

Jadłospis na dzień: 02-09-2026, Środa

Dieta: 01 z1 Dieta Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jęczmienną **(Gotowanie) 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Papryka 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa jarzynowa **(Gotowanie) 400g *(7, 9, 10), Gołąbki z mięsem i ryżem ** (Pieczenie parowe) 200g *(P24), Sos pomidorowy 100g *(1, 7), Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g, Brzoskwinie - Świeże 250g *(P23), Kompot z czerwonej porzeczki **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g *(1, 6, 7, 9, 10, P47), Sałata Lodowa 25g, Ogórki Konserwowe 150g

Posiłek Nocny

Sok Smoothie 250g *(P19, P71, P80)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 226,6211	kcal
Białko	100,7735	g
Tłuszcz	67,8393	g
Węglowodany	362,2381	g
w tym NKT	33,2972	g
W tym cukry	65,0774	g
Błonnik	28,4629	g
Magnez	91,3457	mg
Sód	679,1978	mg

Dieta: 02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jęczmienną **(Gotowanie) 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Papryka 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa jarzynowa **(Gotowanie) 400g *(7, 9, 10), Ragout z drobiu 170g *(1, 9),

Ryż na sypko ******(Gotowanie) 160g ***(7)**, Jabłko pieczone 150g ***(P39)**, Kompot z czerwonej porzeczki ******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 ***(1, 3, 7)**, Pasta z sera białego i wędlin 120g *****(1, 6, 7, 9, 10, P47), Sałata Lodowa 25g

Posiłek Nocny

Sok Smoothie 250g ***(P19, P71, P80)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 274,8713	kcal
Białko	106,4225	g
Tłuszcz	57,9609	g
Węglowodany	351,0931	g
w tym NKT	25,7567	g
W tym cukry	55,6934	g
Błonnik	28,4818	g
Magnez	51,0420	mg
Sód	1 169,7606	mg

Dieta: 02a Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jęczmienną ******(Gotowanie) 300g ***(1, 7, P47)**, Pieczywo z masłem 1 ***(1, 3, 7)**, Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g ***(7, P47)**, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa jarzynowa ******(Gotowanie) 400g ***(7, 9, 10)**, Ragout z drobiu 170g ***(1, 9)**, Ryż na sypko ******(Gotowanie) 160g ***(7)**, Jabłko pieczone 150g ***(P39)**, Kompot z czerwonej porzeczki ******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 ***(1, 3, 7)**, Pasta z sera białego i wędlin 120g *****(1, 6, 7, 9, 10, P47), Sałata Lodowa 25g

Posiłek Nocny

Sok Smoothie 250g ***(P19, P71, P80)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 315,6713	kcal
Białko	106,7825	g
Tłuszcz	64,5609	g
Węglowodany	343,6531	g
w tym NKT	30,7067	g
W tym cukry	56,5034	g
Błonnik	25,4818	g
Magnez	51,0420	mg
Sód	1 165,2606	mg

Dieta: 03 Dieta papkowata

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jęczmienną **(Gotowanie) 300g *(1, 7, P47), Kawiorek z masłem 1 *(1, 3, 7), Pasta z jaj z koperkiem **(Gotowanie) 120g *(3), Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g *(7, P47), Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa jarzynowa **(Gotowanie) 400g *(7, 9, 10), Ragout z drobiu - mielone 170g *(1, 9), Ziemniaki puree 200g *(7), Jabłko pieczone 150g *(P39), Kompot z czerwonej porzeczki **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Kawiorek z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g *(1, 6, 7, 9, 10, P47), Miód 25g

Posiłek Nocny

Sok Smoothie 250g *(P19, P71, P80)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 600,3613	kcal
Białko	112,5010	g
Tłuszcz	88,3499	g
Węglowodany	360,0651	g
w tym NKT	35,0617	g
W tym cukry	73,9194	g
Błonnik	21,7448	g
Magnez	51,0420	mg
Sód	1 535,1306	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 jarzynowa **(Gotowanie) 400g *(7, 9, 10), Kompot z czerwonej porzeczki - 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

Sok Smoothie 250g *(P19, P71, P80)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 986,8075	kcal
----------------------	------------	------

Białko	111,8821	g
Tłuszcz	73,3666	g
Węglowodany	275,5718	g
w tym NKT	25,1782	g
W tym cukry	63,8751	g
Błonnik	52,5678	g
Magnez	51,0420	mg
Sód	1 144,0776	mg

Dieta: 07 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jęczmienną **(Gotowanie) 300g *(1, 7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Papryka 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa jarzynowa **(Gotowanie) 400g *(7, 9, 10), Ragout z drobiu 170g *(1, 9), Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g, Jabłko pieczone 150g *(P39), Kompot z czerwonej porzeczki - cukrzyca **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g *(1, 6, 7, 9, 10, P47), Sałata Lodowa 25g

Posiłek Nocny

Sok Smoothie 250g *(P19, P71, P80)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 832,2895	kcal
Białko	102,5711	g
Tłuszcz	51,0053	g
Węglowodany	286,6812	g
w tym NKT	22,6833	g
W tym cukry	51,8874	g
Błonnik	29,2749	g
Magnez	113,4457	mg
Sód	715,5915	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