4, 9), Serek Haga 16,66g *(7), Sałata Zielona 25g

Posiłek Nocny

Serek Wiejski 200g 200g *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 204,0405	kcal
Białko	138,4431	g
Tłuszcz	68,7210	g
Węglowodany	286,65408	g
w tym NKT	27,4581	g
W tym cukry	34,34674	g
Błonnik	30,9031	g
Magnez	83,4892	mg
Sód	1 817,5069	mg

Dieta: 03 Dieta papkowata

Śniadanie

Owsianka na mleku ******(Gotowanie) 300g *****(1, 7, P47), Kawiorek z masłem 1 *****(1, 3, 7), Pasta z pieczonych warzyw z oliwą z oliwek 120g *****(P50), Ser Twarogowy - Plastry D 21,43g *****(7), Kawa zbożowa 200g *****(1)

Obiad

Zupa koperkowa z kaszką manną ******(Gotowanie) 400g *****(1, 7, 9, 10), Filet z indyka ze śliwkami -mielony 80g *****(1), Ziemniaki puree 200g *****(7), Brokuły z wody ******(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot z wiśni mrożonych ******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Kawiorek z masłem 2 *****(1, 3, 7), Pasta z tuńczyka i jaj 120g *****(3, 4, 9), Serek Haga 16,66g *****(7)

Posiłek Nocny

Serek Wiejski 200g 200g *****(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 491,3742	kcal
Białko	135,6614	g
Tłuszcz	79,4768	g
Węglowodany	313,84878	g
w tym NKT	33,52863	g
W tym cukry	36,03644	g
Błonnik	27,0300	g
Magnez	19,8000	mg
Sód	1 531,2260	mg

Dieta: 03a Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką (bez cukru) 300g *****(1, 7, P47), jajko gotowane do płynnych (2szt.) 100g *****(3), Kawa zbożowa 200g *****(1), Masło Porcyjne 10 G 10g *****(7)

Obiad

Ziemniaki młode 200g, Warzywa z wody 180g *****(7, 9, P47), Filet z kurczaka gotowany 80g *****(9), Olej 25g, Zupa koperkowa z kaszką manną ******(Gotowanie) 400g *****(1, 7, 9, 10), Kompot z wiśni mrożonych -cukrzyca ******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Warzywa z wody-k 150g *****(7, 9, P47), Filet z indyka gotowany 80g *****(9), Masło Porcyjne 10 G 10g *****(7)

Posiłek Nocny

Mus Owocowo-Warzywny 120 G 120g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 969,9936	kcal
Białko	109,4886	g
Tłuszcz	69,8425	g
Węglowodany	268,4221	g
w tym NKT	22,4921	g
W tym cukry	39,5740	g
Błonnik	52,8210	g
Magnez	39,6000	mg
Sód	1 133,2550	mg

Dieta: 07 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Owsianka na mleku ******(Gotowanie) 300g ***(1, 7, P47)**, Pieczywo mieszane z masłem 1 ***(1, 7)**, Szynka Konserwowa Wp-Mielona 50g ***(10)**, Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa koperkowa z kaszką manną ******(Gotowanie) 400g ***(1, 7, 9, 10)**, Filet z indyka ze śliwkami 80g ***(1)**, Ziemniaki z wody ******(Gotowanie warzyw) 200g, Sałatka z marchwi i jabłek z olejem 160g ***(P39)**, Kompot z wiśni mrożonych - cukrzyca ******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 ***(1, 7)**, Pasta z tuńczyka i jaj 120g ***(3, 4, 9)**, Serek Haga 16,66g ***(7)**, Sałata Zielona 25g

Posiłek Nocny

Serek Wiejski 200g 200g ***(7)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 009,1705	kcal
Białko	129,9401	g
Tłuszcz	61,9910	g
Węglowodany	261,08508	g
w tym NKT	26,9690	g
W tym cukry	34,53674	g
Błonnik	34,3841	g
Magnez	83,4892	mg
Sód	1 418,0569	mg

***Szczegółowy skład potraw dostępny w Dziale Żywienia**

Dział Żywienia zastrzega sobie prawo do zmiany jadłospisu.

** Sposób obróbki potrawy

* Alergie pokarmowe - legenda:

1 - Gluten	2 - Skorupiaki	3 - Jaja (jadalne)	4 - Ryba
5 - Orzeszki ziemne	6 - Białko sojowe	7 - Białko mleka krowiego	8 - Orzechy i nasiona
9 - Seler	10 - Musztarda/gorczyca	11 - Nasiona sezamu	12 - Siarczyny i pochodna siarczyny
13 - Nasiona łubinu	14 - Owoce morza	P15 - Albumina	P16 - Ananas
P17 - Ananas	P17 - Arbuz	P18 - Aspartam	P19 - Banan
P20 - Białka jaja kurzego	P21 - Borówka	P22 - Bób	P23 - Brzoskwinia
P24 - Cebula	P25 - Cynamon	P26 - Cytrynian	P27 - Czekolada
P28 - Czosnek	P29 - Dodatek do żywności	P30 - Dorsz	P31 - Drób
P32 - Figi	P33 - Gałka muskatołowa	P34 - Glutaminian	P35 - Goździk
P36 - Grzyb	P37 - Homar	P38 - Imbir	P39 - Jabłko