

Jadłospis na dzień: 07-10-2026, Środa

Dieta: 01 z1 Dieta Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Szynka Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa ogórkowa **(Gotowanie) 400g *(1, 7, 9, P24), Pieczeń z indyka z warzywami **(Duszenie) *(9), Sos chrzanowy **(Gotowanie) 100g *(1, 7, 9, 10), Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g, Surówka z kapusty czerwonej i jabłek z olejem 150g *(P39), Kompot owocowy **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g *(7, 10, P47), Pomidory 150g

Posiłek Nocny

Sok Smoothie 250g *(P19, P71, P80)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 090,8726	kcal
Białko	101,5210	g
Tłuszcz	64,7944	g
Węglowodany	318,7089	g
w tym NKT	30,5408	g
W tym cukry	61,6939	g
Błonnik	38,5273	g
Magnez	81,0557	mg
Sód	2 117,1041	mg

Dieta: 02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Szynka Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa krem z dyni z pomidorami **(Gotowanie) 300g *(3, 7, 9, 10), Pieczeń z

indyka z warzywami ****(Duszenie) *(9)**, Sos koperkowy ****(Gotowanie) 100g *(1, 7)**, Ziemniaki z wody ****(Gotowanie warzyw) 200g**, Bukiet warzyw ****(Gotowanie warzyw) 150g**, Kompot owocowy ****(Gotowanie) 200g**

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 ***(1, 3, 7)**, Pasta z sera białego i wędlin 120g ***(7, 10, P47)**, Pomidory 150g

Posiłek Nocny

Sok Smoothie 250g ***(P19, P71, P80)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 298,3250	kcal
Białko	103,2579	g
Tłuszcz	67,4480	g
Węglowodany	320,4758	g
w tym NKT	28,9868	g
W tym cukry	61,9809	g
Błonnik	38,1433	g
Magnez	71,0557	mg
Sód	1 892,9097	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 Tostowa Z Kurczaka 50g ***(1, 6, 9, 10)**, Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g ***(1)**

Obiad

Zupa krem z dyni z pomidorami ****(Gotowanie) 300g *(3, 7, 9, 10)**, Pieczeń z indyka z warzywami ****(Duszenie) *(9)**, Sos koperkowy b/ml ****(Gotowanie) 100g *(1, 7)**, Ziemniaki z wody ****(Gotowanie warzyw) 200g**, Bukiet warzyw ****(Gotowanie warzyw) 150g**, Kompot owocowy ****(Gotowanie) 200g**

Kolacja

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

Posiłek Nocny

Sok Smoothie 250g ***(P19, P71, P80)**

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 333,7750	kcal
Białko	102,8654	g
Tłuszcz	65,0480	g
Węglowodany	335,2158	g
w tym NKT	27,3518	g
W tym cukry	79,0709	g
Błonnik	31,8433	g
Magnez	71,0557	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), Ser Twarogowy Topiony Deliser 17,5g *(7), Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa krem z dyni z pomidorami **(Gotowanie) 300g *(3, 7, 9, 10), Pieczeń z indyka z warzywami mielona **(Duszenie) *(9), Sos koperkowy **(Gotowanie) 100g *(1, 7), Ziemniaki puree 200g *(7), Bukiet warzyw **(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot owocowy **(Gotowanie) 200g

Kolacja

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

Posiłek Nocny

Sok Smoothie 250g *(P19, P71, P80)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 880,8324	kcal
Białko	112,9014	g
Tłuszcz	99,6646	g
Węglowodany	361,0609	g
w tym NKT	35,8764	g
W tym cukry	79,4030	g
Błonnik	28,9140	g
Magnez	90,8000	mg
Sód	2 111,2081	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 krem z dyni (bez pomidorów) **(Gotowanie) 300g *(3, 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

Sok Smoothie 250g *(P19, P71, P80)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 046,0203	kcal
Białko	108,7915	g
Tłuszcz	79,5086	g
Węglowodany	274,0303	g
w tym NKT	26,9462	g
W tym cukry	67,9984	g
Błonnik	57,7583	g
Magnez	110,6557	mg
Sód	1 277,6623	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 Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa krem z dyni z pomidorami **(Gotowanie) 300g *(3, 7, 9, 10), Pieczeń z indyka z warzywami **(Duszenie) *(9), Sos koperkowy **(Gotowanie) 100g *(1, 7), Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g, Bukiet warzyw ** (Gotowanie warzyw) 150g, Kompot owocowy-cukrzyca **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g *(7, 10, P47), Pomidory 150g

Posiłek Nocny

Sok Smoothie 250g *(P19, P71, P80)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 130,3250	kcal
Białko	99,9979	g
Tłuszcz	65,1380	g
Węglowodany	286,6858	g
w tym NKT	28,7698	g
W tym cukry	58,3309	g
Błonnik	38,8333	g
Magnez	71,0557	mg
Sód	1 438,9097	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