

Jadłospis na dzień: 30-09-2026, Środa

Dieta: 01 z1 Dieta Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną ******(Gotowanie) 300g ***(7, P47)**, Chleb baltonowski ,graham , masło ***(1, 7)**, Szynka Delikatesowa Z Kurczaka 50g ***(7, 10)**, Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa cebulowa z grzankami ******(Gotowanie) 400g ***(1, 3, 7, 9, 10, P24, P28)**, Filet z kurczaka z pieca 90g ***(1, 3, 7)**, Ziemniaki z wody ******(Gotowanie warzyw) 200g, Surówka Colesław 150g ***(3, 7, 10, P24)**, Kompot z wiśni mrożonych ******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II ***(1, 7)**, Pasta z sera białego i wędlin 120g ***(7, 10, P47)**, Ogórki Konserwowe 150g, Sałata Lodowa 25g

Posiłek Nocny

Sok Pomidorowy 200ml

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 905,0625	kcal
Białko	105,5505	g
Tłuszcz	71,9955	g
Węglowodany	312,4337	g
w tym NKT	21,4211	g
W tym cukry	39,6039	g
Błonnik	36,1563	g
Magnez	108,6557	mg
Sód	1 763,8371	mg

Dieta: 02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną ******(Gotowanie) 300g ***(7, P47)**, Pieczywo z masłem 1 ***(1, 3, 7)**, Szynka Delikatesowa Z Kurczaka 50g ***(7, 10)**, Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Rosolnik z ryżem ******(Gotowanie) 400g ***(9, 10)**, Filet z kurczaka w sosie śliwkowym 80g ***(1)**, Ziemniaki z wody ******(Gotowanie warzyw) 200g, Sałatka z

marchwi i selera z olejem 160g *(9, P69), Kompot z wiśni mrożonych **
(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g *
(7, 10, P47), Sałata Lodowa 25g

Posiłek Nocny

Sok Pomidorowy 200ml

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 969,4376	kcal
Białko	103,2730	g
Tłuszcz	51,3584	g
Węglowodany	303,8339	g
w tym NKT	20,07865	g
W tym cukry	39,8234	g
Błonnik	38,5753	g
Magnez	96,6557	mg
Sód	2 218,7441	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), Szynka Delikatesowa Z Kurczaka 50g *(7, 10), Jajko gotowane 50g *(3), Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Rosolnik z ryżem *(Gotowanie) 400g *(9, 10), Filet z kurczaka w sosie śliwkowym 80g *(1), Ziemniaki z wody *(Gotowanie warzyw) 200g, Sałatka z marchwi i selera z olejem 160g *(9, P69), Kompot z wiśni mrożonych **
(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g *
(7, 10, P47), Sałata Lodowa 25g

Posiłek Nocny

Sok Pomidorowy 200ml

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 017,9376	kcal
Białko	109,5230	g
Tłuszcz	56,2084	g
Węglowodany	298,8839	g
w tym NKT	21,50365	g
W tym cukry	39,6734	g
Błonnik	32,2753	g
Magnez	96,6557	mg
Sód	2 277,2566	mg

Dieta: 03 Dieta papkowata

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Kawiorek z masłem 1 *(1, 3, 7), Pasta z jaj z koperkiem **(Gotowanie) 120g *(3), Serek Haga 16,66g *(7), Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Rosolnik z ryżem **(Gotowanie) 400g *(9, 10), Filet z kurczaka w sosie śliwkowym mielony 80g *(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), Pasta z sera białego i wędlin 120g *(7, 10, P47), Powidła 30g

Posiłek Nocny

Sok Pomidorowy 200ml

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 519,7712	kcal
Białko	114,7048	g
Tłuszcz	84,2546	g
Węglowodany	324,63708	g
w tym NKT	31,1886	g
W tym cukry	44,26474	g
Błonnik	24,5450	g
Magnez	116,4000	mg
Sód	2 259,2660	mg

Dieta: 03a Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą (bez cukru) 300g *(1, 7, P47), jajko gotowane do płynnych (2szt.) 100g *(3), Masło Porcyjne 10 G 10g *(7), Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Warzywa z wody 180g *(7, 9, P47), Filet z kurczaka gotowany 80g *(9), Olej 25g, Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g, Rosolnik z ryżem ** (Gotowanie) 400g *(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

Mus Owocowo-Warzywny 120 G

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 852,2426	kcal
Białko	110,3730	g
Tłuszcz	70,7384	g
Węglowodany	258,8719	g
w tym NKT	22,5155	g
W tym cukry	41,6399	g
Błonnik	56,3783	g
Magnez	96,6557	mg
Sód	1 155,7991	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), Szynka Delikatesowa Z Kurczaka 50g *(7, 10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Rosolnik z ryżem **(Gotowanie) 400g *(9, 10), Filet z kurczaka w sosie śliwkowym 80g *(1), Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g, Sałatka z marchwi i selera z olejem 160g *(9, P69), Kompot z wiśni mrożonych - cukrzyca **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g *(7, 10, P47), Sałata Lodowa 25g

Posiłek Nocny

Sok Pomidorowy 200ml

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 801,4376	kcal
Białko	100,0130	g
Tłuszcz	49,0484	g
Węglowodany	270,0439	g
w tym NKT	19,86165	g
W tym cukry	36,1734	g
Błonnik	39,2653	g
Magnez	96,6557	mg
Sód	1 764,7441	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 muskatołowa	P34 - Glutaminian	P35 - Goździk
P36 - Grzyb	P37 - Homar	P38 - Imbir	P39 - Jabłko