

Jadłospis na dzień: 17-09-2026, Czwartek

Dieta: 01 z1 Dieta Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Bułka Grahamka *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski *(1, 7), Masło Porcyjne 10 G 10g *(7), Filet Z Indyka Gotowany 50g *(1, 6, 7, 9), Pomidory 150g, Kakao **(Gotowanie) 250g *(1, 7, P47)

Obiad

Zupa szparagowa z makaronem **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Boeuf Strogonow **(Duszenie) 250g *(1, 3, 7, 10, P24), Kasza pęczak *(Gotowanie) 100g *(1, 7), Buraczki oprószane **(Gotowanie warzyw) 160g *(1), Kompot z czarnej porzeczki **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Chleb baltonowski, graham, masło II *(1, 7), Sałatka meksykańska 150g *(3, 7, 9, 10), Schab Gotowany 50g, Roszponka 20g

Posiłek Nocny

Serek Wiejski 200g 200g *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 729,7900	kcal
Białko	139,3740	g
Tłuszcz	84,0060	g
Węglowodany	351,1645	g
w tym NKT	31,0926	g
W tym cukry	63,5890	g
Błonnik	44,7890	g
Magnez	68,5000	mg
Sód	1 173,5100	mg

Dieta: 02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Bułka Grahamka *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski *(1, 7), Kawiorek *(1, 3, 7), Masło Porcyjne 10 G 10g *(7), Filet Z Indyka Gotowany 50g *(1, 6, 7, 9), Pomidory 150g, Kakao **(Gotowanie) 250g *(1, 7, P47)

Obiad

Zupa szparagowa z makaronem ****(Gotowanie)** 400g ***(1, 3, 7, 9, 10)**, Roladka ze schabu ze szpinakiem 100g ***(1)**, Ziemniaki z wody ****(Gotowanie warzyw)** 200g, Buraczki oprószane ****(Gotowanie warzyw)** 160g ***(1)**, Kompot z czarnej porzeczki ****(Gotowanie)** 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 ***(1, 3, 7)**, Schab Gotowany 50g, Ser Twarogowy Topiony Deliser 17,5g ***(7)**, Roszponka 20g

Posiłek Nocny

Serek Wiejski 200g 200g ***(7)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 387,6726	kcal
Białko	130,3730	g
Tłuszcz	77,2764	g
Węglowodany	313,7024	g
w tym NKT	28,8215	g
W tym cukry	52,4199	g
Błonnik	37,8863	g
Magnez	89,5557	mg
Sód	1 443,8966	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)**, Filet Z Indyka Gotowany 50g ***(1, 6, 7, 9)**, Miód 25g, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa szparagowa z makaronem b/ml ****(Gotowanie)** 400g ***(1, 3, 9, 10)**, Roladka ze schabu ze szpinakiem 100g ***(1)**, Ziemniaki z wody ****(Gotowanie warzyw)** 200g, Buraczki oprószane ****(Gotowanie warzyw)** 160g ***(1)**, Kompot z czarnej porzeczki ****(Gotowanie)** 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 ***(1, 3, 7)**, Schab Gotowany 50g, Ser Twarogowy Topiony Deliser 17,5g ***(7)**, Roszponka 20g

Posiłek Nocny

Serek Wiejski 200g 200g ***(7)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 251,6926	kcal
Białko	119,2595	g
Tłuszcz	69,9724	g
Węglowodany	305,1514	g
w tym NKT	24,5655	g
W tym cukry	64,2949	g
Błonnik	28,4283	g

Magnez	57,0557	mg
Sód	1 193,7066	mg

Dieta: 03 Dieta papkowata

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Kawiorek z masłem 1 *(1, 3, 7), Pasta z wędlin i warzyw 120g *(3, 9), Miód 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa szparagowa z makaronem **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Filet z kurczaka duszony mielony 110g *(1), Ziemniaki puree 200g *(7), Buraczki oprószane **(Gotowanie warzyw) 160g *(1), Kompot z czarnej porzeczki **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Schab Gotowany 50g, Ser Twarogowy Topiony Deliser 17,5g *(7), Roszponka 20g

Posiłek Nocny

Serek Wiejski 200g 200g *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 379,1740	kcal
Białko	122,6855	g
Tłuszcz	63,5422	g
Węglowodany	321,2131	g
w tym NKT	25,5587	g
W tym cukry	67,0390	g
Błonnik	27,4790	g
Magnez	116,4000	mg
Sód	1 321,3185	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 szparagowa z makaronem **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Kompot z czarnej 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

Mus Owocowo-Warzywny 120 G 120g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 848,7344	kcal
Białko	109,0884	g
Tłuszcz	70,4683	g
Węglowodany	258,2405	g
w tym NKT	22,5347	g
W tym cukry	46,2097	g
Błonnik	56,9183	g
Magnez	96,6557	mg
Sód	1 156,3991	mg

Dieta: 07 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną ******(Gotowanie) 300g ***(7, P47)**, Bułka Grahamka ***(1, 3, 7)**, Chleb Baltonowski ***(1, 7)**, Masło Porcyjne 10 G 10g ***(7)**, Filet Z Indyka Gotowany 50g ***(1, 6, 7, 9)**, Pomidory 150g, Kakao ******(Gotowanie) 250g ***(1, 7, P47)**

Obiad

Zupa szparagowa z makaronem ******(Gotowanie) 400g ***(1, 3, 7, 9, 10)**, Roladka ze schabu ze szpinakiem 100g ***(1)**, Ziemniaki z wody ******(Gotowanie warzyw) 200g, Brokuły z wody ******(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot z czarnej porzeczki -cukrzyca ******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 ***(1, 7)**, Sałatka meksykańska 150g ***(3, 7, 9, 10)**, Schab Gotowany 50g, Roszponka 20g

Posiłek Nocny

Serek Wiejski 200g 200g ***(7)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 350,8026	kcal
Białko	134,9600	g
Tłuszcz	79,3494	g
Węglowodany	295,6669	g
w tym NKT	29,6270	g
W tym cukry	36,3109	g
Błonnik	44,1163	g
Magnez	89,5557	mg
Sód	900,4641	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 muszkatołowa	P34 - Glutaminian	P35 - Goździk
P36 - Grzyb	P37 - Homar	P38 - Imbir	P39 - Jabłko