

Jadłospis na dzień: 10-10-2026, Sobota

Dieta: 01 z1 Dieta Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną **(Gotowanie) 300g *(1, 7, P47), Kawa zbożowa 200g *(1), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Sałata Lodowa 25g, Filet Parzony Z Indyka 50g *(7), Powidła 25g

Obiad

Zupa szparagowa z makaronem w.m **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Mięso wieprzowe duszone **(Duszenie) 80g *(1), Ziemniaki z wody ** (Gotowanie warzyw) 200g, Brukselka z bułką tartą **(Gotowanie warzyw) 150g *(1, 3, 7, P47), Kompot ze śliwek mrożonych **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Szynka Gotowana 50g *(10), Ser Żółty - Gouda 50g *(7), Pomidory 150g, Ogórki Kwaszone 150g

Posiłek Nocny

Mus Owocowo-Warzywny 120 G 120g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 160,8426	kcal
Białko	115,8670	g
Tłuszcz	69,9744	g
Węglowodany	292,3229	g
w tym NKT	34,7746	g
W tym cukry	39,9799	g
Błonnik	37,3083	g
Magnez	108,5557	mg
Sód	2 398,7741	mg

Dieta: 02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną **(Gotowanie) 300g *(1, 7, P47), Kawa zbożowa 200g *(1), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Filet Parzony Z Indyka 50g *(7), Sałata Lodowa 250g, Powidła 25g

Obiad

Zupa szparagowa z makaronem w.m **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Mięso wieprzowe duszone **(Duszenie) 80g *(1), Ziemniaki z wody **

(Gotowanie warzyw) 200g, Bukiet warzyw *(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot ze śliwek mrożonych *(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Szynka Gotowana 50g *(10), Ser Twarogowy Topiony Deliser 17,5g *(7), Pomidory 150g, Ogórki Kwaszone 150g

Posiłek Nocny

Mus Owocowo-Warzywny 120 G 120g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 102,9326	kcal
Białko	103,1714	g
Tłuszcz	63,4720	g
Węglowodany	302,2068	g
w tym NKT	26,2852	g
W tym cukry	40,9359	g
Błonnik	32,6213	g
Magnez	72,5557	mg
Sód	2 426,6766	mg

Dieta: 02a Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną *(Gotowanie) 300g *(1, 7, P47), Kawa zbożowa 200g *(1), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Filet Parzony Z Indyka 50g *(7), Sałata Lodowa 250g, Powidła 25g

Obiad

Zupa szparagowa z makaronem w.m *(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Mięso wieprzowe duszone *(Duszenie) 80g *(1), Ziemniaki z wody *(Gotowanie warzyw) 200g, Bukiet warzyw *(Gotowanie warzyw) 150g, Kompot ze śliwek mrożonych *(Gotowanie) 200g

Kolacja

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

Posiłek Nocny

Mus Owocowo-Warzywny 120 G 120g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 057,4638	kcal
Białko	101,7792	g
Tłuszcz	62,4036	g
Węglowodany	294,03988	g
w tym NKT	30,2086	g
W tym cukry	41,43564	g
Błonnik	25,5713	g
Magnez	72,5557	mg

Dieta: 03 Dieta papkowata

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną **(Gotowanie) 300g *(1, 7, P47), Kawa zbożowa 200g *(1), Powidła 25g, Kawiorek z masłem 1 *(1, 3, 7), Serek Wiejski Bez Laktozy 180 G 180g *(7)

Obiad

Zupa szparagowa z makaronem w.m **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Bukiet warzyw **(Gotowanie warzyw) 150g, Pulpet drobiowy 90g *(1, 3, 7, 9, P50), Sos koperkowy **(Gotowanie) 100g *(1, 7), Ziemniaki puree 200g *(7), Kompot ze śliwek mrożonych **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Serek Haga 16,66g *(7), Kawiorek z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z wędlin i jaj 120g *(3, 10)

Posiłek Nocny

Mus Owocowo-Warzywny 120 G 120g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 583,4062 kcal
Białko	122,0442 g
Tłuszcz	81,2902 g
Węglowodany	332,09898 g
w tym NKT	38,66575 g
W tym cukry	41,65524 g
Błonnik	20,4690 g
Magnez	92,4000 mg
Sód	1 465,4760 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

Zupa szparagowa z makaronem w.m **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Warzywa z wody 180g *(7, 9, P47), Filet z kurczaka gotowany 80g *(9), Olej 25g, Ziemniaki z wody **(Gotowanie warzyw) 200g, Kompot ze śliwek 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 120g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 922,0386	kcal
Białko	118,8641	g
Tłuszcz	71,1352	g
Węglowodany	261,7949	g
w tym NKT	22,7086	g
W tym cukry	48,7149	g
Błonnik	52,7383	g
Magnez	103,2557	mg
Sód	1 146,5491	mg

Dieta: 07 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną **(Gotowanie) 300g *(1, 7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Filet Parzony Z Indyka 50g *(7), Sałata Lodowa 250g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Zupa szparagowa z makaronem w.m. **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Mięso wieprzowe duszone **(Duszenie) 80g *(1), Ziemniaki z wody ** (Gotowanie warzyw) 200g, Bukiet warzyw ** (Gotowanie warzyw) 150g, Kompot ze śliwek mrożonych -cukrzyca ** (Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Szynka Gotowana 50g *(10), Ser Twarogowy Topiony Deliser 17,5g *(7), Pomidory 150g, Ogórki Kwaszone 150g, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7)

Posiłek Nocny

Mus Owocowo-Warzywny 120 G 120g

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 877,9326	kcal
Białko	99,6614	g
Tłuszcz	61,1620	g
Węglowodany	254,9168	g
w tym NKT	26,0682	g
W tym cukry	26,5359	g
Błonnik	33,3113	g
Magnez	72,5557	mg
Sód	1 972,6766	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