

Jadłospis 17.10.2024

Dieta podstawowa

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki owsiane na mleku (1,7) 250ml Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Szyńka delikatesowa z kurcząt (1,6,7,9,10) 50 g Serek śmietankowy (7) 0,5 szt. Pomidor 80g Sałata 20 g Jabłko 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami (9) 350ml Gulasz z kurczaka duszony z warzywami 200g (1) Ryż parboiled 200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Pasta jajeczna z jogurtem i koperkiem 100g (3,7) Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2383 kcal, białko 97 g, węglowodany 262 g, w tym cukry 39 g, tłuszcz 116 g, w tym nasycone 53 g, błonnik 34 g, sól 8,8 g

Dieta łatwostrawna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki kukurydziane na mleku (1,7) 250ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Szyńka delikatesowa z kurcząt (1,6,7,9,10) 50 g Serek śmietankowy (7) 0,5 szt. Pomidor bez skórki 80g Sałata 20 g Jabłko pieczone 100 g Herbata bez cukru 300 ml Oddział pediatrii*	Zupa grysikowa z oliwą (9) 350ml Gulasz z kurczaka duszony z warzywami 200g (1) (bez papryki) Ryż parboiled 140g Surówka z marchewki i jabłka na jogurcie 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Pasta jajeczna z jogurtem i koperkiem 100g (3,7) Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2121 kcal, białko 70 g, węglowodany 254 g, w tym cukry 35g, tłuszcz 100 g, w tym nasycone 44 g, błonnik 33 g, sól 5,4 g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów nasyconych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki kukurydziane na mleku (1,7) 250ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 15g (7) Szyńka delikatesowa z kurcząt (1,6,7,9,10) 50 g Serek śmietankowy (7) 0,5 szt. Pomidor bez skórki 80g Sałata 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami (9) 350ml Gulasz z kurczaka duszony z warzywami 200g (1) (bez papryki) Ryż parboiled 140g Surówka z marchewki i jabłka na jogurcie 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Pasta jajeczna z jogurtem i koperkiem 100g (3,7) Ser żółty (1) 30 g Masło 15g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2121 kcal, białko 70 g, węglowodany 254 g, w tym cukry 35g, tłuszcz 100 g, w tym nasycone 44 g, błonnik 33 g, sól 5,4 g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Masło 20g (7) Szyńka delikatesowa z kurcząt (1,6,7,9,10) 50 g Serek śmietankowy (7) 0,5 szt. Pomidor 80g Sałata 20 g Jabłko 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa grysikowa z oliwą (9) 350ml Gulasz z kurczaka duszony z warzywami 200g (1) Ryż parboiled 140g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Pasta jajeczna z jogurtem i koperkiem 100g (3,7) Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2221 kcal, białko 98 g, węglowodany 238 g, w tym cukry 23 g, tłuszcz 110 g, w tym nasycone 51 g, błonnik 36 g, sól 8,1 g

Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>*Papka śniadaniowa mleczno-kukurydziana (1,3,7) 300g Jabłko pieczone 100g Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Zupa grysikowa z oliwą (9) 350ml Gulasz z kurczaka duszony z warzywami 200g (1) (bez papryki) (zmielony) Ziemniaki z wody 200g (puree) Warzywa z wody (7) 100g (zblendowane) Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>*Papka z kaszy manny na gęsto (1,7) 200 g z masłem (7) 20 g Jabłko duszone 150 g Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Jogurt naturalny (7) 150g</p>

Wartości odżywcze: 2108 kcal, białko 56 g, węglowodany 216 g, w tym cukry 48 g, tłuszcz 118 g, w tym nasycone 59 g, błonnik 20 g, sól 1,5 g

Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>Płatki owsiane na mleku (1,7) 250ml Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 15g (7) Serek śmietankowy (7) 1 szt. Pomidor 80g Sałata 20 g Jabłko 150 g Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami (9) 350ml Gulasz z warzywami z dodatkiem ciecierzycy 200g (1) Ryż parboiled 140g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>Chleb żytni (1) 100 g Pasta jajeczna z jogurtem i koperkiem 100g (3,7) Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Jogurt naturalny (7) 150g</p>

Wartości odżywcze: 2235 kcal, białko 81 g, węglowodany 252 g, w tym cukry 36 g, tłuszcz 101 g, w tym nasycone 45 g, błonnik 36 g, sól 5,4 g

Dieta bezmleczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Margaryna bezmleczna 20g Szynka delikatesowa z kurcząt (1,6,7,9,10) 80 g Pomidor 80g Sałata 20 g Jabłko 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami (9) 350ml Gulasz z udźca z kurczaka duszony z warzywami 200g (1) Ryż parboiled 140g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Pasta jajeczna z majonezem i koperkiem 100g (3,7, 10) Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

Wartości odżywcze: 1800 kcal, białko 71 g, węglowodany 257 g, w tym cukry 36 g, tłuszcz 62 g, w tym nasycone 12 g, błonnik 36 g, sól 5,7 g

Jadlospis 18.10.2024

Dieta podstawowa

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Ryż na mleku (7) 250 ml Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Ser twarogowy z koperkiem (7) 100g Ogórek zielony 80g Dżem 50 g Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Barszcz czerwony z ciecierzycą (7,9) 350ml Filet z miruny smażony (1,4) 120 g Ziemniaki z koperkiem 140g Surówka z kwaszonej kapusty z marchewką 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Kurczak pieczony premium (7,9,10) 70g Ser żółty (7) 30 g Ogórek kwaszony 100 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Bułka drożdżowa słodka (1,7) 1 szt.

Wartości odżywcze: 2524 kcal, białko 118 g, węglowodany 301 g, w tym cukry 55 g, tłuszcz 95 g, w tym nasycone 38 g, błonnik 30 g, sól 3,5 g

Dieta łatwostrawna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Ryż na mleku (7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Ser twarogowy (7) 100 g Pomidor bez skórki 80g Dżem 50 g Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml Oddział pediatrii*	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez ciecierzycy) (7,9) 350ml Filet z miruny gotowany (1, 4) z gotowanymi warzywami 250 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Kurczak pieczony premium (7,9,10) 70g Ser żółty (7) 30 g Pomidor bez skórki 80 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Bułka drożdżowa słodka (1,7) 1 szt.

Wartości odżywcze: 2456 kcal, białko 116 g, węglowodany 299 g, w tym cukry 55 g, tłuszcz 70 g, w tym nasycone 36 g, błonnik 27 g, sól 3,5 g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Ryż na mleku (7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 15g (7) Ser twarogowy (7) 100 g Pomidor bez skórki 80g Dżem 50 g Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez ciecierzycy) (7,9) 350ml Filet z miruny gotowany (1, 4) z gotowanymi warzywami 250 g Ziemniaki z koperkiem 200g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Kurczak pieczony premium (7,9,10) 70g Ser żółty (1) 30 g Pomidor bez skórki 80 g Masło 15g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2279 kcal, białko 116 g, węglowodany 299 g, w tym cukry 55 g, tłuszcz 70 g, w tym nasycone 36 g, błonnik 27 g, sól 3,5 g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Masło 15g (7) Ser twarogowy z koperkiem (7) 100 g Masło 20g (7) Ogórek zielony 80g Dżem 50 g Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Barszcz czerwony z ciecierzycą (7,9) 350ml Filet z miruny smażony (1,4) 120 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kwaszonej kapusty z marchewką 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Kurczak pieczony premium (7,9,10) 70g Ser żółty (7) 30 g Ogórek kwaszony 100 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2071 kcal, białko 109 g, węglowodany 207 g, w tym cukry 24 g, tłuszcz 88 g, w tym nasycone 36 g, błonnik 32 g, sól 4,8 g

Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>*Kleik ryżowy mleczny z maselkiem (7) 300g Jogurt naturalny (7) 150g Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez ciecierzycy) (7,9) 350ml (zblendowana) Filet z miruny gotowany (1, 4) z gotowanymi warzywami 250 g Ziemniaki z wody 200g (puree) Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>*Koktajl owocowo-mleczny z dodatkiem płatków (1,7) 200g Bułka kajzerka (1) 60 g (do maczania w mleku) Mleko (7) 200g Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Bułka drożdżowa słodka (1,7) 1 szt. (do maczania w mleku) Mleko (7) 200 ml</p>

Wartości odżywcze: 1696 kcal, białko 75 g, węglowodany 184 g, w tym cukry 63g, tłuszcz 61 g, w tym nasycone 36 g, błonnik 18 g, sól 2,6 g

Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>Ryż na mleku (7) 250 ml Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Ser twarogowy z koperkiem (7) 100 g Ogórek zielony 80g Dżem 50 g Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ciecierzycą (7,9) 350ml Kotleciki ziemniaczane z serem i pieczarkami (1,3,7,) 350g Surówka z kwaszonej kapusty z marchewką 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>Chleb żytni (1) 100 g Ser żółty (7) 70 g Dżem 40 g Ogórek kwaszony 100 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Bułka drożdżowa słodka (1,7) 1 szt.</p>

Wartości odżywcze: 2532 kcal, białko 109 g, węglowodany 307 g, w tym cukry 56 g, tłuszcz 97 g, w tym nasycone 38 g, błonnik 33 g, sól 2,8 g

Dieta bezmleczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Margaryna bezmleczna 20g Szynka dębowa 80 g Ogórek zielony 80g Dżem 50 g Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Barszcz czerwony z ciecierzycą (9) 350ml Filet z miruny smażony (1,4) 120 g Ziemniaki z koperkiem 200g Surówka z kwaszonej kapusty z marchewką 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Kurczak pieczony premium (7,9,10) 80g Ogórek kwaszony 100 g Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2022 kcal, białko 97 g, węglowodany 272 g, w tym cukry 57 g, tłuszcz 60 g, w tym nasycone 11 g, błonnik 30 g, sól 5,3 g

Jadłospis 19.10.2024

Dieta podstawowa

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Kasza manna na mleku 250 ml (1, 7) Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Jajko na twardo (3) 100 g Szynka dębowa 50 g Sałata 20 g Pomidor 80 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką (7, 9,) 350 ml Kotlet schabowy smażony (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałata i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1)100g Kielbasa szynkowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt owocowy (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2413kcal, białko 109 g, węglowodany 242 g, w tym cukry 51 g, tłuszcz 1187 g, w tym nasycone 42 g, błonnik 24 g, sól 5,9g

Dieta łatwostrawna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Kasza manna na mleku 250 ml (1, 7) Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Jajko na miękko (3) 100 g Szynka dębowa 50 g Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml Oddział pediatrii*	Zupa pomidorowa z ryżem i natką (7, 9,) 350 ml Pieczona pierś z kurczaka bez panierki 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałata i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1)100g Kielbasa szynkowa drobiowa 80g (1,6,7,9,10) Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt owocowy (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2370 kcal, białko 105 g, węglowodany 242 g, w tym cukry 51 g, tłuszcz 117 g, w tym nasycone 42g, błonnik 26 g, sól 5,6 g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów nasyconych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Kasza manna na mleku 250 ml (1, 7) Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 15g (7) Jajko na miękko (3) 100 g Szynka dębowa 50 g Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką (7, 9,) 350 ml Pieczona pierś z kurczaka bez panierki 100g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałata i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1)100g Kielbasa szynkowa drobiowa 80g (1,6,7,9,10) Ser żółty (1) 30 g Masło 15g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt owocowy (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2165 kcal, białko 105 g, węglowodany 237 g, w tym cukry 51 g, tłuszcz 97 g, w tym nasycone 40g, błonnik 26 g, sól 5,6 g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Masło 20g (7) Jajko na twardo (3) 100 g Szynka dębowa 80 g Sałata 20 g Pomidor 80 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką (7, 9,) 350 ml Kotlet schabowy smażony (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałata i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1)100g Kielbasa szynkowa drobiowa 80g (1,6,7,9,10) Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2206 kcal, białko 104 g, węglowodany 197 g, w tym cukry 31 g, tłuszcz 117 g, w tym nasycone 42 g, błonnik 26 g, sól 5,9 g

Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>*Papka mleczna śniadaniowa z kaszą manną (1,3,7) 400g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem i natką (9,) 350 ml (zblendowana) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki z wody 200g (puree) Banan dojrzały 1 szt Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>*Kleik ryżowy (7,9) 200ml Chleb pszenny (1) 100g (maczany w mleku) Mleko (7) 200 ml Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Jogurt owocowy (7) 150 g</p>

Wartości odżywcze: 1857 kcal, białko 72 g, węglowodany 204 g, w tym cukry 65 g, tłuszcz 89 g, w tym nasycone 39 g, błonnik 21 g, sól 0,8 g

Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>Kasza manna na mleku 250 ml (1, 7) Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Jajko na twardo (3) 100 g Ser żółty 50 g Sałata 20 g Pomidor 80 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem i natką (7, 9,) 350 ml Kotlet z cieciorke (1,3) 130 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałatą i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>Chleb żytni (1)100g Serek wiejski (7) 150 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Jogurt owocowy (7) 150 g</p>

Wartości odżywcze: 2277 kcal, białko 80 g, węglowodany 243 g, w tym cukry 54 g, tłuszcz 108 g, w tym nasycone 40 g, błonnik 26 g, sól 4,0 g

Dieta bezmleczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Margaryna bezmleczna 20g Jajko na twardo (3) 100 g Szynka dębową 50 g Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką (9,) 350 ml Kotlet schabowy smażony (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z sałaty lodowej marchewki i zielonego ogórka z olejem Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100g Kielbasa szynkowa drobiowa 80g (1,6,7,9,10) Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 30 g Margaryna bezmleczna 10g (7) Szynka dębową 30 g

Wartości odżywcze: 2277 kcal, białko 80 g, węglowodany 243 g, w tym cukry 54 g, tłuszcz 108 g, w tym nasycone 40 g, błonnik 26 g, sól 4,0 g

Jadłospis 20.10.2024

Dieta podstawowa

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Parówki na gorąco (1, 9) 120 g Ser żółty (7) 50 g Sałata 20 g Ogórek zielony 80g Kakao na mleku (7) 300 ml	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9) 350 ml Kurczak pieczony 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kalafior gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 2 szt. Szynka dębowa drobiowa 50g Masło 10g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 330ml

Wartości odżywcze: 2381 kcal, białko 108 g, węglowodany 231 g, w tym cukry 47 g, tłuszcz 122 g, w tym nasycone 59 g, błonnik 18 g, sól 6,8 g

Dieta łatwostrawna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Parówki na gorąco (1, 9) 120 g Ser żółty (7) 50 g Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80g Kakao na mleku (7) 300 ml Oddział pediatrii*	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9) 350 ml Kurczak pieczony 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Puree z kalafiora z masłem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 2 szt. Szynka dębowa drobiowa 50g Masło 10g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 330ml

Wartości odżywcze: 2381 kcal, białko 108 g, węglowodany 231 g, w tym cukry 47 g, tłuszcz 122 g, w tym nasycone 59 g, błonnik 18 g, sól 6,8 g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 15g (7) Parówki na gorąco (1,9) 120 g Ser żółty (7) 50 g Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80g Kakao na mleku (7) 300 ml	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9) 350 ml Kurczak pieczony 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Puree z kalafiora z masłem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Ser żółty Szynka dębowa drobiowa 50g Masło 15 g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 330ml

Wartości odżywcze: 1984 kcal, białko 95 g, węglowodany 240 g, w tym cukry 48 g, tłuszcz 75 g, w tym nasycone 39 g, błonnik 17 g, sól 37 g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Masło 20g (7) Parówki na gorąco (1, 9) 120 g Ser żółty (7) 50 g Sałata 20 g Papryka 80g Kakao na mleku (7) 300 ml	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9) 350 ml Kurczak pieczony 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kalafior gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 2 szt. Szynka dębowa drobiowa 50g Masło 10g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 330ml

Wartości odżywcze: 2293 kcal, białko 108 g, węglowodany 209 g, w tym cukry 25 g, tłuszcz 122 g, w tym nasycone 59 g, błonnik 18 g, sól 6,8 g

Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>*Kleik ryżowy z dodatkiem oliwy (1,3,7) 300g Jogurt owocowy (7) 200g Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>*Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Rosół z makaronem (1,3, 9) 350 ml (zblendowany) Kurczak gotowany w sosie (1,7,) 200g (zmielony) Ziemniaki z wody 200g (puree) Puree z kalafiora z masłem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>*Papka z kaszą i brokułem – (1,7,) 350g Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>*Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Sok warzywny 330ml</p>

Wartości odżywcze: 1300 kcal, białko 58 g, węglowodany 158 g, w tym cukry 49 g, tłuszcz 40 g, w tym nasycone 16, błonnik 23 g, sól 2 g

Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Pasta z fasoli z warzywami (4) 100 g Ser żółty (7) 50 g Sałata 20 g Papryka 80g Kakao na mleku (7) 300ml</p>	<p>Rosół z makaronem i natką (1,3, 9) 350 ml Jajko sadzone 2 sztuki (3) 100g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kalafior gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>Chleb żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 3 szt. Masło 10g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Sok warzywny 330ml</p>

Wartości odżywcze: 2293 kcal, białko 108 g, węglowodany 209 g, w tym cukry 25 g, tłuszcz 122 g, w tym nasycone 59 g, błonnik 18 g, sól 6,8 g

Dieta bezmleczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Margaryna bezmleczna 20g Parówki na gorąco (1, 9) 120 g Sałata 20 g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Rosół z makaronem i natką (1,3,9) 350 ml Kurczak pieczony 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kalafior gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Tuńczyk w sosie własnym (4) 1 szt. Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 330ml

Wartości odżywcze: 2230 kcal, białko 99 g, węglowodany 212 g, w tym cukry 46 g, tłuszcz 115 g, w tym nasycone 32 g, błonnik 15 g, sól 8,7 g

Jadlospis 21.10.2024

Dieta podstawowa

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Serek wiejski (7) 150 g Szynka dębowa 50 g Ogórek kwaszony 100 g Sałata 20 g Banan 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Jarzynowa z fasolką szparagową (7, 9,) 350 ml Makaron z sosem bolońskim z mięsem wieprzowym, warzywami i serem żółtym (1,3,7) 420 g tj. 200g/210g/10g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 60 g Jajko na twardo (3) 50g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

Wartości odżywcze: 2129 kcal, białko 105 g, węglowodany 229 g, w tym cukry 53 g, tłuszcz 90 g, w tym nasycone 25, błonnik 20 g, sól 5,5 g

Dieta łatwostrawna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Serek wiejski (7) 150 g Szynka dębowa 50 g Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80g Banan 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Oddział pediatrii*	Jarzynowa z fasolką szparagową (7, 9,) 350 ml Makaron z sosem bolońskim z mięsem drobiowym, marchewką i serem żółtym (1,3,7) 420 g tj. 200g/210g/10g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 60 g Jajko na miękko (3) 50g Masło 20g (7) Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

Wartości odżywcze: 2030 kcal, białko 105 g, węglowodany 241 g, w tym cukry 53 g, tłuszcz 75 g, w tym nasycone 20 g, błonnik 23 g, sól 5,5 g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów nasyconych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 15g (7) Serek wiejski lekki (7) 150 g Szynka dębowa 50 g Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80g Banan 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Jarzynowa z fasolką szparagową (7, 9,) 350 ml Makaron z sosem bolońskim z mięsem drobiowym, marchewką i serem żółtym (1,3,7) 420 g tj. 200g/210g/10g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 60 g Jajko na miękko (3) 50g Masło 15g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

Wartości odżywcze: 1970 kcal, białko 99 g, węglowodany 253 g, w tym cukry 68 g, tłuszcz 65 g, w tym nasycone 19, błonnik 22 g, sól 4,4 g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Masło 20g (7) Serek wiejski (7) 150 g Szynka dębowa 50 g Ogórek kwaszony 100 g Sałata 20 g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Jarzynowa z fasolką szparagową (7, 9,) 350 ml Makaron z sosem bolońskim z mięsem wieprzowym, warzywami i serem żółtym (1,3,7) 420 g tj. 200g/210g/10g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 60 g Jajko na twardo (3) 50g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

Wartości odżywcze: 1983 kcal, białko 103 g, węglowodany 193 g, w tym cukry 33 g, tłuszcz 90 g, w tym nasycone 25, błonnik 23 g, sól 5,8 g

Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>Bułka maślana (1) 60 g (do maczania w mleku) Mleko (7) 200 ml *Serek wiejski (7) 150g Dżem – 40g Banan dojrzały 1 szt Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>*Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Jarzynowa z fasolką szparagową (7, 9,) 350 ml (zblendowana) Papka mięsna obiadowa 400ml (1,3,7,9) Jabłko pieczone – 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>*Papka ryżowa z pieczonymi jabłkami (7) 300g Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>*Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100 g</p>

Wartości odżywcze: 1600 kcal, białko 112 g, węglowodany 258 g, w tym cukry 57 g, tłuszcz 86 g, w tym nasycone 26, błonnik 24 g, sól 5,6 g

Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Serek wiejski (7) 150 g Ogórek kwaszony 100 g Sałata 20 g Banan 1 szt Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z fasolką szparagową (7, 9,) 350 ml Makaron spaghetti 180g (1) z sosem warzywnym z ciecierzycą i serem (7,9) 400 g tj. 200g/210g/10g Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>Chleb żytni (1) 100 g Jajko na twardo (3) 100g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100 g</p>

Wartości odżywcze: 1921 kcal, białko 63 g, węglowodany 267 g, w tym cukry 53 g, tłuszcz 69 g, w tym nasycone 17 g, błonnik 22 g, sól 3,6 g

Dieta bezmleczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Margaryna bezmleczna 20g Szynka dębowa 80 g Ogórek kwaszony 100 g Sałata 20 g Banan 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Jarzynowa z fasolką szparagową (9,) 350 ml Makaron z sosem bolońskim z mięsem wieprzowym, warzywami (1,3,) 420 g tj. 200g/210g/10g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 60 g Jajko na twardo (3) 100g Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

Wartości odżywcze: 1949 kcal, białko 89 g, węglowodany 224 g, w tym cukry 48g, tłuszcz 80 g, w tym nasycone 19 g, błonnik 19 g, sól 4,7 g

Jadlospis 22.10.2024

Dieta podstawowa

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki owsiane na mleku (1, 7) 250 ml Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Kurczak gotowany (7,9,10) 80 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami (7, 9,) 350 ml Filet w sosie śmietanowo-koperkowym (1,7) 200 g Kasza jęczmienna 100 g Buraczki z olejem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Serek wiejski na słodko na słodko (7) 150g Szynka gotowana wędzona (6,9) 50 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2315 kcal, białko 108 g, węglowodany 281 g, w tym cukry 66 g, tłuszcz 92 g, w tym nasycone 42 g, błonnik 29 g, sól 6,8 g

Dieta łatwostrawna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki owsiane błyskawiczne na mleku (1, 7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Kurczak gotowany (7,9,10) 80 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml Oddział pediatrii	Zupa brokułowa z ziemniakami (7, 9,) 350 ml Filet w sosie śmietanowo-koperkowym (1,7) 200 g (Sos bez dodatku śmietany) Kasza jęczmienna 100 g Buraczki z olejem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Serek wiejski na słodko na słodko 150g Szynka gotowana wędzona (6,9) 50 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Jabłko pieczone 100g Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2315 kcal, białko 108 g, węglowodany 281 g, w tym cukry 66 g, tłuszcz 92 g, w tym nasycone 42 g, błonnik 29 g, sól 6,8 g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki owsiane błyskawiczne na mleku (1, 7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Kurczak gotowany (7,9,10) 80 g Masło 15g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami (7, 9) 350 ml Gulasz wegetariański 220g (1) Kasza jęczmienna 100 g Buraczki z jabłkiem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Serek wiejski lekki (7) 150g Szyńka gotowana wędzona (6,9) 50 g Masło 15g (7) Sałata 20 g Jabłko pieczone 100g Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2216 kcal, białko 119 g, węglowodany 272 g, w tym cukry 66 g, tłuszcz 80 g, w tym nasycone 40 g, błonnik 28 g, sól 6,5 g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Kurczak gotowany (7,9,10) 80 g Masło 20g (7) Ser żółty (7) 50 g Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami (7, 9,) 350 ml Filet w sosie śmietanowo-koperkowym (1,7) 200 g Kasza jęczmienna 100 g Buraczki z olejem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Serek wiejski lekki (7) 150g Szyńka gotowana wędzona (6,9) 50 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2227 kcal, białko 108 g, węglowodany 259 g, w tym cukry 44 g, tłuszcz 91g, w tym nasycone 41 g, błonnik 29 g, sól 6,8 g

Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>*Papka mleczna śniadaniowa z ryżem (1,3,7) 300g Jabłko pieczone – 100g Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Zupa krem z brokuła (7,9) 350 ml Potrawka z kurczaka z sosem (1,7) 220g (zmielona) Ziemniaki z wody 200g (puree) Marchewka gotowana na parze 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>*Kaszotto z pomidorami (1,7,9,) 250g (zmielone) Jogurt owocowy (7) 150g Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Sok pomidorowy 300 ml</p>

Wartości odżywcze: 1874 kcal, białko 75 g, węglowodany 184 g, w tym cukry 63 g, tłuszcz 62g, w tym nasycone 36 g, błonnik 18 g, sól 2,6g

Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>Płatki owsiane na mleku (1, 7) 250 ml Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Serek kiri (7) 2 szt. Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami (7, 9,) 350 ml Gulasz wegetariański (1,) 200 g Kasza jęczmienna 100 g Buraczki z olejem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>Chleb żytni (1) 100 g Serek wiejski na słodko na słodko (7) 150g Ser żółty (7) 50 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Sok pomidorowy 300 ml</p>

Wartości odżywcze: 2277 cal, białko 74 g, węglowodany 292 g, w tym cukry 64 g, tłuszcz 90 g, w tym nasycone 42 g, błonnik 31 g, sól 4,9 g

Dieta bezmleczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Kurczak gotowany (7,9,10) 80 g Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami (9) 350 ml Gulasz wegetariański (1,) 200 g Kasza jęczmienna 100 g Buraczki z olejem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Szynka gotowana wędzona (6,9) 80 g Margaryna bezmleczna 20g Ogórek zielony 80g Sałata 20 g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 1710 kcal, białko 90 g, węglowodany 234 g, w tym cukry 48 g, tłuszcz 53 g, w tym nasycone 11 g, błonnik 27 g, sól 5,8 g

Jadlospis 23.10.2024

Dieta podstawowa

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Bułka maślana (1) 60 g Chleb żytni (1) 40 g Masło 20g (7) Szynka dębowa drobiowa 50g Ser żółty (7) 50 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Dżem 50 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Udzik z kurczaka 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Kiełbasa szynkowa dziadkowa 50g Sałatka jarzynowa z majonezem i jogurtem i koperkiem (3, 7, 9,) 150 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Chleb żytni(1) 30 g Masło 10g (7) Ser żółty (7) 20 g

Wartości odżywcze: 2326 kcal, białko 90 g, węglowodany 295 g, w tym cukry 56 g, tłuszcz 94 g, w tym nasycone 41 g, błonnik 40 g, sól 5,4 g

Dieta łatwostrawna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Bułka maślana (1) 60 g Chleb pszenno-żytni (1) 40g Masło 20g (7) Szynka dębowa drobiowa 50g Ser żółty (7) 50 g Pomidor bez skórki 80g Sałata 20 g Dżem 50 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml Oddział pediatrii*	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Udzik z kurczaka 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 90 g Kiełbasa szynkowa dziadkowa 50g Sałatka jarzynowa z jogurtem i koperkiem (3, 7, 9,) 150g Masło 20g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Chleb pszenno- żytni(1) 30 g Masło 10g (7) Ser żółty (7) 20 g

Wartości odżywcze: 2326 kcal, białko 90 g, węglowodany 295 g, w tym cukry 56 g, tłuszcz 94 g, w tym nasycone 41 g, błonnik 40 g, sól 5,4 g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Bułka maślana (1) 60 g Chleb pszenno-żytni (1) 40g Masło 15g (7) Szynka dębowa drobiowa 50g Ser żółty (7) 50 g Pomidor bez skórki 80g Sałata 20 g Dżem 50 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Udzik z kurczaka 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 90 g Masło 15g (7) Sałata 20 g Kiełbasa szynkowa dziadkowa 50g Sałatka jarzynowa z jogurtem i koperkiem (3, 7, 9,) 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Chleb żytni(1) 30 g Masło 10g (7) Ser żółty (7) 20 g

Wartości odżywcze: 2122 kcal, białko 93 g, węglowodany 297 g, w tym cukry 56 g, tłuszcz 69 g, w tym nasycone 29 g, błonnik 38 g, sól 7 g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Masło 20g (7) Szynka dębowa drobiowa 80g Ser żółty (7) 70 g Pomidor 80g Sałata 20 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Udzik z kurczaka 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Kiełbasa szynkowa dziadkowa 50g Sałatka jarzynowa z majonezem i jogurtem i koperkiem (3, 7, 9,) 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Chleb żytni(1) 30 g Masło 10g (7) Ser żółty (7) 20 g

Wartości odżywcze: 2231 kcal, białko 88 g, węglowodany 273 g, w tym cukry 34 g, tłuszcz 94 g, w tym nasycone 41 g, błonnik 40 g, sól 5,5 g

Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>Bułka maślana (1) 60 g (do maczania w mleku) Mleko (7) 200 ml *Twaróg (7) 100g Dżem 50 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Ziemniaki z wody 200g (puree) Gotowany gulasz drobiowy (1,7) 220g (zmielony) Ziemniaki z wody 200g (puree) Marchew gotowana (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>Krem z białych warzyw (1,3,9) 350 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g (bez skórki- do maczania w zupie) Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Jogurt owocowy (7) 150 g</p>

Wartości odżywcze: 1603 kcal, białko 80 g, węglowodany 185 g, w tym cukry 63 g, tłuszcz 70 g, w tym nasycone 34 g, błonnik 28 g, sól 2,2 g

Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>Bułka maślana (1) 60 g Chleb żytni (1) 40 g Masło 20g (7) Ser żółty (7) 70 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Dżem 50 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml</p>	<p>Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Kotleciki z kalafiora (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>Chleb żytni (1) 100 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Ser żółty (7) 50 g Sałatka jarzynowa z majonezem i jogurtem i koperkiem (3, 7, 9,) 150 g Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Chleb żytni(1) 30 g Masło 10g (7) Ser żółty (7) 20 g</p>

Wartości odżywcze: 1603 kcal, białko 80 g, węglowodany 185 g, w tym cukry 63 g, tłuszcz 70 g, w tym nasycone 34 g, błonnik 28 g, sól 2,2 g

Dieta bezmleczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Bułka maślana (1) 60 g Chleb żytni (1) 40 g Margaryna bezmleczna 20g Szyunka dębowa drobiowa 80g Pomidor 80 g Sałata 20 g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Udzik z kurczaka 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Kiełbasa szynkowa dziadkowa 50g Sałatka jarzynowa z majonezem i koperkiem (3,7, 9,) 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 30 g Margaryna bezmleczna 10g (7) Szyunka dębowa 30 g

Wartości odżywcze: 2003 kcal, białko 87 g, węglowodany 234 g, w tym cukry 39 g, tłuszcz 80 g, w tym nasycone 32 g, błonnik 27 g, sól 7 g

Uwaga! Jadłospis może ulec zmianie.

***Alergeny:** (*1) zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, pszenica orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) oraz produkty pochodne), (*2) skorupiaki i produkty pochodne, (*3) jaja i produkty pochodne, (*4) ryby i produkty pochodne, (*5) orzeszki ziemne (orzeszki arachidowe) i produkty pochodne, (*6) soja i produkty pochodne, (*7) mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), (*8) orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzech pistacjowy, orzechy makadamia i produkty pochodne, (*9) seler i produkty pochodne, (*10) gorczyca i produkty pochodne, (*11) nasiona sezamu i produkty pochodne, (*12) dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO₂, (*13) łubin i produkty pochodne, (*14) mięczaki i produkty pochodne.

Informacje na temat diety dostępne u dietetyka oraz w kuchni

opracowanie: mgr. Nikolinę Kmieć– dietetyk kliniczny

tel. 577 770 469

gmail: nikolinakmiec@gmail.com

Alergeny występujące w żywności

1. Ziarna zbóż zawierające **GLUTEN**, tzn. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz czy też pszenica kamut, a także ziarna odmian hybrydowych powyższych zbóż oraz produkty przygotowane na ich bazie
2. **SKORUPIAKI** i produkty pochodne
3. **JAJA** i produkty pochodne;
4. **RYBY** i produkty pochodne
5. **ORZESZKI ZIEMNE** (arachidowe) i produkty pochodne
6. **SOJA** i produkty pochodne
7. **MLEKO** i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
8. **ORZECHY** tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis*), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje / orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia (*Macadamia*) lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego
9. **SELER** i produkty pochodne
10. **GORCZYCA** i produkty pochodne
11. **NASIONA SEZAMU** i produkty pochodne
12. **DWUTLENEK SIARKI** i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców
13. **ŁUBIN** i produkty pochodne