

Jadłospis na dzień: sobota 30.03.2024

DIETA	ŚNIADANIE	WAGA	KCAL	OBIAD	WAGA	KCAL	KOLACJA	WAGA	KCAL
PODSTAWOWA 2125kcal; 89,3gB; 64,7gT; 319,0gW	-Zupa mleczna z kaszą jaglaną	250ml	270	- Zupa szpinakowa z ryżem	350ml	146	- Pasta z wędliny	80g	124
	-Ser żółty	80g	140	- Pulpet drobiowy w sosie pomidorowym	120g + 80g	236	- Bukiet warzyw	80g	16
ŁATWOSTRAWNA 2112kcal; 88,1gB; 63,9gT; 314,8gW	-Ogórek	80g	16	- Ziemniaki	200g	138	-Masło	10g	74
	-Masło	10g	74	- Surówka z białej rzodkwi	120g	92	- Pieczywo mieszane	150g	299
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 2063kcal; 81,2gB; 60,0gW; 333,2gW	- Pieczywo mieszane	150g	299	- Kompot bez cukru	200ml	56	-Herbata owocowa bez cukru	200ml	26
	-Kawa zbożowa	200 ml	15	Alergeny: 1,3,7,9			Alergeny: 1,6,7		
II ŚNIADANIE				PODWIECZOREK			POSIŁEK NOCNY		
	Maślanka	150ml	49	Jogurt naturalny 1szt.			Wędlina drobiowa	40g	56
	IIIp – kisiel owocowy	150ml	23				Masło	10g	74
MIX							Pieczywo razowe	60g	134
	-MIX zupy z płatkami owsianymi	250g	270	-MIX zupy szpinakowej	350g	175	-Sok pomidorowy	100ml	16
	-MIX z wędliny drobiowej, serka kanapkowego, pomidora b/s, z dodatkiem kopru i masła 82% (10g)	350g	520	-MIX II mięsa drobiowego w sosie + ziemniaki + buraczki gotowane + masło 82% 15g	400g	736	-MIX II mięsa drobiowego gotowanego z gotowaną pieczarką, jajkiem gotowanym i pietruszką,	300g	445
	Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)			Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)			Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)		

Jadłospis na dzień: niedziela 31.03.2024

DIETA	ŚNIADANIE	WAGA	KCAL	OBIAD	WAGA	KCAL	KOLACJA	WAGA	KCAL
PODSTAWOWA	-Zupa mleczna z makaronem	250ml	240	-Żurek z kielbasą i ziemniakami	350ml	187	-Polędwica sopocka	30g	65
	-Jajko gotowane	50g	55	-Kotlet schabowy panierowany	120g	323	-Galaretką drobiowa	150g	75
	-Sałatka jarzynowa	100g	140	-Ziemniaki z koperkiem	200g	138	-Masło	15g	110
	-Szynka	20g	40	-Kapusta modra na ciepło	150g	168	-Pieczywo mieszane	150g	299
	-Pomidor	60g	12	-Kompot bez cukru	200ml	56	-Herbata owocowa bez cukru	200ml	26
	-Masło	15g	110						
	-Pieczywo mieszane	150g	299						
	-Herbata z sokiem z cytryny	200 ml	26						
ŁATWOSTRAWNA	-Zupa mleczna z makaronem	250ml	240	-Bulion z kielbasą i ziemniakami	350ml	165	-Polędwica sopocka	30g	65
	-Jajko gotowane	50g	55	-Bitka wieprzowa w sosie koperkowym	120g	323	- Galaretką drobiowa	150g	75
	- Sałatka jarzynowa	100g	140	+80g sos	200g	138	-Masło	15g	110
	-Szynka	20g	12	-Ziemniaki z koperkiem	200g	138	-Pieczywo mieszane	150g	299
	-Pomidor	60g	110	-Warzywa z wody (brokuły, kalafior, marchewka z masłem)	150g	62	-Herbata owocowa bez cukru	200ml	26
	-Masło	15g	299	-Kompot bez cukru	200ml	56			
	-Pieczywo mieszane	150g	26						
	-Herbata z sokiem z cytryny	200 ml							
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	-Zupa mleczna z makaronem razowym	250ml	240	- Żurek z kielbasą i ziemniakami	350ml	187	-Polędwica sopocka	30g	65
	-Jajko gotowane	50g	55	-Bitka wieprzowa w sosie koperkowym	120g	323	- Galaretką drobiowa	150g	75
	- Sałatka jarzynowa	100g	140	+80g sos	200g	138	-Masło	15g	110
	-Szynka	20g	40	-Ziemniaki z koperkiem	200g	138	-Pieczywo razowe	150g	268
	-Pomidor	60g	12	-Warzywa z wody (brokuły, kalafior, marchewka z masłem)	150g	62	-Herbata owocowa bez cukru	200ml	26
	-Masło	15g	110	-Kompot bez cukru	200ml	56			
	- Pieczywo razowe	150g	268						
	- Herbata z sokiem z cytryny	200 ml	26						
	II ŚNIADANIE			PODWIECZOREK			POSIŁEK NOCNY		
	Sok pomidorowy	100ml	16	Makowiec zawijany 1 porcja			Wędlina wieprzowa	40g	56
	Wafel ryżowy	1szt	32				Masło	10g	74
							Pieczywo razowe	60g	134
MIX	-MIX zupy z ryżem	250g	170	-MIX zupy krupniku	350g	145	-MIX II mięso gotowane drobiowo	350g	584
	-MIX z wędliny drobiowej, jajko gotowane ,pomidor b/s, z dodatkiem kopru i masła 82% (10g) Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g	520	-MIX II kurczaka w sosie + ziemniaki + gotowane warzywa + masło 82% 15g Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	400g	648	wieprzowe z brokułem, kalafiolem, serkiem kanapkowym i pietruszką Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)		

Jadłospis na dzień: poniedziałek 1.04.2024

DIETA	ŚNIADANIE	WAGA	KCAL	OBIAD	WAGA	KCAL	KOLACJA	WAGA	KCAL
PODSTAWOWA	-Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi -Kiełbasa biała z chrzanem - Paszтет pieczony -Pomidor -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata	250ml 2szt + 20g 40g 60g 15g 150g 200 ml	233 238 35 12 110 299	-Zupa rosół drobiowo-wołowy z makaronem -Udko z kurczaka smażone -Ziemniaki z koperkiem - Surówka z buraczków -Kompot bez cukru	350ml 150g 200g 150g 200ml	150 326 138 123 56	-Jajko w sosie tatarskim - Szyńka z indyka -Bukiet warzyw -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru	50g + 10g 30g 60g 15g 150g 200ml	159 45 12 110 299 26
ŁATWOSTRAWNA	-Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi -Kiełbasa biała - Paszтет pieczony -Pomidor -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata	250ml 2szt 40g 60g 15g 150g 200 ml	223 216 35 12 110 299	-Zupa rosół drobiowo-wołowy z makaronem - Udka z kurczaka w sosie koperkowym -Ziemniaki z koperkiem - Surówka z buraczków -Kompot bez cukru	350ml 150g+ 80g sos 200g 150g 200ml	150 236 138 123 56	-Jajko gotowane - Szyńka z indyka - Bukiet warzyw -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru	50g 30g 60g 15g 150g 200ml	55 45 12 110 299 26
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	-Zupa mleczna z ryżem brązowym - Kiełbasa biała z chrzanem - Paszтет pieczony -Pomidor -Masło - Pieczywo razowe -Herbata	250ml 2szt + 20g 40g 60g 15g 150g 200 ml	178 238 35 12 110 268	-Zupa rosół drobiowo-wołowy z makaronem razowym - Udka z kurczaka w sosie koperkowym -Ziemniaki z koperkiem - Surówka z buraczków -Kompot bez cukru	350ml 150g+ 80g sos 200g 150g 200ml	150 236 138 123 56	-Jajko w sosie tatarskim - Szyńka z indyka - Bukiet warzyw -Masło - Pieczywo razowe -Herbata owocowa bez cukru	50g 30g 60g 15g 150g 200ml	55 45 12 110 268 26
	II ŚNIADANIE			PODWIECZOREK			POSIŁEK NOCNY		
	Kefir naturalny	150ml	77	Babka drożdżowa z rodzynkami 1 porcja			Pomidor	40g	12
	IIIp – galaretka owocowa	150g	12				Masło	10g	74
							Pieczywo razowe	60g	134
MIX	-MIX zupy mlecznej z płatkami owsianymi -MIX z parówki drobiowej, jajko gotowane, pomidor b/s, z dodatkiem pietruszki i masła 82% Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	250g 350g	270 470	-MIX bulionu warzywnego -MIX II sosu bolońskiego + makaron + gotowany kalafior + masło 82% 15g Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g 400g	114 524	-MIX II mięsa drobiowego gotowanego, z jajkiem gotowanym, pietruszką i twarogiem Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g	740

Jadłospis na dzień: wtorek 2.04.2024

DIETA	ŚNIADANIE	WAGA	KCAL	OBIAŁ	WAGA	KCAL	KOLACJA	WAGA	KCAL
PODSTAWOWA 2180kcal; 79,7gB; 74,6gT; 320,4gW	-Zupa mleczna z kaszą manną -Miód -Polędwica drobiowa -Pomidor -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata zwykła Alergeny: 1,3,6,7	250ml 25g 30g 80g 10g 150g 200 ml	160 81 45 16 74 299	-Zupa krupnik jęczmienny -Stek z cebulką -Ziemniaki z koperkiem - Surówka z białej kapusty -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,7,9	350ml 120g 200g 120g 200ml	145 414 138 111 56	-Wędlina wieprzowa -Ser żółty -Ogórek -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,6,7	30g 40g 80g 10g 150g 200ml	66 129 16 74 299 26
ŁATWOSTRAWNA 2084kcal; 84,7gB; 59,8gT; 325,6gW	- Zupa mleczna z kaszą manną -Miód -Polędwica drobiowa -Pomidor -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata zwykła Alergeny: 1,3,6,7	250ml 25g 30g 80g 10g 150g 200 ml	160 81 45 16 74 299	-Zupa krupnik jęczmienny -Pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym -Ziemniaki z koperkiem - Pieczony kalafior -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,7,9	350ml 120g + 80g 200g 120g 200ml	145 332 138 79 56	- Wędlina wieprzowa -Ogórek -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,6,7	60g 80g 10g 150g 200ml	132 16 74 299 26
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 2128kcal; 89,9gB; 69,8gT; 317,8gW	-Zupa mleczna z ryżem brązowym -Polędwica drobiowa -Pomidor -Masło -Pieczywo razowe -Herbata zwykła Alergeny: 1,3,6,7	250ml 60g 80g 10g 150g 200 ml	270 90 16 74 268	-Zupa krupnik jęczmienny -Pulpet wieprzowy w sosie pietruszkowym -Ziemniaki z koperkiem - Surówka z białej kapusty -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,7,9	350ml 120g + 80g 200g 120g 200ml	145 332 138 111 56	- Wędlina wieprzowa -Ogórek -Masło -Pieczywo razowe -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,6,7	60g 80g 10g 150g 200ml	132 16 74 268 26
	II ŚNIADANIE			PODWIECZOREK			POSIŁEK NOCNY		
	Jabłko	150g	75	Soczek owocowy – 200ml			Wędlina drobiowa	40g	60
							Masło	10g	74
							Pieczywo razowe	60g	134
MIX	-MIX zupy z kaszą manną -MIX z wędliny drobiowej, jajko gotowane ,pomidor b/s, z dodatkiem pietruszki i masła 82% (10g) Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	250g 350g	160 520	-MIX zupy rosółu -MIX II pulpet w sosie + ziemniaki + warzywa gotowane + masło 82% 15g Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g 400g	188 636	-MIX mięso gotowane drobiowo wieprzowe z gotowaną włoszczyzną, serkiem kanapkowym i pietruszką Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g	592

Jadłospis na dzień: środa 3.04.2024

DIETA	ŚNIADANIE	WAGA	KCAL	OBIAD	WAGA	KCAL	KOLACJA	WAGA	KCAL
PODSTAWOWA 2298kcal; 73,3gB; 79,9gT; 351,9gW	- Zupa mleczna z makaronem -Jajko z majonezem -Wędlina drobiowa -Papryka -Sałata -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata czarna Alergeny: 1,3,6,7	250ml 50g 20g 60g 20g 10g 150g 200 ml	240 144 31 20 3 74 299	- Zupa meksykańska - Kluski śląskie z sosem pieczarkowym - Surówka z marchwi -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,7,9	350ml 200g + 150g 120g 200ml	149 460 107 56	-Salceson z musztardą -Ogórek kiszony -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,6,7,10	80g + 20g 60g 10g 150g 200ml	254 16 74 299 26
ŁATWOSTRAWNA 2041kcal; 73,2gB; 53,6gT; 339,3gW	- Zupa mleczna z makaronem -Jajko gotowane -Wędlina drobiowa -Pomidor -Sałata -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata czarna Alergeny: 1,3,6,7	250ml 50g 20g 60g 20g 10g 150g 200 ml	240 78 31 12 3 74 299	- Zupa jarzynowa - Kluski śląskie z sosem jarzynowym - Surówka z marchwi -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,7,9	350ml 200g + 150g 120g 200ml	105 460 107 56	-Wędlina drobiowa -Ogórek kiszony -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,6,7	60g 80g 10g 150g 200ml	90 16 74 299 26
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 2024kcal; 74,2gB; 55,7gT; 340,0gW	-Zupa mleczna z makaronem razowym - Jajko gotowane -Wędlina drobiowa -Papryka -Sałata -Masło - Pieczywo razowe -Herbata czarna Alergeny: 1,3,6,7	250ml 50g 20g 60g 20g 10g 150g 200 ml	258 78 31 20 3 74 268	- Zupa meksykańska - Kluski śląskie z sosem jarzynowym - Surówka z marchwi -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,7,9	350ml 200g + 150g 120g 200ml	149 460 107 56	- Wędlina drobiowa -Ogórek kiszony -Masło - Pieczywo razowe -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,6,7	60g 80g 10g 150g 200ml	90 16 74 268 26
	II ŚNIADANIE			PODWIECZOREK			POSIŁEK NOCNY		
	Maślanka	150ml	49	Owoc – 1szt.			Wędlina drobiowa	40g	51
	IIIp – wafel ryżowy	2szt	64				Masło	10g	74
						Pieczywo razowe	60g	134	
MIX	-MIX zupy z kaszą jaglaną -MIX z wędliny drobiowej, jajko gotowane ,pomidor b/s, z dodatkiem kopru i masła 82% (10g) Również dla diety miksowanej	250g 350g	270 520	-MIX zupy jarzynowej -MIX II mięso w sosie + ziemniaki + warzywa gotowane + masło 82% 15g Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g 400g	180 624	-MIX II pasta z mięsa drobiowo wieprzowego, brokuł, jajko, kalafior i pietruszką ,z masłem 82% (10g) Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	300g	640

Jadłospis na dzień: czwartek 4.04.2024

DIETA	ŚNIADANIE	WAGA	KCAL	OBIAD	WAGA	KCAL	KOLACJA	WAGA	KCAL
PODSTAWOWA 2235kcal; 102,4gB; 72,9gT; 314,9gW	- Zupa mleczna z ryżem -Kiełbasa śląska z rusztu z ketchupem -Ogórek -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata owocowa Alergeny: 1,6,7	250ml 80g + 20g 60g 10g 150g 200 ml	170 170 16 74 299 26	-Zupa barszcz czerwony z ziemniakami -Gulasz z żołądków drobiowych -Ziemniaki z koperkiem - Sałatka szwedzka -Kompot bez cukru Alergeny: 1,6,7,9	350ml 200g 200g 120g 200ml	180 364 138 92 56	-Ser żółty -Wędlina drobiowa - Bukiet warzyw -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,6,7	40g 30g 80g 10g 150g 200ml	129 45 16 74 299 26
ŁATWOSTRAWNA 2240kcal; 94,5gB; 76,1gT; 316,8gW	- Zupa mleczna z ryżem -Parówka drobiowa na ciepło - Ogórek -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata owocowa Alergeny: 1,6,7	250ml 1,5szt. 80g 10g 150g 200 ml	170 180 16 74 299 26	-Zupa barszcz czerwony z ziemniakami - Gulasz z żołądków drobiowych - Ziemniaki z koperkiem - Gotowany brokuł -Kompot bez cukru Alergeny: 1,6,7,9	350ml 200g 200g 120g 200ml	180 364 138 92 56	-Wędlina drobiowa - Bukiet warzyw -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,6,7	60g 80g 10g 150g 200ml	90 16 74 299 26
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 2188kcal; 101,9gB; 71,9gT; 315,1gW	- Zupa mleczna z ryżem brązowym -Kiełbasa śląska na ciepło -Ogórek -Masło -Pieczywo razowe -Herbata owocowa Alergeny: 1,6,7	250ml 80g 80g 10g 150g 200 ml	190 170 16 74 268 26	-Zupa barszcz czerwony z ziemniakami - Gulasz z żołądków drobiowych - Ziemniaki z koperkiem - Sałatka szwedzka -Kompot bez cukru Alergeny: 1,6,7,9	350ml 200g 200g 120g 200ml	180 364 138 92 56	-Wędlina drobiowa - Bukiet warzyw -Masło -Pieczywo razowe -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,6,7	60g 80g 10g 150g 200ml	90 16 74 268 26
	II ŚNIADANIE			PODWIECZOREK			POSIŁEK NOCNY		
	Jabłko	150g	75	Jabłko pieczone 120g			Wędlina wieprzowa	40g	80
							Masło	10g	74
MIX	-MIX zupy z makaronem -MIX z parówki, pomidora b/s, z dodatkiem kopru i masła 82% (10g) Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	250g 350g	240 520	-MIX zupy barszczu czerwonego -MIX II żołądków drobiowych w sosie + ziemniaki + warzywa gotowane + masło 82% (15g) Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g 400g	145 744	-MIX II pasta z wędliny z jajkiem gotowanym, gotowanym kurczakiem, kalafiozem i pietruszką z dodatkiem masła 82% Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g	594

Jadłospis na dzień: piątek 5.04.2024

DIETA	ŚNIADANIE	WAGA	KCAL	OBIAD	WAGA	KCAL	KOLACJA	WAGA	KCAL	
PODSTAWOWA 2267kcal; 83,0gB; 85,5gT; 321,7gW	-Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi	250ml	223	-Zupa grochowa z ziemniakami -Ryba smażona panierowana -Ziemniaki z koperkiem -Surówka z kiszzonej kapusty -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,4,7,9	350ml	228	-Sałatka jarzynowa z majonezem -Wędlina drobiowa -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,3,7,9	150g	177	
	-Pasta z twarogu z cebulą	80g	160		120g	280		30g	45	
ŁATWOSTRAWNA 2095kcal; 61,0gB; 72,7gT; 323,6gW	-Ogórek świeży	70g	19	- Zupa z fasolki szparagowej -Pulpet rybny w sosie pomidorowym -Ziemniaki z koperkiem -Gotowany szpinak -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,4,7,9	200g	138	-Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym -Wędlina drobiowa -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,3,7,9	10g	74	
	-Masło	10g	74		120g	27		150g	299	200ml
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 2155kcal; 63,1gB; 76,3gT; 333,6gW	-Pieczywo mieszane	150g	299	- Zupa z fasolki szparagowej -Pulpet rybny w sosie pomidorowym -Ziemniaki z koperkiem -Surówka z kiszzonej kapusty -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,4,7,9	200ml	56	-Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym -Wędlina drobiowa -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,3,7,9	200ml	26	
	-Herbata czarna	200 ml			350ml	119		150g	169	
	II ŚNIADANIE			PODWIECZOREK Jogurt owocowy 1szt.	120g +	280	POSIŁEK NOCNY			
	Sok pomidorowy	150ml	24		80g sos			Szynka wieprzowa	40g	63
					200g	138		Masło	10g	74
					120g	79		Pieczywo razowe	60g	134
MIX	-Zupa mleczna z musli 5 zbóż	250ml	290	-MIX zupy z fasolki szparagowej -MIX II pulpety w sosie + ziemniaki + gotowany szpinak + masło 82% 15g Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	200g	56	-Sok pomidorowy -MIX II sałatki ryżowej z kurczakiem z dodatkiem masła 82% Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	100ml	16	
	-Pasta z twarogu z cebulą	80g	160		400g	721		350g	627	