

Jadłospis na dzień: 08-09-2026, Wtorek

Dieta: 01 z1 Dieta Podstawowa

Śniadanie

Owsianka na mleku ****(Gotowanie)** 300g ***(1, 7, P47)**, Chleb baltonowski ,graham , masło ***(1, 7)**, Szynka Delikatesowa Z Kurczaka 50g ***(7, 10)**, Pomidory Koktajlowe 150g, Kakao ****(Gotowanie)** 250g ***(1, 7, P47)**

Obiad

Zupa pieczarkowa z makaronem ****(Gotowanie)** 400g ***(1, 3, 7, 9, P24)**, Ziemniaki z wody ****(Gotowanie warzyw)** 200g, Ser biały ze śmietaną i cebulą 170g ***(7, P24, P47)**, Ogórek Małosolny 150g, Kompot ze śliwek mrożonych ****(Gotowanie)** 200g, Nektarynki

Kolacja

Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II ***(1, 7)**, Sałatka kaszubska 120g ***(3, 4, 7, 10, P24)**, Sałata Lodowa 25g, Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g ***(7, P47)**

Posiłek Nocny

Kefir M 200g ***(7, P47)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 533,9559	kcal
Białko	128,2758	g
Tłuszcz	83,1727	g
Węglowodany	342,3621	g
w tym NKT	30,58554	g
W tym cukry	34,5274	g
Błonnik	29,8638	g
Magnez	66,0556	mg
Sód	6 392,2659	mg

Dieta: 02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Owsianka na mleku ****(Gotowanie)** 300g ***(1, 7, P47)**, Pieczywo z masłem 1 ***(1, 3, 7)**, Szynka Delikatesowa Z Kurczaka 50g ***(7, 10)**, Pomidory Koktajlowe 150g, Kakao ****(Gotowanie)** 250g ***(1, 7, P47)**

Obiad

Zupa szpinakowa ****(Gotowanie)** 400g ***(1, 7, 9, P47)**, Makaron a'la boloński -

dieta ******(Gotowanie) 250g ***(1, 3, 9)**, Kompot ze śliwek mrożonych ******
(Gotowanie) 200g, Nektarynki

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 ***(1, 3, 7)**, Sałatka z tuńczyka-d 120g ***(3, 4, 9)**, Sałata Lodowa 25g, Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g ***(7, P47)**

Posiłek Nocny

Kefir M 200g ***(7, P47)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 586,0950	kcal
Białko	127,9755	g
Tłuszcz	83,9215	g
Węglowodany	369,6010	g
w tym NKT	38,2752	g
W tym cukry	35,6020	g
Błonnik	30,1360	g
Magnez	39,0000	mg
Sód	1 411,3250	mg

Dieta: 02a Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Owsianka na mleku ******(Gotowanie) 300g ***(1, 7, P47)**, Pieczywo z masłem 1 *****
(1, 3, 7), Pasta z pieczonych warzyw z oliwą z oliwek 120g ***(9)**, Szynka
Delikatesowa Z Kurczaka 50g ***(7, 10)**, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa szpinakowa ******(Gotowanie) 400g ***(1, 7, 9, P47)**, Makaron a'la boloński -
dieta ******(Gotowanie) 250g ***(1, 3, 9)**, Kompot ze śliwek mrożonych ******
(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 ***(1, 3, 7)**, Sałatka z tuńczyka-d 120g ***(3, 4, 9)**, Sałata Lodowa 25g, Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g ***(7, P47)**

Posiłek Nocny

Kefir M 200g ***(7, P47)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 377,4710	kcal
Białko	117,9312	g
Tłuszcz	81,5194	g
Węglowodany	341,3852	g
w tym NKT	35,22988	g
W tym cukry	35,8425	g
Błonnik	35,3198	g
Magnez	39,0000	mg
Sód	1 549,4040	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 ***(9)**, Kawa zbożowa 200g ***(1)**, Serek Homogenizowany Naturalny B/Laktozy 150G 150g

Obiad

Zupa szpinakowa ****(Gotowanie)** 400g ***(1, 7, 9, P47)**, Ziemniaki puree 200g ***** (7), Filet z indyka duszony- zmielony w sosie 90g ***(1)**, Bukiet warzyw ****** (Gotowanie warzyw) 150g, Kompot ze śliwek mrożonych ****(Gotowanie)** 200g

Kolacja

Herbata, Kawiorek z masłem 2 ***(1, 3, 7)**, Sałatka z tuńczyka-d 120g ***(3, 4, 9)**, Serek Puszasty Almette 1 Szt = 30 G 30g ***(7, P47)**

Posiłek Nocny

Kefir M 200g ***(7, P47)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 454,6410	kcal
Białko	123,9746	g
Tłuszcz	87,5430	g
Węglowodany	328,3701	g
w tym NKT	38,37108	g
W tym cukry	39,7735	g
Błonnik	35,9228	g
Magnez	115,8000	mg
Sód	1 539,7240	mg

Dieta: 03a Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie

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

Obiad

Zupa ziemniaczana ****(Gotowanie)** 400g ***(7, 9, 10)**, Warzywa z wody 180g ***** (7, 9, P47), Filet z kurczaka gotowany 80g ***(9)**, Olej 25g, Kompot ze śliwek mrożonych -cukrzyca ****(Gotowanie)** 200g, Ziemniaki z wody ****(Gotowanie warzyw)** 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

Kefir M 200g ***(7, P47)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 801,6710	kcal
Białko	113,9086	g
Tłuszcz	73,9082	g
Węglowodany	265,8952	g
w tym NKT	24,8415	g
W tym cukry	42,9699	g
Błonnik	57,1483	g
Magnez	144,6557	mg
Sód	1 164,1991	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 Delikatesowa Z Kurczaka 50g ***(7, 10)**, Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa pieczarkowa z makaronem ******(Gotowanie) 400g ***(1, 3, 7, 9, P24)**, Ziemniaki z wody ******(Gotowanie warzyw) 200g, Ser biały ze śmietaną i cebulą 170g ***(7, P24, P47)**, Ogórek Małosolny 150g, Kompot ze śliwek mrożonych - cukrzyca ******(Gotowanie) 200g, Nektarynki

Kolacja

Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 ***(1, 7)**, Sałatka kaszubska 120g ***(3, 4, 7, 10, P24)**, Sałata Lodowa 25g, Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g ***(7, P47)**

Posiłek Nocny

Kefir M 200g ***(7, P47)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 231,9259	kcal
Białko	114,1898	g
Tłuszcz	76,3587	g
Węglowodany	298,1611	g
w tym NKT	26,69754	g
W tym cukry	23,1924	g
Błonnik	26,1458	g
Magnez	66,0556	mg
Sód	6 391,0759	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