

Jadłospis na dzień: 13-09-2026, Niedziela

Dieta: 01 z1 Dieta Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną ****(Gotowanie)** 300g ***(7, P47)**, Chleb baltonowski ,graham , masło ***(1, 7)**, Jajko gotowane 50g ***(3)**, Kiełbasa Biała Delikatesowa, Musztarda Porcyjna 15g ***(1, 7, 10)**, Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa z cukinii z ziemniakami ****(Gotowanie)** 400g ***(7, 9, 10)**, Potrawka z kurczaka gotowana 150g ***(1, 3, 9)**, Ryż na sypko ****(Gotowanie)** 160g ***(7)**, Marchew z groszkiem 160g ***(1)**, Kompot z rabarbaru ****(Gotowanie)** 200g

Kolacja

Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II ***(1, 7)**, Filet Parzony Z Indyka 50g ***(7)**, Ser Żółty - Gouda 50g ***(7)**, Ogórek Małosolny 150g

Posiłek Nocny

Jogurt Bez Laktozy Dar Pure 250g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 621,9000	kcal
Białko	133,5590	g
Tłuszcz	87,7350	g
Węglowodany	305,6880	g
w tym NKT	37,2616	g
W tym cukry	50,7820	g
Błonnik	29,0340	g
Magnez	65,9000	mg
Sód	2 104,6025	mg

Dieta: 02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną ****(Gotowanie)** 300g ***(7, P47)**, Pieczywo z masłem 1 ***(1, 3, 7)**, Kiełbasa Biała Delikatesowa, Ketchup Porcyjny 15 G, Jajko gotowane 50g ***(3)**, Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa z cukinii z ziemniakami ****(Gotowanie)** 400g ***(7, 9, 10)**, Potrawka z kurczaka gotowana 150g ***(1, 3, 9)**, Ryż na sypko ****(Gotowanie)** 160g ***(7)**,

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

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Filet Parzony Z Indyka 50g *(7), Ser
Twarogowy Topiony Deliser 17,5g *(7), Ogórek Małosolny 150g

Posiłek Nocny

Jogurt Bez Laktozy Dar Pure 250g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 517,5900	kcal
Białko	120,9574	g
Tłuszcz	79,6736	g
Węglowodany	318,2269	g
w tym NKT	28,7188	g
W tym cukry	47,5730	g
Błonnik	24,1320	g
Magnez	65,9000	mg
Sód	2 150,5050	mg

Dieta: 02a Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną ******(Gotowanie) 300g *(7, P47), Pieczywo z
masłem 1 *(1, 3, 7), Pasta z jaj z koperkiem ******(Gotowanie) 120g *(3), Sałata
Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa z cukinii z ziemniakami b/ml ******(Gotowanie) 400g *(9, 10), Potrawka z
kurczaka gotowana 150g *(1, 3, 9), Ryż na sypko ******(Gotowanie) 160g *(7),
Bukiet warzyw ******(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot z rabarbaru ******
(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Filet Parzony Z Indyka 50g *(7),
Serek Haga 16,66g *(7)

Posiłek Nocny

Jogurt Bez Laktozy Dar Pure 250g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 349,9185	kcal
Białko	110,4313	g
Tłuszcz	81,4842	g
Węglowodany	313,55788	g
w tym NKT	28,9782	g
W tym cukry	48,03384	g
Błonnik	23,4150	g
Magnez	65,9000	mg
Sód	1 203,1478	mg

Dieta: 03 Dieta papkowata

Śniadanie

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

Obiad

Zupa z cukinii z ziemniakami **(Gotowanie) 400g *(7, 9, 10), Potrawka z kurczaka gotowana mielona 150g *(1, 3, 9), Ziemniaki puree 200g *(7), Bukiet warzyw **(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot z rabarbaru **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Kawiorek z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z wędlin i warzyw 120g *(3, 7, 9), Ser Twarogowy Topiony Deliser 17,5g *(7)

Posiłek Nocny

Jogurt Bez Laktozy Dar Pure 250g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 566,0152	kcal
Białko	114,1282	g
Tłuszcz	92,5224	g
Węglowodany	309,38558	g
w tym NKT	31,0942	g
W tym cukry	52,12074	g
Błonnik	25,4110	g
Magnez	142,7000	mg
Sód	1 702,9745	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 cukinii z ziemniakami **(Gotowanie) 400g *(7, 9, 10), Kompot z rabarbaru-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 Bez Laktozy Dar Pure 250g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 916,0644	kcal
Białko	112,4354	g
Tłuszcz	76,7983	g
Węglowodany	254,3875	g
w tym NKT	23,7476	g
W tym cukry	64,6647	g
Błonnik	55,5093	g
Magnez	107,4557	mg
Sód	1 102,8991	mg

Dieta: 07 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Kielbasa Biała Delikatesowa, Ketchup Porcyjny 15 G, Jajko gotowane 50g *(3), Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa z cukinii z ziemniakami **(Gotowanie) 400g *(7, 9, 10), Potrawka z kurczaka gotowana 150g *(1, 3, 9), Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g, Bukiet warzyw **(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot z rabarbaru-cukrzyca **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Filet Parzony Z Indyka 50g *(7), Ser Twarogowy Topiony Deliser 17,5g *(7), Ogórek Małosolny 150g

Posiłek Nocny

Jogurt Bez Laktozy Dar Pure 250g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 074,1726	kcal
Białko	115,8374	g
Tłuszcz	73,0060	g
Węglowodany	251,7138	g
w tym NKT	25,6742	g
W tym cukry	46,0069	g
Błonnik	28,1743	g
Magnez	122,9557	mg
Sód	1 718,8091	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