

Jadłospis na dzień: 10-09-2026, Czwartek

Dieta: 01 z1 Dieta Podstawowa

Śniadanie

Kluski lane na mleku ******(Gotowanie) 300g ***(1, 3, 7, P47)**, Bułka Z Ziarnami 50g ***(1, 3, 7)**, Chleb Baltonowski 70g ***(1, 7)**, Masło Porcyjne 10 G 10g ***(7)**, Filet Z Indyka (Wędlina) 50g, Rukola 25g, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa ziemniaczana ******(Gotowanie) 400g ***(7, 9, 10)**, Curry z indyka 200g ***(1, 7, P24)**, Ryż brązowy na sypko ******(Gotowanie) 100g ***(7)**, Koktajl owocowy z jogurtem 200g ***(7, P47)**

Kolacja

Herbata, Chleb baltonowski, graham, masło II ***(1, 7)**, Kiełbasa Szynkowa 50g ***(10)**, Powidła 30g, Ogórek Małosolny 150g

Posiłek Nocny

Serek Homogenizowany 100G 100g ***(7, P47)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 384,1700	kcal
Białko	115,6180	g
Tłuszcz	70,6410	g
Węglowodany	356,6880	g
w tym NKT	32,8245	g
W tym cukry	51,6740	g
Błonnik	33,6400	g
Magnez	100,9600	mg
Sód	2 452,7600	mg

Dieta: 02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Kluski lane na mleku ******(Gotowanie) 300g ***(1, 3, 7, P47)**, Bułka Z Ziarnami ***(1, 3, 7)**, Chleb Baltonowski ***(1, 7)**, Kawiorek 50g ***(1, 3, 7)**, Masło Porcyjne 10 G 10g ***(7)**, Filet Z Indyka (Wędlina) 50g, Rukola 25g, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa ziemniaczana ******(Gotowanie) 400g ***(7, 9, 10)**, Rolada drobiowa z brokułami 100g ***(1, 3, 7)**, Sos pomidorowo - dyniowy ***(1, 7)**, Ziemniaki z

wody *(Gotowanie warzyw) 200g, Sałatka z marchwi i ananasów z olejem 160g *(P16, P39), Kompot z wiśni mrożonych -cukrzyca *(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Kielbasa Szynkowa 50g *(10), Powidła 30g, Ogórek Małosolny 150g

Posiłek Nocny

Serek Homogenizowany 100G 100g *(7, P47)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 989,6026	kcal
Białko	104,7620	g
Tłuszcz	58,5214	g
Węglowodany	321,7064	g
w tym NKT	25,2322	g
W tym cukry	49,9849	g
Błonnik	34,6233	g
Magnez	169,2057	mg
Sód	3 132,4941	mg

Dieta: 02a Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Kluski lane na mleku *(Gotowanie) 300g *(1, 3, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Filet Z Indyka (Wędlina) 50g, Rukola 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa ziemniaczana b/ml *(Gotowanie) 400g *(9, 10), Rolada drobiowa z brokułami 100g *(1, 3, 7), Sos pomidorowo - dyniowy *(1, 7), Ziemniaki z wody *(Gotowanie warzyw) 200g, Marchew oprószana 160g *(1, P50), Kompot z wiśni mrożonych -cukrzyca *(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Kielbasa Szynkowa 50g *(10), Powidła 30g

Posiłek Nocny

Serek Homogenizowany 100G 100g *(7, P47)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 957,2026	kcal
Białko	103,6370	g
Tłuszcz	57,8264	g
Węglowodany	311,6734	g
w tym NKT	24,6927	g
W tym cukry	39,5149	g
Błonnik	25,1883	g
Magnez	133,9557	mg
Sód	1 808,1441	mg

Dieta: 03 Dieta papkowata

Śniadanie

Kluski lane na mleku ^{**}(Gotowanie) 300g ^{*(1, 3, 7, P47)}, Kawiorek z masłem 1 ^{*(1, 3, 7)}, Pasta z wędlin i jaj 120g ^{*(3)}, Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g ^{*(7, P47)}, Kawa zbożowa 200g ^{*(1)}

Obiad

Zupa ziemniaczana b/ml ^{**}(Gotowanie) 400g ^{*(9, 10)}, Rolada drobiowa z brokułami 100g ^{*(1, 3, 7)}, Sos pomidorowo - dyniowy ^{*(1, 7)}, Ziemniaki puree 200g ^{*(7)}, Marchew oprószana 160g ^{*(1, P50)}, Kompot z wiśni mrożonych - cukrzyca ^{**}(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Kawiorek z masłem 2 ^{*(1, 3, 7)}, Powidła 30g, Pasta z mięsa i warzyw 120g ^{*(3, 9)}

Posiłek Nocny

Serek Homogenizowany 100G 100g ^{*(7, P47)}

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 546,4500	kcal
Białko	126,1740	g
Tłuszcz	90,6620	g
Węglowodany	342,4405	g
w tym NKT	36,1633	g
W tym cukry	42,6230	g
Błonnik	26,2620	g
Magnez	176,8000	mg
Sód	1 865,3800	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 ziemniaczana ^{**}(Gotowanie) 400g ^{*(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	1 740,7662	kcal
Białko	108,4086	g
Tłuszcz	69,9679	g
Węglowodany	266,0160	g
w tym NKT	22,4836	g
W tym cukry	43,0799	g
Błonnik	57,5483	g
Magnez	144,6557	mg
Sód	1 164,1991	mg

Dieta: 07 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Kluski lane na mleku ******(Gotowanie) 300g ***(1, 3, 7, P47)**, Bułka Z Ziarnami *****(1, 3, 7), Chleb Baltonowski ***(1, 7)**, Masło Porcyjne 10 G 10g ***(7)**, Filet Z Indyka (Wędlina) 50g, Rukola 25g, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa ziemniaczana ******(Gotowanie) 400g ***(7, 9, 10)**, Rolada drobiowa z brokułami 100g ***(1, 3, 7)**, Sos pomidorowo - dyniowy ***(1, 7)**, Ziemniaki z wody ******(Gotowanie warzyw) 200g, Sałatka z marchwi i ananasów z olejem 160g ***(P16, P39)**, Kompot z wiśni mrożonych -cukrzyca ******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 ***(1, 7)**, Kiełbasa Szynkowa 50g *****(10), Ogórek Małosolny 150g, Dżem Jednorazowy Niskosłodzony 25g

Posiłek Nocny

Serek Homogenizowany 100G 100g ***(7, P47)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 875,1526	kcal
Białko	102,8220	g
Tłuszcz	56,3764	g
Węglowodany	299,9064	g
w tym NKT	25,0732	g
W tym cukry	49,7349	g
Błonnik	35,0333	g
Magnez	169,2057	mg
Sód	2 678,4941	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 - Siarczyn i pochodna siarczyn
13 - Naisona 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