

Jadłospis na dzień: 12-09-2026, Sobota

Dieta: 01 z1 Dieta Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Szynka Konserwowa Wp-Mielona 50g *(10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Krupnik zabielały **(Gotowanie) 400g *(1, 7, 9, 10), Szynka duszona ** (Duszenie) 80g *(1), Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g, Fasolka szparagowa z tartą bułką **(Gotowanie warzyw) 160g *(1, 3, 7), Kompot z truskawek mrożonych **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Szynka Chlebową 50g *(1, 7, 8, 9, 10), Sałata Zielona 25g, Dżem Jednorazowy Niskosłodzony 25g

Posiłek Nocny

Sok Pomidorowy 200ml 200g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 812,5882	kcal
Białko	91,6041	g
Tłuszcz	59,7904	g
Węglowodany	281,0729	g
w tym NKT	27,6755	g
W tym cukry	40,8798	g
Błonnik	37,4584	g
Magnez	66,0557	mg
Sód	1 618,2740	mg

Dieta: 02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Szynka Konserwowa Wp-Mielona 50g *(10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Krupnik zabielały **(Gotowanie) 400g *(1, 7, 9, 10), Szynka duszona ** (Duszenie) 80g *(1), Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g, Brokuły z

wody ******(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot z truskawek mrożonych ******
(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Szynka Chlebowa 50g *(1, 7, 8, 9, 10), Sałata Zielona 25g, Dżem Jednorazowy Niskosłodzony 25g

Posiłek Nocny

Sok Pomidorowy 200ml 200g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 802,3882	kcal
Białko	91,3481	g
Tłuszcz	61,2684	g
Węglowodany	280,0169	g
w tym NKT	27,7185	g
W tym cukry	35,9298	g
Błonnik	32,1284	g
Magnez	66,0557	mg
Sód	2 074,2740	mg

Dieta: 02a Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem ******(Gotowanie) 300g *(7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Szynka Konserwowa Wp-Mielona 50g *(10), Serek Haga 16,66g *(7), Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Krupnik b/ml ******(Gotowanie) 400g *(1, 9, 10), Szynka duszona ******(Duszenie) 80g *(1), Ziemniaki z wody ******(Gotowanie warzyw) 200g, Brokuły z wody ******(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot z truskawek mrożonych ******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Sałata Zielona 25g, Dżem Jednorazowy Niskosłodzony 25g, Filet Parzony Z Indyka 50g *(7)

Posiłek Nocny

Sok Pomidorowy 200ml 200g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 790,3766	kcal
Białko	92,6851	g
Tłuszcz	61,4500	g
Węglowodany	275,45248	g
w tym NKT	29,9368	g
W tym cukry	36,80164	g
Błonnik	25,8284	g
Magnez	81,5557	mg
Sód	2 043,9400	mg

Dieta: 03 Dieta papkowata

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem ******(Gotowanie) 300g ***(7, P47)**, Kawiorek z masłem 1 *****(1, 3, 7), Pasta z wędlin i jaj 120g ***(3, 10)**, Serek Haga 16,66g ***(7)**, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Krupnik zabielały ******(Gotowanie) 400g ***(1, 7, 9, 10)**, Szynka duszona - mielona ******(Duszenie) 80g ***(1)**, Ziemniaki puree 200g ***(7)**, Brokuły z wody ******(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot z truskawek mrożonych ******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Kawiorek z masłem 2 ***(1, 3, 7)**, Pasta z mięsa i jaj 120g ***(3, 9)**, Dżem Jednorazowy Niskosłodzony 25g

Posiłek Nocny

Sok Pomidorowy 200ml 200g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 380,5368	kcal
Białko	118,9709	g
Tłuszcz	93,8656	g
Węglowodany	300,88008	g
w tym NKT	38,4146	g
W tym cukry	36,16264	g
Błonnik	23,0511	g
Magnez	108,9000	mg
Sód	2 267,6759	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, Kompot z truskawek mrożonych - cukrzyca ******(Gotowanie) 200g, Krupnik z kasza jaglaną ******(Gotowanie) 400g ***(9, 10)**

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 Bez Laktozy Dar Pure 250g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 912,8844	kcal
Białko	111,6684	g
Tłuszcz	70,9333	g
Węglowodany	266,9755	g
w tym NKT	23,1887	g
W tym cukry	64,7347	g
Błonnik	56,2383	g
Magnez	105,6557	mg
Sód	1 099,4491	mg

Dieta: 07 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

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

Obiad

Krupnik zabelany ******(Gotowanie) 400g *****(1, 7, 9, 10), Szynka duszona ******(Duszenie) 80g *****(1), Ziemniaki z wody ******(Gotowanie warzyw) 200g, Brokuły z wody ******(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot z truskawek mrożonych - cukrzyca ******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *****(1, 7), Filet Parzony Z Indyka *****(7), Sałata Zielona 25g, Dżem Jednorazowy Niskosłodzony 25g

Posiłek Nocny

Sok Pomidorowy 200ml 200g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 596,3882	kcal
Białko	88,0881	g
Tłuszcz	54,8084	g
Węglowodany	246,2769	g
w tym NKT	25,8015	g
W tym cukry	32,6798	g
Błonnik	32,8184	g
Magnez	81,5557	mg
Sód	1 600,2740	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