

Jadłospis na dzień: 09-09-2026, Środa

Dieta: 01 z1 Dieta Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jęczmienną **(Gotowanie) 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Szynka Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa z pietruszki z makaronem **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10, P39), Schab nadziewany morelą 50g *(1), Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g, Surówka z kapusty czerwonej i jabłek z olejem 150g *(P39), Kompot z czerwonej porzeczki **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g *(1, 7, 8, 9, 10, P47), Sałata Zielona 25g

Posiłek Nocny

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

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 291,0613	kcal
Białko	103,7189	g
Tłuszcz	71,7810	g
Węglowodany	325,8966	g
w tym NKT	28,3911	g
W tym cukry	74,0282	g
Błonnik	40,1444	g
Magnez	68,5387	mg
Sód	1 113,5268	mg

Dieta: 02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jęczmienną **(Gotowanie) 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Szynka Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa z pietruszki z makaronem **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10, P39), Schab nadziewany morelą 50g *(1), Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw)

200g, Bukiet warzyw *(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot z czerwonej porzeczki *(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g *(1, 7, 8, 9, 10, P47), Sałata Zielona 25g

Posiłek Nocny

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

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 343,4013	kcal
Białko	105,1733	g
Tłuszcz	73,0226	g
Węglowodany	325,3685	g
w tym NKT	28,4631	g
W tym cukry	70,1832	g
Błonnik	37,6004	g
Magnez	68,5387	mg
Sód	1 549,5668	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), Szynka Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Serek Haga 16,66g *(7), Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa z pietruszki z makaronem b/ml *(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10, P39), Schab nadziewany morelą 50g *(1), Ziemniaki z wody *(Gotowanie warzyw) 200g, Bukiet warzyw *(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot z czerwonej porzeczki *(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g *(1, 7, 8, 9, 10, P47), Sałata Zielona 25g

Posiłek Nocny

Jogurt Naturalny 150 G 150g *(7, P47)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 247,6790	kcal
Białko	110,6960	g
Tłuszcz	77,4544	g
Węglowodany	298,50908	g
w tym NKT	32,0464	g
W tym cukry	54,19254	g
Błonnik	31,3004	g
Magnez	68,5387	mg
Sód	1 539,2328	mg

Dieta: 03 Dieta papkowata

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jęczmienną **(Gotowanie) 300g *(1, 7, P47), Kawiorek z masłem 1 *(1, 3, 7), Serek Haga 16,66g *(7), Pasta z jaj z koperkiem ** (Gotowanie) 120g *(3), Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa z pietruszki z makaronem **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10, P39), Pulpet drobiowy z sosem 90g *(1, 3, 7, 9, P50), Ziemniaki puree 200g *(7), Bukiet warzyw **(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot z czerwonej porzeczki ** (Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Kawiorek z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g *(1, 7, 8, 9, 10, P47), Dżem Jednorazowy Niskosłodzony 25g

Posiłek Nocny

Jogurt Naturalny 150 G 150g *(7, P47)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 597,6449	kcal
Białko	113,7291	g
Tłuszcz	92,8978	g
Węglowodany	322,85168	g
w tym NKT	36,70115	g
W tym cukry	52,13554	g
Błonnik	26,9921	g
Magnez	100,0830	mg
Sód	1 827,2087	mg

Dieta: 03a Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie

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

Obiad

Warzywa z wody 180g *(7, 9, P47), Filet z kurczaka gotowany 80g *(9), Olej 25g, Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g, Zupa z pietruszki z makaronem **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10, P39), 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

Jogurt Naturalny 150 G 150g *(7, P47)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 934,3079	kcal
Białko	113,3435	g
Tłuszcz	80,3927	g
Węglowodany	256,8671	g
w tym NKT	26,2647	g
W tym cukry	56,0652	g
Błonnik	58,6634	g
Magnez	96,6557	mg
Sód	1 184,4718	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), Szynka Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa z pietruszki z makaronem *(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10, P39), Schab nadziewany morelą 50g *(1), Ziemniaki z wody *(Gotowanie warzyw) 200g, Surówka z kapusty czerwonej i jabłek z olejem 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, 7, 8, 9, 10, P47), Sałata Zielona 25g

Posiłek Nocny

Jogurt Naturalny 150 G 150g *(7, P47)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 057,2613	kcal
Białko	104,9239	g
Tłuszcz	72,0810	g
Węglowodany	278,8566	g
w tym NKT	28,3211	g
W tym cukry	51,9282	g
Błonnik	38,8244	g
Magnez	68,5387	mg
Sód	1 113,5268	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