

Jadłospis na dzień: 11-10-2026, Niedziela

Dieta: 01 z1 Dieta Podstawowa

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Kielbasa Biała Z Indyka 130g, Musztarda Porcyjna 15g *(1, 7, 10), Jajko gotowane 50g *(3), Sałata Zielona 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Rosół z makaronem **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 9, 10), Filet z kurczaka gotowany 80g *(9), Sos potrawkowy **(Gotowanie) 100g *(1, 3, 7), Ryż na sypko **(Gotowanie) 160g *(7), Marchew z groszkiem **(Gotowanie) 160g *(1), Kompot owocowy **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Pomidory Koktajlowe 150g

Posiłek Nocny

Jogurt Naturalny B/Laktozy 150 MI *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 556,8488	kcal
Białko	126,8960	g
Tłuszcz	80,1446	g
Węglowodany	317,9287	g
w tym NKT	32,3353	g
W tym cukry	38,5930	g
Błonnik	29,1700	g
Magnez	39,6000	mg
Sód	1 378,7285	mg

Dieta: 02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną **(Gotowanie) 300g *(7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Kielbasa Biała Z Indyka 130g, Ketchup Porcyjny 15 G, Jajko gotowane 50g *(3), Sałata Zielona 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Rosół z makaronem **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 9, 10), Filet z kurczaka

gotowany 80g *(9), Sos potrawkowy *(Gotowanie) 100g *(1, 3, 7), Ryż na sypko *(Gotowanie) 160g *(7), Marchew oprószana *(Gotowanie) 160g *(1, P50), Kompot owocowy *(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Pomidory Koktajlowe 150g

Posiłek Nocny

Jogurt Naturalny B/Laktozy 150 MI *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 560,1988	kcal
Białko	123,4860	g
Tłuszcz	80,4296	g
Węglowodany	341,1287	g
w tym NKT	32,2323	g
W tym cukry	31,6080	g
Błonnik	19,1600	g
Magnez	39,6000	mg
Sód	1 964,7285	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 Gotowana 50g *(10), Jajko gotowane 50g *(3), Sałata Zielona 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Rosół z makaronem *(Gotowanie) 400g *(1, 3, 9, 10), Filet z kurczaka gotowany 80g *(9), Sos potrawkowy *(Gotowanie) 100g *(1, 3, 7), Ryż na sypko *(Gotowanie) 160g *(7), Marchew oprószana *(Gotowanie) 160g *(1, P50), Kompot owocowy *(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Miód 25g

Posiłek Nocny

Jogurt Naturalny B/Laktozy 150 MI *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 464,2488	kcal
Białko	119,7335	g
Tłuszcz	66,2796	g
Węglowodany	352,3987	g
w tym NKT	32,6573	g
W tym cukry	49,4580	g
Błonnik	17,3600	g
Magnez	39,6000	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 - Plastry D 21,43g *(7), Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Rosół z makaronem **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 9, 10), Filet z kurczaka gotowany mielony 80g *(9), Sos potrawkowy **(Gotowanie) 100g *(1, 3, 7), Ziemniaki puree 200g *(7), Marchew oprószana **(Gotowanie) 160g *(1, P50), Kompot owocowy **(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Kawiorek z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z wędlin i warzyw 120g *(3, 9), Miód 25g

Posiłek Nocny

Jogurt Naturalny B/Laktozy 150 MI *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 669,6458	kcal
Białko	121,0431	g
Tłuszcz	90,2970	g
Węglowodany	349,3230	g
w tym NKT	38,16443	g
W tym cukry	55,2847	g
Błonnik	19,3890	g
Magnez	116,4000	mg
Sód	1 778,0320	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, Rosół z makaronem **(Gotowanie) 400g *(1, 3, 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

Jogurt Naturalny B/Laktozy 150 MI *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	1 961,0034	kcal
Białko	123,7721	g
Tłuszcz	76,3236	g
Węglowodany	259,1090	g
w tym NKT	27,1718	g
W tym cukry	53,2619	g
Błonnik	55,1723	g
Magnez	96,6557	mg
Sód	1 291,2391	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), Kielbasa Biała Z Indyka 130g, Musztarda Porcyjna 15g *(1, 7, 10), Jajko gotowane 50g *(3), Sałata Zielona 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Obiad

Rosół z makaronem *(Gotowanie) 400g *(1, 3, 9, 10), Filet z kurczaka gotowany 80g *(9), Sos potrawkowy *(Gotowanie) 100g *(1, 3, 7), Ziemniaki z wody *(Gotowanie warzyw) 200g, Marchew z groszkiem *(Gotowanie) 160g *(1), Kompot owocowy-cukrzyca *(Gotowanie) 200g

Kolacja

Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Pomidory Koktajlowe 150g

Posiłek Nocny

Jogurt Naturalny B/Laktozy 150 MI *(7)

Suma wartości odżywczych diety:

Wartość energetyczna	2 162,6314	kcal
Białko	121,9160	g
Tłuszcz	75,3870	g
Węglowodany	260,2156	g
w tym NKT	29,3877	g
W tym cukry	34,8769	g
Błonnik	31,2023	g
Magnez	96,6557	mg
Sód	1 401,0326	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