

Jadłospis dn. 07.04.25r.

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. zupa mleczna z makaronem 300 ml. pasta kanapkowa jajeczna 80g. kawa zbożowa z mlekiem 250 ml.
(alergeny- 1,3,7)

Obiad : Zupa ryżowa 300 ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Pieczeń wieprzowa 100g. w sosie własnym 200ml. Kapusta czerwona 150g. Sok owocowy 200 ml.
(alergeny-1,7,9)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. kiełbasa sucha żywiecka 70g. wafle kukurydziane 20g. herbata 250ml.
(alergeny- 1,7)

Posiłek nocny: Mleczna kanapka -29g.

Kcal – 2251 B - 93g. T- 87g. W -280g. Sód –1863mg. Błonnik –15g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. zupa mleczna z makaronem 300ml. pasztet drobiowy 50g. kawa zbożowa 250ml.
(alergeny- 1,7)

Obiad: Zupa ryżowa 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Filet z kurczaka 100g, w sosie dietetycznym 200ml. Sałatka z buraków 150g. Sok owocowy 200 ml.
(alergeny-1,7,9)

Kolacja: jak dieta podstawowa.

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 2141 B – 90g. T -74g. W – 287g. Sód – 2106mg. Błonnik – 14g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

Śniadanie: chleb pszenno- żytni 70g. bułka grahamka 50g. masło 15g. zupa mleczna z makaronem 300ml. pasztet drobiowy 50g. jogurt naturalny 150g. kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,7)

Obiad : Zupa ryżowa 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Filet z kurczaka 100g. w sosie dietetycznym 200ml. Kapusta czerwona 150g. Sok owocowy 200ml.
(alergeny – 1,7,9)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka grahamka 50g. masło 15g. kiełbasa sucha indyka 70g. wafle kukurydziane 20g. herbata 250ml.
(alergeny – 1,7)

Posiłek nocny: Jabłko- 160g.

Kcal - 2119 B – 95g. T – 74g. W-275g. Sód – 2237mg. Błonnik – 22g.

Jadłospis dn. 08.04.25r.

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml. dżem 25g. serek kanapkowy 30g. kawa zbożowa z mlekiem 250 ml.
(alergeny- 1,7)

Obiad : Zupa wielowarzywna 300 ml. Makaron 80g. Sos boloński 200g. Budyń 125g. Herbata 250 ml.
(alergeny-1,7,9)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. serek wiejski 200g. herbata 250ml.
(alergeny- 1,7)

Posiłek nocny: Sok warzywny -300ml.

Kcal – 2145 B - 82g. T- 71g. W -290g. Sód –1882mg. Błonnik –16g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: jak dieta podstawowa.

Obiad: jak dieta podstawowa.

Kolacja: jak dieta podstawowa.

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 2126 B – 82g. T -69g. W – 291g. Sód – 1878mg. Błonnik – 16g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. bułka grahamka 50g. masło 15g. zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. serek kanapkowy 30g. jajko (1szt.). kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,7)

Obiad : Zupa wielowarzywna 300ml. Makaron 80g. Sos boloński 200ml. Papryka czerwona 40g. Sok owocowy 200 ml.
(alergeny – 1,7,9)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka grahamka 50g. masło 15g. serek wiejski 200g. herbata 250ml.
(alergeny – 1,7)

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 2113 B – 82g. T – 67g. W-290g. Sód – 1877mg. Błonnik – 16g.

Jadłospis dn. 09.04.25r.

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. rogal 50g. masło 15g. zupa mleczna z kaszą manna 300 ml. miód 25g. ser twarogowy 70g. kawa zbożowa z mlekiem 250 ml.
(alergeny- 1,7)

Obiad : Żurek z kielbasą i ziemniakami 300 ml. Ziemniaki 300g. Jajko (1szt.) w sosie koperkowym 200ml. Sok warzywny 300ml.
(alergeny-1,3,7)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. pasta kanapkowa rybna 80g. herbata 250ml.
(alergeny- 1,4,7)

Posiłek nocny: Banan- 180g.

Kcal – 2271 B - 77g. T- 87g. W -316g. Sód –2606mg. Błonnik –18g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: jak dieta podstawowa

Obiad: Zupa bogracz wołowy 300ml. Ziemniaki 300g. Jajko (1szt.) w sosie koperkowym 200ml. Rukola 20g. Sok owocowy 200ml.
(alergeny-1,3,7)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. kielbasa 70g. sucha żywiecka herbata 250ml.
(alergeny 1,7)

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 2056 B – 81g. T -62g. W – 316g. Sód – 1613mg. Błonnik – 15g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

Śniadanie: chleb pszenno- żytni 70g. bułka grahamka 50g. masło 15g. zupa mleczna z kaszą manna 300ml. ser twarogowy 70g. rzodkiewka 40g. kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,7)

Obiad : Zupa jarzynowa 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Gulasz wołowy 100g. w sosie dietetycznym 200ml. Ogórek zielony 70g. z sałatą lodową 50g. Jogurt naturalny 150g.
(alergeny – 1,7,9)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka grahamka 50g. masło 15g. kielbasa 70g. sucha żywiecka. herbata 250ml.
(alergeny – 1,7)

Posiłek nocny: Pomarańcza- 200g.

Kcal - 1848 B – 89g. T – 61g. W-249g. Sód – 1742mg. Błonnik – 22g.

Jadłospis dn. 10.04.25r.

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. drożdżówka 50g. masło 15g. zupa mleczna z makaronem 300 ml. serek kanapkowy 30g. kawa zbożowa z mlekiem 250 ml.
(alergeny- 1,7)

Obiad : Ziemniaki z koperkiem 350g. Kotlet schabowy 140g. Marchewka z groszkiem 150g. Sok warzywny 300 ml.
(alergeny-1,3,7)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. ser żółty 60g. pomidor 80g. herbata 250ml.
(alergeny- 1,7)

Posiłek nocny: Jabłko -200g.

Kcal – 2295 B - 85g. T- 92g. W -292g. Sód –1864mg. Błonnik –23g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: jak dieta podstawowa

Obiad: Ziemniaki z koperkiem 350g. Pulpet drobiowy 100g, w sosie dietetycznym 200ml. Marchewka gotowana 150g. Sok warzywny 300 ml.
(alergeny-1,3,7)

Kolacja: jak dieta podstawowa.

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 1997 B – 73g. T -67g. W – 286g. Sód – 1824mg. Błonnik – 22g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

Śniadanie: chleb razowy 120g. masło 15g. zupa mleczna z makaronem 300ml. serek wiejski 200g. rzodkiewka 40g. kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,7)

Obiad : Ziemniaki z koperkiem 350g. Pulpet drobiowy 100g. w sosie dietetycznym 200ml. Roszponka 20g. Sok warzywny 300ml.
(alergeny – 1,3,7)

Kolacja: chleb razowy 120g. masło 15g. ser żółty 60g. pomidor 80g. herbata 250ml.
(alergeny – 1,7)

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 1856 B – 90g. T – 64g. W-237g. Sód – 2500mg. Błonnik – 26g.

Jadłospis dn. 11.04.25r.

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. zupa mleczna z ryżem 300 ml. pasta kanapkowa jajeczna 80g. kawa zbożowa z mlekiem 250 ml.
(alergeny- 1,3,7)

Obiad : Zupa barszcz ukraiński 300 ml. Makaron 80g. z serem twarogowym 120g. Sok owocowy 200 ml.
(alergeny-1,7,9)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. ser topiony 17,5g. pomidor 80g. herbata 250ml.
(alergeny- 1,7)

Posiłek nocny: Jogurt naturalny -150g.

Kcal – 2344 B - 80g. T- 96g. W -286g. Sód –1422mg. Błonnik –19g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. pasztet drobiowy 50g. kawa zbożowa z mlekiem 250ml.

Obiad: Zupa barszcz ukraiński dietetyczny 300ml. Makaron 80g. z serem twarogowym 120g. Sok owocowy 200 ml.
(alergeny-1,7,9)

Kolacja: jak dieta podstawowa.

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 2214 B – 71g. T -90g. W – 282g. Sód – 1614mg. Błonnik – 13g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. bułka grahamka 50g. masło 15g. zupa mleczna z ryżem 300ml. pasztet drobiowy 50g. pomidor 80g. kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,7)

Obiad : Zupa barszcz ukraiński dietetyczny 300ml. Ziemniaki 300g. Jajko (1szt.) w sosie koperkowym 200ml. Rukola 20g. Mus owocowy 100g. Herbata 250ml.
(alergeny - 1,7)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka grahamka 50g. masło 15g. ser topiony 100g. papryka czerwona 40g. herbata 250ml.
(alergeny – 1,7)

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 2252 B – 79g. T – 102g. W-263g. Sód – 2235mg. Błonnik – 21g.

Jadłospis dn. 12.04.25r.

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. zupa mleczna z kaszą manna 300 ml. miód 25g. parówka drobiowa 60g. kawa zbożowa z mlekiem 250 ml.
(alergeny- 1,7)

Obiad : Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Wątróbka drobiowa 100g. smażona z cebulką. Surówka z kapusty kiszonej 150g. Mleczna kanapka 29g. Herbata 250 ml.
(alergeny-1,7,9)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. pasztet drobiowy 50g. pomidor 80g. herbata 250ml.
(alergeny- 1,7)

Posiłek nocny: Jogurt pitny -170g.

Kcal – 2345 B - 85g. T- 106g. W -267g. Sód –2196mg. Błonnik –17g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: jak dieta podstawowa

Obiad: Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Wątróbka drobiowa 100g, w sosie dietetycznym 200ml. Sałatka z buraków 150g. Mleczna kanapka 29g. Herbata 250 ml.
(alergeny-1,7,9)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. Ser żółty 60g. pomidor 80g. herbata 250ml.
(alergeny 1,7)

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 2098 B – 85g. T -76g. W – 275g. Sód – 1970mg. Błonnik – 17g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

Śniadanie: chleb pszenno- żytni 120g. masło 15g. zupa mleczna z kaszą manna 300ml. parówka drobiowa 60g. rzodkiewka 40g. kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,7)

Obiad : Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Wątróbka drobiowa 100g. w sosie dietetycznym 200ml. Surówka z kapusty kiszonej 150g. Wafle ryżowe 20g. Herbata 250 ml.
(alergeny – 1,7,9)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 120g. masło 15g. ser żółty 60g. pomidor 80g. herbata 250ml.
(alergeny – 1,7)

Posiłek nocny: Jabłko- 150g.

Kcal - 1942 B – 85g. T – 78g. W-229g. Sód – 2277mg. Błonnik – 18g.

Jadłospis dn. 13.04.25r.

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. weka pszenna 50g. masło 15g. zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml. serek wiejski 200g. kawa zbożowa z mlekiem 250 ml.
(alergeny- 1,7)

Obiad : Zupa grysikowa 300 ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Kurczak pieczony 230g. w sosie własnym 200ml. Kapusta biała gotowana z koperkiem 150g. Sok owocowy 200 ml.
(alergeny-1,7,9)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. weka pszenna 50g. masło 15g. kiełbasa 79g. sucha żywiecka. herbata 250ml.
(alergeny- 1,7)

Posiłek nocny: Jabłko -200g.

Kcal – 2248 B - 109g. T- 84g. W -274g. Sód –2538mg. Błonnik –18g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: jak dieta podstawowa

Obiad: Zupa grysikowa 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Kurczak gotowany 230g. w sosie dietetycznym 200ml. Jarzynka grecka 150g. Sok owocowy 200 ml.
(alergeny-1,7,9)

Kolacja: jak dieta podstawowa.

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 2239 B – 109g. T -83g. W – 274g. Sód – 2585mg. Błonnik – 18g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

Śniadanie: chleb pszenno- żytni 120g. masło 15g. zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. serek wiejski 200g. kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,7)

Obiad : Zupa grysikowa 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Kurczak gotowany 230g. w sosie dietetycznym 200ml. Kapusta biała gotowana z koperkiem 150g. sok owocowy 200 ml.
(alergeny – 1,7,9)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 120g. masło 15g. kiełbasa 70g. sucha żywiecka. herbata 250ml.
(alergeny – 1,7)

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 2162 B – 109g. T – 81g. W-258g. Sód – 2583mg. Błonnik – 19g.

LISTA ALERGENÓW

- /1/ gluten
- /2/ skorupiaki
- /3/ jajka
- /4/ ryby
- /5/ orzeszki ziemne
- /6/ soja
- /7/ mleko i produkty pochodne(łącznie z laktozą).
- /8/ orzechy
- /9/ seler
- /10/ gorczyca
- /11/ nasiona sezamu
- /12/ siarczany
- /13/ łubin
- /14/ mięczaki

UWAGI :

- 1.Jadłospis może ulec zmianie.
- 2.Skład surowcowy oraz wartości odżywcze potraw znajdują się w Sekcji żywienia Szpitala.