

Jadłospis na dzień: 27-09-2026, 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), Schab Gotowany 50g, Sałata Zielona 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa z brokułów z ziemniakami **(Gotowanie) 400g *(1, 7, 9, 10, P47), Potrawka z kurczaka 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), Szynka Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Ogórki Kwaszone 150g

Posiłek Nocny

Jogurt Naturalny B/Laktozy 150 MI 150g *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 282,8300	kcal
Białko	118,3780	g
Tłuszcz	67,3610	g
Węglowodany	291,3580	g
w tym NKT	27,1380	g
W tym cukry	34,2320	g
Błonnik	28,3680	g
Magnez	48,6000	mg
Sód	1 618,8525	mg

Dieta: 02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Jajko gotowane 50g *(3), Schab Gotowany 50g, Sałata Zielona 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa z brokułów z ziemniakami **(Gotowanie) 400g *(1, 7, 9, 10, P47), Potrawka z kurczaka 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), Szynka Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Ogórki Kwaszone 150g

Posiłek Nocny

Jogurt Naturalny B/Laktozy 150 MI 150g *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 308,4200	kcal
Białko	117,2014	g
Tłuszcz	68,4746	g
Węglowodany	304,3969	g
w tym NKT	27,2152	g
W tym cukry	32,0580	g
Błonnik	23,4660	g
Magnez	48,6000	mg
Sód	2 072,9225	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), Jajko gotowane 50g *(3), Schab Gotowany 50g, Sałata Zielona 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa z brokułów z ziemniakami b/ml **(Gotowanie) 400g *(1, 9, 10), Potrawka z kurczaka 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), Szynka Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Powidła 30g

Posiłek Nocny

Jogurt Naturalny B/Laktozy 150 MI 150g *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 334,8200	kcal
Białko	114,3014	g
Tłuszcz	67,3246	g
Węglowodany	315,2969	g
w tym NKT	26,6202	g
W tym cukry	44,8580	g
Błonnik	22,7160	g
Magnez	48,6000	mg
Sód	1 018,4225	mg

Dieta: 03 Dieta papkowata

Śniadanie

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

Obiad

Zupa z brokułów z ziemniakami *(Gotowanie) 400g *(1, 7, 9, 10, P47), Potrawka z kurczaka - papki 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 mięsa i warzyw 120g *(3, 9), Powidła

Posiłek Nocny

Jogurt Naturalny B/Laktozy 150 MI 150g *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 637,0000	kcal
Białko	122,8134	g
Tłuszcz	96,2376	g
Węglowodany	312,0359	g
w tym NKT	30,4562	g
W tym cukry	48,5350	g
Błonnik	24,4920	g
Magnez	148,5000	mg
Sód	1 253,1825	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 brokułów z ziemniakami *(Gotowanie) 400g *(1, 7, 9, 10, P47), 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 Naturalny B/Laktozy 150 MI 150g *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 910,7526	kcal
Białko	117,0540	g
Tłuszcz	80,4494	g
Węglowodany	242,3789	g
w tym NKT	27,3738	g
W tym cukry	49,5499	g
Błonnik	56,0933	g
Magnez	105,6557	mg
Sód	1 107,1491	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), Jajko gotowane 50g *(3), Schab Gotowany 50g, Sałata Zielona 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa z brokułów z ziemniakami **(Gotowanie) 400g *(1, 7, 9, 10, P47), Potrawka z kurczaka 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), Szyńka Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Ogórki Kwaszone 150g

Posiłek Nocny

Jogurt Naturalny B/Laktozy 150 MI 150g *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 865,0026	kcal
Białko	112,0814	g
Tłuszcz	61,8070	g
Węglowodany	237,8838	g
w tym NKT	24,1706	g
W tym cukry	30,4919	g
Błonnik	27,5083	g
Magnez	105,6557	mg
Sód	1 641,2266	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