

Jadłospis na dzień: 24-09-2026, Czwartek

Dieta: 01 z1 Dieta Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną *(Gotowanie) 300g *(7, P47), Bułka Z
Ziarnami *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski *(1, 7), Masło Porcyjne 10 G 10g *(7),
Filet Z Indyka Pieczony 50g, Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa krem z papryki *(Gotowanie) 400g *(7, 9, 10, P24, P28), Podudzie z
kurczaka pieczone 150g *(1), Ziemniaki z wody *(Gotowanie warzyw) 200g,
Sałatka z sałaty lodowej z pomidorkami z oliwą 90g *(3, 7, 10), Kompot z
wiśni mrożonych *(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Chleb baltonowski, graham, masło II *(1, 7), Kiełbasa Szynkowa
Drobiowa 50g *(7, 10), Roszponka 20g, Papryka 150g

Posiłek Nocny

Serek Wiejski Ziarnisty Lekki 150G 150g *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 162,5575	kcal
Białko	145,3230	g
Tłuszcz	81,7114	g
Węglowodany	285,6809	g
w tym NKT	37,90925	g
W tym cukry	27,4674	g
Błonnik	37,6563	g
Magnez	135,3557	mg
Sód	2 070,3391	mg

Dieta: 02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną *(Gotowanie) 300g *(7, P47), Bułka Z
Ziarnami 50g *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 20g *(1, 7), Kawiorek 50g *(1, 3,
7), Masło Porcyjne 10 G 10g *(7), Filet Z Indyka Pieczony 50g, Pomidory
150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa selerowa z makaronem *(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Podudzie z

kurczaka pieczone 150g *(1), Ziemniaki z wody *(Gotowanie warzyw) 200g, Sałatka z buraków i jabłek z olejem 150g *(P39), Kompot z wiśni mrożonych *(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Kiełbasa Szynkowa Drobiowa 50g *(7, 10), Sałatka jarzynowa z olejem 150g *(3, 9), Roszponka 20g

Posiłek Nocny

Serek Wiejski Ziarnisty Lekki 150G 150g *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 457,9350	kcal
Białko	142,4655	g
Tłuszcz	74,33442	g
Węglowodany	314,96186	g
w tym NKT	30,03305	g
W tym cukry	40,7674	g
Błonnik	40,8983	g
Magnez	131,7557	mg
Sód	2 558,5147	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 Pieczony 50g, Powidła 30g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa selerowa z makaronem *(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Podudzie z kurczaka pieczone 150g *(1), Ziemniaki z wody *(Gotowanie warzyw) 200g, Sałatka z buraków i jabłek z olejem 150g *(P39), Kompot z wiśni mrożonych *(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Kiełbasa Szynkowa Drobiowa 50g *(7, 10), Sałatka jarzynowa z olejem 150g *(3, 9), Roszponka 20g

Posiłek Nocny

Serek Wiejski Ziarnisty Lekki 150G 150g *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 497,0350	kcal
Białko	142,6055	g
Tłuszcz	74,04442	g
Węglowodany	321,26186	g
w tym NKT	29,93505	g
W tym cukry	53,2674	g
Błonnik	33,8383	g
Magnez	99,2557	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 jaj 120g *(3), Powidła 30g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa selerowa z makaronem **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Filet z kurczaka duszony - mielony 110g *(1), Ziemniaki puree 200g *(7), Brokuły z wody **(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot z wiśni mrożonych **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Kawiorek z masłem 2 *(1, 3, 7), Sałatka jarzynowa z olejem 150g *(3, 9), Ser Twarogowy - Plastry D 21,43g *(7)

Posiłek Nocny

Serek Wiejski Ziarnisty Lekki 150G 150g *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 499,3604 kcal
Białko	120,9461 g
Tłuszcz	79,43922 g
Węglowodany	330,95066 g
w tym NKT	28,84823 g
W tym cukry	39,2677 g
Błonnik	31,4930 g
Magnez	145,1000 mg
Sód	2 217,1706 mg

Dieta: 03a Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem (bez cukru) 300g *(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 selerowa z makaronem **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 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

Sok Smoothie 250g *(P19, P71, P80)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 984,5426	kcal
Białko	108,2580	g
Tłuszcz	72,2834	g
Węglowodany	280,2419	g
w tym NKT	24,8540	g
W tym cukry	67,7599	g
Błonnik	59,0583	g
Magnez	96,6557	mg
Sód	1 222,8991	mg

Dieta: 07 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną *(Gotowanie) 300g *(7, P47), Bułka Z
Ziarnami 50g *(1, 3, 7), Chleb Bałtonowski 70g *(1, 7), Masło Porcyjne 10 G
10g *(7), Filet Z Indyka Pieczony 50g, Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *
(1)

Obiad

Zupa krem z papryki *(Gotowanie) 400g *(7, 9, 10, P24, P28), Podudzie z
kurczaka pieczone 150g *(1), Ziemniaki z wody *(Gotowanie warzyw) 200g,
Sałatka z sałaty lodowej z pomidorkami z oliwą 90g *(3, 7, 10), Kompot z
wiśni mrożonych -cukrzyca *(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Kiełbasa Szynkowa
Drobiowa 50g *(7, 10), Roszponka 20g, Papryka 150g

Posiłek Nocny

Serek Wiejski Ziarnisty Lekki 150G 150g *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 093,1575	kcal
Białko	143,7630	g
Tłuszcz	81,5114	g
Węglowodany	270,6909	g
w tym NKT	37,84925	g
W tym cukry	22,0674	g
Błonnik	36,9963	g
Magnez	135,3557	mg
Sód	2 070,3391	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