

Jadłospis na dzień: 26-09-2026, Sobota

Dieta: 01 z1 Dieta Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną **(Gotowanie) 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Polędwica Sopocka 50g *(10), Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa kalafiorowa **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Gulasz wieprzowy ** (Duszenie) 240g *(1, 9, 10), Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g, Fasolka szparagowa z tartą bułką **(Gotowanie warzyw) 160g *(1, 3, 7), Kompot z czerwonej porzeczki **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Filet Z Indyka Gotowany 50g *(1, 6, 7, 9), Ser Żółty - Gouda 50g *(7), Pomidory 150g

Posiłek Nocny

Mus Owocowo-Warzywny 120 G 120g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 060,6496	kcal
Białko	111,4045	g
Tłuszcz	71,8345	g
Węglowodany	267,8667	g
w tym NKT	35,7864	g
W tym cukry	27,2509	g
Błonnik	36,9523	g
Magnez	57,0557	mg
Sód	1 327,1971	mg

Dieta: 02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną **(Gotowanie) 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Polędwica Sopocka 50g *(10), Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa kalafiorowa **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Gulasz wieprzowy ** (Duszenie) 240g *(1, 9, 10), Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g,

Marchew oprószana 160g *(1, P50), Kompot z czerwonej porzeczki **
(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Filet Z Indyka Gotowany 50g *(1, 6, 7, 9), Serek Haga 16,66g *(7), Pomidory 150g

Posiłek Nocny

Mus Owocowo-Warzywny 120 G 120g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 958,2808	kcal
Białko	97,3813	g
Tłuszcz	64,8841	g
Węglowodany	282,20478	g
w tym NKT	31,2703	g
W tym cukry	24,17564	g
Błonnik	26,7473	g
Magnez	57,0557	mg
Sód	1 494,3631	mg

Dieta: 02a Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną **(Gotowanie) 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Polędwica Sopotka 50g *(10), Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa kalafiorowa b/ml **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 9, 10), Gulasz wieprzowy **
(Duszenie) 240g *(1, 9, 10), Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g,
Marchew oprószana 160g *(1, P50), Kompot z czerwonej porzeczki **
(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Filet Z Indyka Gotowany 50g *(1, 6, 7, 9), Serek Haga 16,66g *(7)

Posiłek Nocny

Mus Owocowo-Warzywny 120 G 120g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 930,5837	kcal
Białko	97,2466	g
Tłuszcz	64,2840	g
Węglowodany	276,76478	g
w tym NKT	30,8053	g
W tym cukry	23,83564	g
Błonnik	20,4473	g
Magnez	57,0557	mg
Sód	1 482,3631	mg

Dieta: 03 Dieta papkowata

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną **(Gotowanie) 300g *(1, 7, P47), Kawiorek z masłem 1 *(1, 3, 7), Pasta z wędlin i warzyw 120g *(3, 9, 10), Miód 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa kalafiorowa **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Gulasz wieprzowy-papki **(Duszenie) 240g *(1, 9, 10), Ziemniaki puree 200g *(7), Marchew oprószana 160g *(1, P50), Kompot z czerwonej porzeczki **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Kawiorek z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z mięsa i jaj 120g *(3, 9), Serek Haga 16,66g *(7)

Posiłek Nocny

Mus Owocowo-Warzywny 120 G 120g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 498,2622	kcal
Białko	115,6448	g
Tłuszcz	87,0589	g
Węglowodany	325,25148	g
w tym NKT	38,0370	g
W tym cukry	43,67974	g
Błonnik	19,0230	g
Magnez	99,9000	mg
Sód	1 623,8250	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 czerwonej porzeczki - cukrzyca **(Gotowanie) 200g, Zupa kalafiorowa b/ml ** (Gotowanie) 400g *(1, 3, 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

Mus Owocowo-Warzywny 120 G 120g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 783,1525	kcal
Białko	109,2338	g
Tłuszcz	70,1424	g
Węglowodany	244,7657	g
w tym NKT	22,3579	g
W tym cukry	41,3509	g
Błonnik	56,1173	g
Magnez	96,6557	mg
Sód	1 131,0721	mg

Dieta: 07 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną ****(Gotowanie)** 300g ***(1, 7, P47)**, Pieczywo mieszane z masłem 1 ***(1, 7)**, Połędwica Sopocka 50g ***(10)**, Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa kalafiorowa ****(Gotowanie)** 400g ***(1, 3, 7, 9, 10)**, Gulasz wieprzowy ****(Duszenie)** 240g ***(1, 9, 10)**, Ziemniaki z wody ****(Gotowanie warzyw)** 200g, Fasolka szparagowa ****(Gotowanie warzyw)** 160g, Kompot z czerwonej porzeczki - cukrzyca ****(Gotowanie)** 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 ***(1, 7)**, Filet Z Indyka Gotowany 50g ***(1, 6, 7, 9)**, Serek Haga 16,66g ***(7)**, Pomidory 150g

Posiłek Nocny

Mus Owocowo-Warzywny 120 G 120g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 762,4308	kcal
Białko	95,8213	g
Tłuszcz	61,9741	g
Węglowodany	235,47378	g
w tym NKT	31,1288	g
W tym cukry	19,50064	g
Błonnik	35,1123	g
Magnez	57,0557	mg
Sód	920,3631	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