

Jadłospis na dzień: 03-10-2026, Sobota

Dieta: 01 z1 Dieta Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Kielbasa Szynkowa Drobiowa 50g *(7, 10), Sałata Zielona 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa z cukinii z ziemniakami **(Gotowanie) 400g *(7, 9, 10), Filet z kurczaka duszony 110g *(1), Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g, Marchew z groszkiem **(Gotowanie) 160g *(1), Kompot z rabarbaru **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Szynka Gotowana 50g *(10), Pomidory 150g

Posiłek Nocny

Mus Owocowo-Warzywny 120 G

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 808,6326	kcal
Białko	97,0640	g
Tłuszcz	48,0624	g
Węglowodany	254,7099	g
w tym NKT	17,6590	g
W tym cukry	27,5659	g
Błonnik	33,9363	g
Magnez	120,9557	mg
Sód	909,5441	mg

Dieta: 02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Kielbasa Szynkowa Drobiowa 50g *(7, 10), Sałata Zielona 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa z cukinii z ziemniakami **(Gotowanie) 400g *(7, 9, 10), Filet z kurczaka duszony 110g *(1), Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g, Bukiet warzyw **(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot z rabarbaru **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Szynka Gotowana 50g *(10), Pomidory 150g

Posiłek Nocny

Mus Owocowo-Warzywny 120 G

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 834,2226	kcal
Białko	95,8874	g
Tłuszcz	49,1760	g
Węglowodany	267,7488	g
w tym NKT	17,7362	g
W tym cukry	25,3919	g
Błonnik	29,0343	g
Magnez	120,9557	mg
Sód	1 363,6141	mg

Dieta: 02a Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem *(Gotowanie) 300g *(7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Kiełbasa Szynkowa Drobiowa 50g *(7, 10), Sałata Zielona 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa z cukinii z ziemniakami b/ml *(Gotowanie) 400g *(9, 10), Filet z kurczaka duszony 110g *(1), Ziemniaki z wody *(Gotowanie warzyw) 200g, Bukiet warzyw *(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot z rabarbaru *(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Szynka Gotowana 50g *(10), Serek Hąga 16,66g *(7)

Posiłek Nocny

Mus Owocowo-Warzywny 120 G

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 853,5038	kcal
Białko	97,0852	g
Tłuszcz	52,9076	g
Węglowodany	262,94188	g
w tym NKT	21,2696	g
W tym cukry	25,70164	g
Błonnik	22,7343	g
Magnez	120,9557	mg
Sód	1 353,2801	mg

Dieta: 03 Dieta papkowata

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem ****(Gotowanie)** 300g ***(7, P47)**, Kawiorek z masłem 1 ***** (1, 3, 7), Pasta z wędlin i jaj 120g ***(3, 7, 10)**, Powidła 30g, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa z cukinii z ziemniakami ****(Gotowanie)** 400g ***(7, 9, 10)**, Filet z kurczaka duszony mielony 110g ***(1)**, 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)**, Serek Haga 16,66g ***(7)**

Posiłek Nocny

Mus Owocowo-Warzywny 120 G

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 424,3012	kcal
Białko	112,3172	g
Tłuszcz	79,1482	g
Węglowodany	306,95398	g
w tym NKT	28,0482	g
W tym cukry	40,60474	g
Błonnik	21,3780	g
Magnez	163,8000	mg
Sód	1 645,4160	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 z cukinii z ziemniakami ****(Gotowanie)** 400g ***(7, 9, 10)**, 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

Mus Owocowo-Warzywny 120 G

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 819,0610	kcal
----------------------	------------	------

Białko	106,2856	g
Tłuszcz	74,4982	g
Węglowodany	245,3872	g
w tym NKT	22,5074	g
W tym cukry	41,9649	g
Błonnik	53,5093	g
Magnez	107,4557	mg
Sód	1 102,8991	mg

Dieta: 07 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem ******(Gotowanie) 300g *****(7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *****(1, 7), Kielbasa Szynkowa Drobiowa 50g *****(7, 10), Sałata Zielona 25g, Kawa zbożowa 200g *****(1)

Obiad

Zupa z cukinii z ziemniakami ******(Gotowanie) 400g *****(7, 9, 10), Filet z kurczaka duszony 110g *****(1), 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), Szynka Gotowana 50g *****(10), Pomidory 150g

Posiłek Nocny

Mus Owocowo-Warzywny 120 G

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 666,2226	kcal
Białko	92,6274	g
Tłuszcz	46,8660	g
Węglowodany	233,9588	g
w tym NKT	17,5192	g
W tym cukry	21,7419	g
Błonnik	29,7243	g
Magnez	120,9557	mg
Sód	909,6141	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