

Jadłospis na dzień: 28-09-2026, Poniedziałek

Dieta: 01 z1 Dieta Podstawowa

Śniadanie

Kluski lane na mleku ******(Gotowanie) 300g ***(1, 3, 7, P47)**, Bułka 50g ***(1, 3, 7)**, Chleb Baltonowski 30g ***(1, 7)**, Graham Pszenny 40g ***(1, 7)**, Masło Porcyjne 10 G 10g ***(7)**, Polędwica Z Piersi Kurczaka 50g ***(6, 9, 10)**, Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa z soczewicy ******(Gotowanie) 400g ***(9, 10, P24)**, Pieczeń rzymska ******(Pieczenie) 100g ***(1, 3, 7, P24)**, Sos grzybowy 100g ***(1, 7, P24, P36)**, Ziemniaki z wody ******(Gotowanie warzyw) 200g, Sałatka z sałaty, pomidorów i marchwi 100g ***(3, 7, 10, P39, P69)**, Kompot z czarnej porzeczki ******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Chleb baltonowski, graham, masło II ***(1, 7)**, Ser biały z koperkiem 120g ***(7, P47)**, Gruszka Świeża 350g, Rukola 20g

Posiłek Nocny

Musly Owocowo-Zbożowy 170g ***(1)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 256,3640	kcal
Białko	111,6792	g
Tłuszcz	79,4609	g
Węglowodany	366,1659	g
w tym NKT	25,8086	g
W tym cukry	68,6829	g
Błonnik	45,4863	g
Magnez	86,8057	mg
Sód	952,9545	mg

Dieta: 02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Kluski lane na mleku ******(Gotowanie) 300g ***(1, 3, 7, P47)**, Bułka 50g ***(1, 3, 7)**, Chleb Baltonowski 50g ***(1, 7)**, Graham Pszenny 20g ***(1, 7)**, Masło Porcyjne 10 G 10g ***(7)**, Polędwica Z Piersi Kurczaka 50g ***(6, 9, 10)**, Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa z dyni z makaronem **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Filet z indyka duszony 90g *(1), Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g, Cukinia plastry **(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot z czarnej porzeczki ** (Gotowanie) 200g

Kolacja

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

Posiłek Nocny

Musly Owocowo-Zbożowy 170g *(1)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 050,0950	kcal
Białko	104,7915	g
Tłuszcz	57,2184	g
Węglowodany	295,1999	g
w tym NKT	23,8289	g
W tym cukry	48,9279	g
Błonnik	33,0513	g
Magnez	71,0557	mg
Sód	1 119,5867	mg

Dieta: 02a Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Kluski lane na mleku **(Gotowanie) 300g *(1, 3, 7, P47), Bułka 50g *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 50g *(1, 7), Graham Pszeny 20g *(1, 7), Masło Porcjne 10 G 10g *(7), Polędwica Z Piersi Kurczaka 50g *(6, 9, 10), Serek Haga 16,66g *(7), Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa z dyni z makaronem **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Filet z indyka duszony 90g *(1), Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g, Cukinia plastry **(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot z czarnej porzeczki ** (Gotowanie) 200g

Kolacja

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

Posiłek Nocny

Musly Owocowo-Zbożowy 170g *(1)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 076,0762	kcal
Białko	106,1243	g
Tłuszcz	61,5500	g
Węglowodany	290,58298	g
w tym NKT	27,7523	g

W tym cukry	49,42764	g
Błonnik	31,2513	g
Magnez	71,0557	mg
Sód	1 109,2527	mg

Dieta: 03 Dieta papkowata

Śniadanie

Kluski lane na mleku ******(Gotowanie) 300g ***(1, 3, 7, P47)**, Kawiorek z masłem 1 ***(1, 3, 7)**, Pasta z wędlin i jaj 120g ***(3, 6, 9, 10)**, Serek Haga 16,66g ***(7)**, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa z dyni z makaronem ******(Gotowanie) 400g ***(1, 3, 7, 9, 10)**, Filet z indyka duszony 90g ***(1)**, Ziemniaki puree 200g ***(7)**, Cukinia plastry ******(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot z czarnej porzeczki ******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Kawiorek z masłem 2 ***(1, 3, 7)**, Ser biały z koperkiem 120g ***(7, P47)**, Miód 25g

Posiłek Nocny

Musly Owocowo-Zbożowy 170g ***(1)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 574,4836	kcal
Białko	117,2728	g
Tłuszcz	80,8266	g
Węglowodany	336,14308	g
w tym NKT	34,1019	g
W tym cukry	66,42474	g
Błonnik	28,8020	g
Magnez	90,8000	mg
Sód	1 695,7186	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 dyni 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

Musly Owocowo-Zbożowy 170g *(1)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 997,4750	kcal
Białko	111,7955	g
Tłuszcz	76,2044	g
Węglowodany	273,3469	g
w tym NKT	24,3203	g
W tym cukry	65,0599	g
Błonnik	66,0983	g
Magnez	110,6557	mg
Sód	1 197,9317	mg

Dieta: 07 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Kluski lane na mleku *(Gotowanie) 300g *(1, 3, 7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Polędwica Z Piersi Kurczaka 50g *(6, 9, 10), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa z soczewicy *(Gotowanie) 400g *(9, 10, P24), Pieczeń rzymska *(Pieczenie) 100g *(1, 3, 7, P24), Sos grzybowy 100g *(1, 7, P24, P36), Ziemniaki z wody *(Gotowanie warzyw) 200g, Sałatka z sałaty, pomidorów i marchwi 100g *(3, 7, 10, P39, P69), Kompot z czarnej porzeczki -cukrzyca *(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Ser biały z koperkiem 120g *(7, P47), Rukola 20g

Posiłek Nocny

Musly Owocowo-Zbożowy 170g *(1)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 925,5640	kcal
Białko	106,7592	g
Tłuszcz	76,6609	g
Węglowodany	287,0759	g
w tym NKT	25,5636	g
W tym cukry	50,3329	g
Błonnik	37,5663	g
Magnez	86,8057	mg
Sód	745,9545	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