

Jadłospis dn. 05.05.25r.

DIETA PODSTAWOWA

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

Obiad : Zupa ogórkowa z ryżem 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Sznycel wieprzowy 100g. smażony. Marchewka z groszkiem 150g. Roszponka 20g. Sok owocowy 200ml.
(alergeny – 1,3,7,9)

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

Posiłek nocny: Banan – 180g.

Kcal – 2453 B - 90g. T – 106g. W - 303g. Sód – 2422mg. Błonnik – 21g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: jak dieta podstawowa

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Zraz wołowy 100g, duszony. Marchewka gotowana 150g. Roszponka 20g. Sok owocowy 200ml.
(alergeny-1,3,7)

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

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 2190 B – 88g. T -76g. W – 307g. Sód – 1805mg. Błonnik – 17g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

Śniadanie: chleb pszenno- żytni 70g. bułka grahamka 50g. masło 15g. zupa mleczna z makaronem 300ml. serek naturalny 150g, jajko 1szt (60g), kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,7)

Obiad : Zupa ogórkowa z ryżem 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Zraz wołowy 100g. duszony. Roszponka 20g. Marchewka gotowana 150g. Sok owocowy 200ml.
(alergeny – 1,3,7,9)

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

Posiłek nocny: Jabłko- 160g.

Kcal - 2004 B – 87g. T – 76g. W-251g. Sód – 2349mg. Błonnik – 23g.

Jadłospis dn. 06.05.25r.

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- 1,7,)

Obiad : Kasza jęczmienna 80g. Gulasz z indyka 100g. w sosie własnym 200ml. Sałatka z buraków 150g. Rukola 20g. Sok warzywny 300ml.
(alergeny – 1,7)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. parówka drobiowa 40g. serek kanapkowy 30g. herbata 250ml.
(alergeny- 1,7)

Posiłek nocny: Banan - 100g

Kcal – 1843 B -63g. T –65g. W - 244g. Sód –1777mg. Błonnik – 22g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: chleb razowy 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. zupa mleczna z kaszą manna 300ml. pasztet drobiowy 50g. kawa zbożowa mlekiem 250ml.

Obiad: Kasza jęczmienna 80g. Gulasz z indyka 100g. w sosie dietetycznym 200 ml. Sałatka z buraków 150g. Sok warzywny 300ml.
(alergeny-1,7,)

Kolacja: jak dieta podstawowa.

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 1754 B – 58g. T -59g. W –240g. Sód –1578mg. Błonnik – 21g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

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

Obiad : jak dieta łatwostrawna.

Kolacja: chleb razowy 120g. masło 15g. parówka drobiowa 40g. serek kanapkowy 30g. herbata 250ml.
(alergeny-1,7)

Posiłek nocny: pomarańcza - 150g

Kcal -1638 B –58g. T – 60g. W-207g. Sód – 1615mg. Błonnik –29g.

Jadłospis dn.07.05.25r.

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. drożdżówka 50g. masło 15g. zupa mleczna z ryżem 300ml. Serek waniliowy 150g. kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,7,)

Obiad : Zupa jarzynowa ze szpinakiem 300ml. Makaron 80g. Sos boloński 200ml. z mięsem 80g. wołowym. Rukola 20g. Herbata 250ml.
(alergeny – 1,7,9)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. frankfurterka 80g. wafle kukurydziane 20g. herbata 250ml.
(alergeny- 1,7)

Posiłek nocny: Jabłko – 160g.

Kcal –2209 B -104g. T –68g. W - 296g. Sód – 1867mg. Błonnik – 14g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: jak dieta podstawowa

Obiad: jak dieta podstawowa.

Kolacja: jak dieta podstawowa.

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 2209 B – 104g. T -68g. W – 296g. Sód – 1867mg. Błonnik – 14g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. bułka grahamka 50g. masło 15g. zupa mleczna z ryżem 300ml. serek topiony 100g. kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,7)

Obiad : jak dieta podstawowa.

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka grahamka 50g. masło 15g. frankfurterka 80g. wafle kukurydziane 20g. herbata 250ml.
(alergeny-1,7)

Posiłek nocny: Jabłko - 160g.

Kcal -2098 B – 104g. T – 66g. W-270g. Sód – 1994mg. Błonnik – 19g.

Jadłospis dn. 08.05.25r.

DIETA PODSTAWOWA

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

Obiad : Zupa grysikowa z ziemniakami 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Kurczak 230g, pieczony w sosie własnym 200ml. Sałata lodowa 40g. Sok warzywny 300ml.
(alergeny – 1,7,9)

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

Posiłek nocny: Budyń – 125g.

Kcal – 1953 B - 90g. T - 65g. W - 257g. Sód - 2086mg. Błonnik - 16g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: jak dieta podstawowa

Obiad: Zupa grysikowa z ziemniakami 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Kurczak 230g, gotowany w sosie dietetycznym 200ml. Sałata lodowa 40g. Sok warzywny 300ml.
(alergeny-1,7,)

Kolacja: jak dieta podstawowa.

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 1953 B - 90g. T - 65g. W - 257g. Sód - 2086mg. Błonnik - 16g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

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

Obiad : jak dieta podstawowa.

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

Posiłek nocny: Mus owocowy -100g.

Kcal -1960 B - 96g. T - 67g. W - 248g. Sód - 2606mg. Błonnik - 17g.

Jadłospis dn. 09.05.25r.

DIETA PODSTAWOWA

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

Obiad : Zupa krem jarzynowy z brokułami 300ml. Gołąbki z ryżem i z mięsem 180g. Sos pomidorowy 200ml. Herbata 250ml.
(alergeny – 1,7,9)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. pasta kanapkowa z jaj 80g. herbata 250ml.
(alergeny- 1,3,7)

Posiłek nocny: Banany – 180g.

Kcal - 2076 B - 64g. T - 73g. W - 300g. Sód - 1242mg. Błonnik - 19g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: jak dieta podstawowa.

Obiad: Zupa krem jarzynowy z brokułami 300ml. Ryż 80g. z musem jabłkowym 200g. Jogurt naturalny 150ml.
(alergeny-1,7,9)

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

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 2016 B - 49g. T - 64g. W - 325g. Sód - 1415mg. Błonnik - 17g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. bułka grahamka 50g. masło 15g. zupa mleczna z makaronem 300ml. serek kanapkowy 30g. rzodkiewka 40g. kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,7)

Obiad : Zupa krem jarzynowy z brokułami 300ml. Gołąbki z ryżem i z mięsem 180g. Sos pomidorowy 200ml. Herbata 250ml.
(alergeny – 1,7,9)

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

Posiłek nocny: Jogurt naturalny- 150g.

Kcal -1889 B - 65g. T - 75g. W - 234g. Sód - 1591mg. Błonnik - 23g.

Jadłospis dn. 10.05.25r.

DIETA PODSTAWOWA

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

Obiad : Zupa gulaszowa z kurczakiem 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Wątróbka drobiowa 80g. smażona w sosie własnym 200ml. Sałatka z buraków 150g. Galaretka owocowa 175g. Herbata 250ml.
(alergeny – 1,7)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. ser żółty 60g. wafle kukurydziane 20g. herbata 250ml.
(alergeny- 1,7)

Posiłek nocny: Jabłko – 160g.

Kcal –2250 B - 109g. T – 75g. W - 293g. Sód – 2482mg. Błonnik – 16g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: jak dieta podstawowa

Obiad: Zupa gulaszowa z kurczakiem 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Wątróbka 80g. duszona w sosie dietetycznym 200ml. Sałatka z buraków 150g. Galaretka owocowa 175g. Herbata 250ml.
(alergeny-1,7,)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. bułka pszenna 50g. masło 15g. ser żółty 60g. wafle kukurydziane 20g. herbata 250ml.
(alergeny 1,7)

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal -2248 B – 109g. T -75g. W – 293g. Sód –2482 mg. Błonnik – 16g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 120g. masło 15g. zupa mleczna z ryżem 300ml. frankfurterka 80g. kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,7)

Obiad : Zupa gulaszowa z kurczakiem 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Wątróbka 80g. duszona w sosie dietetycznym 200ml. Mus owocowy 100g. Herbata 250ml.
(alergeny – 1,7)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 120g. masło 15g. ser żółty 60g. wafle kukurydziane 20g. herbata 250ml.
(alergeny-1,7)

Posiłek nocny: jak dieta łatwostrawna.

Kcal -2174 B – 109g. T – 75g. W-274g. Sód – 2583mg. Błonnik – 18g.

Jadłospis dn. 11.05.25r.

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. chałka mleczna 50g, masło 15g. zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. dżem 25g. jajko 1szt.(60g.), kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,3,7,)

Obiad : Rosół z makaronem -300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Pieczeń wieprzowa 100g. w sosie własnym 200ml. Surówka z kapusty kiszanej 150g.
Sok warzywny 300ml.
(alergeny – 1,7,9)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. weka 50g. masło 15g. ser topiony 100g. herbata 250ml.
(alergeny- 1,7)

Posiłek nocny: Jogurt pitny – 125g.

Kcal - 2345 B - 98g. T - 89g. W - 292g. Sód - 2418mg. Błonnik -21g.

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 70g. chałka mleczna 50g, masło 15g. zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. dżem 25g. jajko 1szt.(60g.), kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,3,7)

Obiad: Rosół z makaronem - 300ml. Ziemniaki z koperkiem 300g. Filet z indyka 100g. duszony w sosie własnym 200ml. Jarzynka grecka 150g. Sok owocowy 200ml.
(alergeny -1,7,9)

Kolacja: chleb pszenno-żytni 70g. weka 50g. masło 15g. ser topiony 100g. herbata 250ml.
(alergeny: 1,7,)

Posiłek nocny: jak dieta podstawowa.

Kcal - 2275 B - 92g. T - 84g. W - 290g. Sód - 2127mg. Błonnik-18g.

DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW PROSTYCH.

Śniadanie: chleb pszenno-żytni 120g. masło 15g. zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. Jajko 1szt. (60g.), parówka drobiowa 70g. kawa zbożowa z mlekiem 250ml.
(alergeny- 1,3,7)

Obiad : jak dieta łatwostrawna.

Kolacja: chleb pszenno-żytni 120g. masło 15g. ser topiony 100g. pomidor 80g. herbata 250ml.
(alergeny-1,7)

Posiłek nocny: Jabłko - 100g.

Kcal - 2187 B - 98g. T - 92g. W - 247g. Sód - 2518mg. 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.