

Jadłospis na dzień: 21-09-2026, Poniedziałek

Dieta: 01 z1 Dieta Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z budyniu **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Bułka 50g *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 30g *(1, 7), Graham Pszenny 40g *(1, 7), Masło Porcyjne 10 G *(7), Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Pomidory 150g, Kakao ** (Gotowanie) 250g *(1, 7, P47)

Obiad

Zupa jarzynowa **(Gotowanie) 400g *(7, 9, 10), Polędwica w sosie pieczarkowym 100g *(1, 7, P24), Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z porem i kukurydzą 150g *(3, 7, 10, P39), Kompot truskawkowo-agrestowy **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Chleb baltonowski, graham, masło II *(1, 7), Ser biały z zieloną pietruszką 120g *(7, P47), Rzodkiewka 60g, Rukola 20g

Posiłek Nocny

Musly Owocowo-Zbożowy 170g *(1)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 207,5926	kcal
Białko	125,5460	g
Tłuszcz	82,0944	g
Węglowodany	309,6389	g
w tym NKT	31,4178	g
W tym cukry	59,9979	g
Błonnik	45,4723	g
Magnez	103,7557	mg
Sód	738,9536	mg

Dieta: 02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Zupa mleczna z budyniu **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Bułka 50g *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 50g *(1, 7), Graham Pszenny 20g *(1, 7), Masło Porcyjne 10 G *(7), Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Pomidory 150g, Kakao ** (Gotowanie) 250g *(1, 7, P47)

Obiad

Zupa jarzynowa ******(Gotowanie) 400g ***(7, 9, 10)**, Polędwica wieprzowa duszona 80g ***(1)**, Ziemniaki z wody ******(Gotowanie warzyw) 200g, Sałatka z marchwi i jabłek z olejem 160g ***(P39)**, Kompot truskawkowo-agrestowy ******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 ***(1, 3, 7)**, Ser biały z zieloną pietruszką 120g ***(7, P47)**, Rukola 20g

Posiłek Nocny

Musly Owocowo-Zbożowy 170g ***(1)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 075,5226	kcal
Białko	119,4380	g
Tłuszcz	67,5094	g
Węglowodany	315,4139	g
w tym NKT	29,1277	g
W tym cukry	60,5229	g
Błonnik	43,1633	g
Magnez	103,7557	mg
Sód	1 080,6911	mg

Dieta: 02a Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Zupa mleczna z budyniu ******(Gotowanie) 300g ***(7, P47)**, Bułka 50g ***(1, 3, 7)**, Chleb Baltonowski 50g ***(1, 7)**, Graham Pszenny 20g ***(1, 7)**, Masło Porcyjne 10 G ***(7)**, Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Jajko gotowane 50g ***(3)**, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa jarzynowa b/ml ******(Gotowanie) 400g ***(9, 10)**, Polędwica wieprzowa duszona 80g ***(1)**, Ziemniaki z wody ******(Gotowanie warzyw) 200g, Sałatka z marchwi i jabłek z olejem 160g ***(P39)**, Kompot truskawkowo-agrestowy ******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 ***(1, 3, 7)**, Ser biały z zieloną pietruszką 120g ***(7, P47)**, Rukola 20g

Posiłek Nocny

Musly Owocowo-Zbożowy 170g ***(1)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 940,7926	kcal
Białko	114,5870	g
Tłuszcz	65,3454	g
Węglowodany	291,0629	g
w tym NKT	26,3947	g
W tym cukry	54,6479	g

Błonnik	34,4653	g
Magnez	103,7557	mg
Sód	1 138,0136	mg

Dieta: 03 Dieta papkowata

Śniadanie

Zupa mleczna z budyniu **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Kawiorek z masłem 1 *(1, 3, 7), Pasta z wędlin i jaj 120g *(3), Ser Twarogowy Topiony Deliser 17,5g *(7), Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa jarzynowa **(Gotowanie) 400g *(7, 9, 10), Polędwica wieprzowa duszona mielona 80g *(1), Ziemniaki puree 200g *(7), Bukiet warzyw **(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot truskawkowo-agrestowy **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Kawiorek z masłem 2 *(1, 3, 7), Ser biały z zieloną pietruszką 120g *(7, P47), Powidła 30g

Posiłek Nocny

Musly Owocowo-Zbożowy 170g *(1)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 420,8000	kcal
Białko	123,7654	g
Tłuszcz	85,3316	g
Węglowodany	322,3919	g
w tym NKT	31,6040	g
W tym cukry	63,9850	g
Błonnik	29,0160	g
Magnez	123,5000	mg
Sód	1 489,2995	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 jarzynowa **(Gotowanie) 400g *(7, 9, 10), Kompot truskawkowo-agrestowy - 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

Musly Owocowo-Zbożowy 170g *(1)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 806,6826	kcal
Białko	110,9480	g
Tłuszcz	71,5534	g
Węglowodany	265,2419	g
w tym NKT	22,8935	g
W tym cukry	63,2099	g
Błonnik	63,7783	g
Magnez	112,1557	mg
Sód	1 171,4661	mg

Dieta: 07 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Zupa mleczna z budyniu **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa jarzynowa **(Gotowanie) 400g *(7, 9, 10), Polędwica wieprzowa duszona 80g *(1), Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g, Bukiet warzyw **(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot truskawkowo-agrestowy - cukrzyca **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Ser biały z zieloną pietruszką 120g *(7, P47), Rzodkiewka 60g, Rukola 20g

Posiłek Nocny

Musly Owocowo-Zbożowy 170g *(1)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 763,1926	kcal
Białko	108,9794	g
Tłuszcz	57,9150	g
Węglowodany	254,5818	g
w tym NKT	25,2074	g
W tym cukry	48,0479	g
Błonnik	40,5253	g
Magnez	103,7557	mg
Sód	494,1011	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