

Jadłospis na dn. 28.04.25r.

DIETA PODSTAWOWA

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

Obiad : Barszcz ukraiński (dietetyczny) 300ml. Kasza jęczmienna 80g. Zraz drobiowy 100g.duszony. Sos pieczarkowy 200ml. Roszponka 20g. Kefir 250ml.
(alergeny – 1,3,7,9)

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

Posiłek nocny: Mus owocowy – 100g.

Kcal – 2288 B - 90g. T – 80g. W – 301g. Sód – 2077mg. Błonnik – 18g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: jak dieta podstawowa

Obiad: Barszcz ukraiński (dietetyczny) 300ml. Kasza jęczmienna 80g. Pulpet wołowy 100g. w sosie dietetycznym 200 ml. Roszponka 20g. Kefir 250ml.
(alergeny-1,3,7,)

Kolacja: jak dieta podstawowa.
(alergeny 1,7)

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 2275 B – 88g. T - 80g. W – 300g. Sód – 2054mg. Błonnik – 17g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

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

Obiad : Barszcz ukraiński (dietetyczny) 300ml. Kasza gryczana 80g. Pulpet wołowy 100g. w sosie dietetycznym 200ml. Roszponka 20g. Kefir 250ml.
(alergeny – 1,7)

Kolacja: chleb pszenno- żytni 70g. bułka grahamka 50g. masło 15g. kiełbasa sucha drobiowa 80g. herbata 250ml.
(alergeny-1,7)

Posiłek nocny: Mus owocowy -100g.

Kcal - 2219 B – 103g. T – 79g. W – 272g. Sód – 2168mg. Błonnik – 22g.

Jadłospis na dn. 29.04.25r

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: chleb razowy 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. zupa mleczna z kaszą manna 300ml. pasta kanapkowa rybna 80g. kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,4,7)

Obiad : Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Filet z kurczaka 90g. w sosie własnym 200ml. Kapusta czerwona 150g. Herbata 250ml.
(alergeny – 1,7)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. parówka drobiowa 70g. herbata 250ml. budyń 125g.
(alergeny- 1,7)

Posiłek nocny: Jabłko – 160ml.

Kcal – 2094 B -77g. T – 80g. W -274g. Sód –1937mg. Błonnik -19g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

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

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. Ziemniaki 300g. Filet z kurczaka 90g. duszony w sosie koperkowym 200 ml. Sałata zielona 40g. Sok warzywny 300ml.
(alergeny-1,7,)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. parówka drobiowa 70 g. herbata 250 ml. budyń 125g.
(alergeny 1,7)

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal -2005 B –73g. T -70g. W –278g. Sód –1849mg. Błonnik –19g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

Śniadanie: chleb razowy 120g. masło 15g. zupa mleczna z kaszą manna 300ml. pasztet drobiowy 50g. pomidor 80g. kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,7)

Obiad : Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. Ziemniaki 300g. Filet z kurczaka 90g. duszony w sosie koperkowym 200ml. Roszponka 20g. Kapusta czerwona 150g. Sok warzywny 300ml.
(alergeny – 1,7)

Kolacja: chleb razowy- 120g. masło 15g. parówka drobiowa 70g. serek topiony 17,5g. herbata 250ml.
(alergeny-1,7)

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal -1997 B –78g. T –79g. W-246g. Sód –2006mg. Błonnik – 31g.

Jadłospis na dn. 30.04.25r.

DIETA PODSTAWOWA

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

Obiad : Ziemniaki z koperkiem 300g. Kotlet schabowy 140g. Bukiet z warzyw 150g. Sok warzywny 300ml.
(alergeny – 1,3,7)

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

Posiłek nocny: Banan – 180ml.

Kcal – 2374 B -94g. T -91g. W -311g. Sód -1950g. Błonnik -21g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: jak dieta podstawowa

Obiad: Zupa grysikowa 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Zraz drobiowy z kurczaka 100g. duszony. Marchewka gotowana 150g. Sok owocowy 200ml.
(alergeny-1,3,7,9)

Kolacja: jak dieta podstawowa.
(alergeny 1,7)

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal -2214 B -85g. T -71g. W-328g. Sód-1839mg. Błonnik-22g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

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

Obiad : Zupa grysikowa 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Zraz drobiowy z kurczaka 100g. duszony. Bukiet z warzyw 150g. Sok owocowy 200ml.
(alergeny – 1,3,7,9)

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

Posiłek nocny: Jabłko- 120g

Kcal -1997 B -87g. T -70g. W-261g. Sód -2035g. Błonnik -27g.

Jadłospis na dn. 01.05.25r.

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. weka pszenna 50g. masło 15g. zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. serek waniliowy 150g. jajko 1szt.(60g.), kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,3,7,)

Obiad : Zupa krupnik z ziemniakami 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Gulasz wieprzowy 100g w sosie własnym 200ml. Sałatka z burków 150g. Herbata 250ml.
(alergeny – 1,7,9)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. weka pszenna 50g. masło 15g. pasztet drobiowy 50g. wafle kukurydziane 20g. herbata 250ml.
(alergeny- 1,7)

Posiłek nocny: Pomarańcza – 100g.

Kcal – 2198 B – 93g. T – 77g. W – 293g. Sód – 1590mg. Błonnik – 17g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: jak dieta podstawowa

Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Filet drobiowy z indyka 100g. w sosie dietetycznym 200ml. Sałatka z buraków 150g. Herbata 250ml.
(alergeny-1,7,9)

Kolacja: jak dieta podstawowa.

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 2149 B – 92g. T – 72g. W – 293g. Sód – 1605g. Błonnik – 17g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

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

Obiad : jak dieta łatwostrawna.

Kolacja: chleb pszenno- żytni 120g. masło 15g. pasztet drobiowy 50g. wafle kukurydziane 20g. herbata 250ml.
(alergeny-1,7)

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 1949 B – 87g. T – 70g. W – 251g. Sód – 2256mg. Błonnik – 23g.

Jadłospis na 02.05.25r.

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna – 50g. pomidor 80g. masło 15g. zupa mleczna z ryżem

300ml. serek kanapkowy 30g. kawa zbożowa z mlekiem 250ml.

(alergeny- 1,7,)

Obiad : Żurek z kielbasą i z ziemniakami 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Kotlet z jaj 100g. Marchewka z groszkiem 150g. Kefir 250ml.

(alergeny – 1,3,)

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 – 2578 B - 77g. T – 115g. W - 328g Sód – 2154mg. Błonnik – 23g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: jak dieta podstawowa

Obiad: Bogracz wołowy 300ml. Ziemniaki 300g. Jajko (1szt.) w sosie koperkowym 200ml. Sałata zielona 40g. Kefir 250ml.

(alergeny-1,3,7,)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. parówka drobiowa 70 g. herbata 250 ml.

(alergeny 1,7)

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 2173 B – 73g. T – 89g. W – 293g. Sód – 1702mg. Błonnik – 14g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

Śniadanie: chleb pszenno- żytni 120g. masło 15g. zupa mleczna z ryżem 300ml. serek kanapkowy 30 g. pomidor 80g. kawa zbożowa z mlekiem 250ml.

(alergeny- 1,7)

Obiad : jak dieta łatwostrawna.

Kolacja: chleb pszenno- żytni 120g. b. masło 15g. parówka drobiowa 70g. herbata 250ml.

(alergeny-1,7)

Posiłek nocny: Jabłko- 160g.

Kcal - 1972 B – 73g. T – 87g. W – 231g. Sód – 1725g. Błonnik – 25g.

Jadłospis dn. 03.05.24r.

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. zupa mleczna z kaszą manna 300ml. Serek wiejski 200g. kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,7,)

Obiad : Zupa wielowarzywna z brokułami 300ml. Makaron 80g. Paprykarz wieprzowy 200g. Sok owocowy 200ml.
(alergeny – 1,7,9)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. pasztet drobiowy 50g. budyń 125g. herbata 250ml.
(alergeny- 1,7)

Posiłek nocny: Jabłko – 160g.

Kcal – 2250 B – 87g. T – 77g. W – 302g. Sód – 2090mg. Błonnik – 14g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: jak dieta podstawowa

Obiad: Zupa wielowarzywna z brokułami 300ml. Makaron 80g. Pulpet drobiowy z kurczaka 100g. gotowany. Sok warzywny 300ml.
(alergeny-1,3,7,9)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. pasztet drobiowy 50 g. budyń 125g. herbata 250 ml.
(alergeny 1,7)

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 2333 B – 88g. T – 75g. W – 325g. Sód – 2265mg. Błonnik – 19g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

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

Obiad : Zupa wielowarzywna z brokułami 300g. Gołąbki z ryżem i z mięsem wołowym 180g. Sos pomidorowy 200ml. Sok owocowy 200ml.
(alergeny – 1,7,9)

Kolacja: chleb pszenno- żytni 120g. masło 15g. pasztet drobiowy 50g. serek topiony 17,5g. herbata 250ml.
(alergeny-1,7)

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 2017 B – 81g. T – 72g. W - 259g. Sód – 2303mg. Błonnik – 18g.

Jadłospis dn. 04.05.25r.

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. weka 50g, masło 15g. zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. ser twarogowy 70g. dżem 25g. kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,7,)

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

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. weka 50g. masło 15g. frankfurterka 80g. herbata 250ml.
(alergeny- 1,7)

Posiłek nocny: Galaretka owocowa – 175g.

Kcal -2097 B -98g. T -66g. W-285g. Sód -1939mg. Błonnik -16g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: jak dieta podstawowa.
(alergeny- 1,7,)

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

Kolacja: jak dieta podstawowa.
(alergeny: 1,7,)

Posiłek nocny: Galaretka owocowa – 175g.

Kcal -2075 B-96g. T -62 g. W-291 g. Sód -1975 mg. Błonnik - 16g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 120g. masło 15g. zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. ser twarogowy 70g. pomidor 70g. kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,7)

Obiad : jak dieta łatwostrawna.

Kolacja: chleb pszenno-żytni 120g. masło 15g. frankfurterka 80g. papryka 40g. herbata 250ml.
(alergeny-1,7)

Posiłek nocny: Jogurt naturalny - 150g.

Kcal -1956 B-100g. T -62g. W-256g. Sód 2111-mg. Błonnik -18g.

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.