

Jadłospis na dzień: 01-10-2026, Czwartek

Dieta: 01 z1 Dieta Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z budyniu **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Bułka Grahamka 50g *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 70g *(1, 7), Masło Porcyjne 10 G 10g *(7), Filet Z Indyka Pieczony 50g, Roszponka 20g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa ziemniaczana **(Gotowanie) 400g *(7, 9, 10), Sos boloński ** (Gotowanie) 250g *(1, 9, P24, P28), Makaron penne **(Gotowanie) 130g *(1, 3), Koktajl owocowy z jogurtem 200g *(7, P47)

Kolacja

Herbata, Chleb baltonowski, graham, masło II *(1, 7), Szynka Chlebowa 50g *(1, 7, 8, 9, 10), Hummus 80g *(8, P28, P69), Ogórki Kwaszone 150g

Posiłek Nocny

Serek Homogenizowany 100G *(7, P47)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 741,9700	kcal
Białko	137,1280	g
Tłuszcz	86,6060	g
Węglowodany	375,3280	g
w tym NKT	33,5849	g
W tym cukry	46,9370	g
Błonnik	37,4450	g
Magnez	175,9800	mg
Sód	2 286,2500	mg

Dieta: 02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Zupa mleczna z budyniu **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Bułka Grahamka 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, Roszponka 20g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa ziemniaczana **(Gotowanie) 400g *(7, 9, 10), Rolada drobiowa z brokułami 100g *(1, 3, 7), Sos koperkowy **(Gotowanie) 100g *(1, 7),

Ziemniaki z wody ******(Gotowanie warzyw) 200g, Kalarepa z marchwią z wody ******(Gotowanie warzyw) 150g ***(7)**, Kompot owocowy-cukrzyca ******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 ***(1, 3, 7)**, Szynka Chlebowa 50g ***(1, 7, 8, 9, 10)**, Ogórki Kwaszone 150g

Posiłek Nocny

Serek Homogenizowany 100G ***(7, P47)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 885,1026	kcal
Białko	100,7734	g
Tłuszcz	62,0300	g
Węglowodany	288,4708	g
w tym NKT	30,5909	g
W tym cukry	22,9979	g
Błonnik	27,9873	g
Magnez	172,8557	mg
Sód	2 920,4841	mg

Dieta: 02a Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Zupa mleczna z budyniu ******(Gotowanie) 300g ***(7, P47)**, Pieczywo z masłem 1 ***(1, 3, 7)**, Filet Z Indyka Pieczony 50g, Roszponka 20g, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa ziemniaczana b/ml ******(Gotowanie) 400g ***(9, 10)**, Rolada drobiowa z brokułami 100g ***(1, 3, 7)**, Sos koperkowy b/ml ******(Gotowanie) 100g ***(1, 7)**, Ziemniaki z wody ******(Gotowanie warzyw) 200g, Kalarepa z marchwią z wody ******(Gotowanie warzyw) 150g ***(7)**, Kompot owocowy-cukrzyca ******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 ***(1, 3, 7)**, Szynka Chlebowa 50g ***(1, 7, 8, 9, 10)**, Ser Twarogowy - Plastry D 21,43g ***(7)**

Posiłek Nocny

Serek Homogenizowany 100G ***(7, P47)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 878,5056	kcal
Białko	101,0100	g
Tłuszcz	61,5902	g
Węglowodany	281,9495	g
w tym NKT	30,56803	g
W tym cukry	23,7266	g
Błonnik	26,4773	g

Magnez	140,3557	mg
Sód	1 628,9841	mg

Dieta: 03 Dieta papkowata

Śniadanie

Zupa mleczna z budyniu **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Kawiorek z masłem 1 *(1, 3, 7), Pasta z wędlin i jaj 120g *(3), Miód 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa ziemniaczana b/ml **(Gotowanie) 400g *(9, 10), Filet z kurczaka gotowany mielony 80g *(9), Sos koperkowy b/ml **(Gotowanie) 100g *(1, 7), Ziemniaki puree 200g *(7), Kalarepa z marchwią z wody **(Gotowanie warzyw) 150g *(7), Kompot owocowy-cukrzyca **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Kawiorek z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z brokuła i jajek 120g *(3), Ser Twarogowy - Plastry D 21,43g *(7)

Posiłek Nocny

Serek Homogenizowany 100G *(7, P47)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 321,5230	kcal
Białko	122,5325	g
Tłuszcz	76,5708	g
Węglowodany	314,6296	g
w tym NKT	35,93623	g
W tym cukry	41,6847	g
Błonnik	23,8200	g
Magnez	188,1500	mg
Sód	1 758,7700	mg

Dieta: 03a Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem (bez cukru) 300g *(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, Zupa ziemniaczana **(Gotowanie) 400g *(7, 9, 10), Kompot owocowy-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	1 729,4826	kcal
Białko	107,4080	g
Tłuszcz	69,6684	g
Węglowodany	267,1569	g
w tym NKT	22,4615	g
W tym cukry	42,9699	g
Błonnik	57,1483	g
Magnez	144,6557	mg
Sód	1 250,1991	mg

Dieta: 07 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Zupa mleczna z budyniu ******(Gotowanie) 300g ***(7, P47)**, Bułka Grahamka 50g ***(1, 3, 7)**, Chleb Baltonowski 70g ***(1, 7)**, Masło Porcyjne 10 G 10g ***(7)**, Filet Z Indyka Pieczony 50g, Roszponka 20g, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa ziemniaczana ******(Gotowanie) 400g ***(7, 9, 10)**, Rolada drobiowa z brokułami 100g ***(1, 3, 7)**, Sos koperkowy ******(Gotowanie) 100g ***(1, 7)**, Ziemniaki z wody ******(Gotowanie warzyw) 200g, Kalarepa z marchwią z wody ******(Gotowanie warzyw) 150g ***(7)**, Kompot owocowy-cukrzyca ******(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 ***(1, 7)**, Szynka Chlebowa 50g ***(1, 7, 8, 9, 10)**, Ogórki Kwaszone 150g

Posiłek Nocny

Serek Homogenizowany 100G ***(7, P47)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 789,3026	kcal
Białko	99,0334	g
Tłuszcz	59,8600	g
Węglowodany	270,8708	g
w tym NKT	30,4319	g
W tym cukry	24,6479	g
Błonnik	28,3973	g
Magnez	172,8557	mg
Sód	2 466,4841	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 muszkatołowa	P34 - Glutaminian	P35 - Goździk
P36 - Grzyb	P37 - Homar	P38 - Imbir	P39 - Jabłko