

## JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.03.2024r

|   | Śniadanie   | Obiad   | Kolacja  |
|---|---|---|--|
| <b>DIETA 1 –</b><br>podstawowa  | chleb pszenno-żytni 60g [glu]<br>chleb graham 60g [glu]<br>masło 15g [mle]<br>jajecznica ze szczypiorkiem 120g [jaj, mle]<br>papryka 50g, sałata 10g, banan<br>kakao 250ml [mle]  | zupa ziemniaczana 250ml [sel, glu, mle]<br>kurczak po chińsku 120g[soj, sez, orz]<br>ryż biały 250g<br>kompot 250ml   | chleb pszenno-żytni 60g [glu]<br>chleb razowy 30g [glu]<br>masło roślinne 15g<br>pasta z tuńczyka 60g [ryb, gor]<br>dżem niskosłodzony 25g<br>pomidor 50g, sałata<br>kawa zbożowa z mlekiem 250ml [glu, mle]<br><b>II K:</b> kanapka z serkiem typu almette [glu, mle] |
| <b>DIETA 2 –</b><br>Łatwo strawna                                     | chleb pszenno-żytni 120g [glu]<br>masło 15g [mle]<br>jajecznica 120g [jaj, mle]<br>pomidor 50g, sałata 10g<br>kakao 250ml [mle]<br>banan  | zupa ziemniaczana 250ml [sel, glu, mle]<br>ryż biały 250g<br>potrawka z kurczaka 120g[sel glu, mle]<br>marchewka gotowana 120g [glu]<br>kompot 250ml  | chleb pszenno-żytni 90g [glu]<br>masło roślinne 15g<br>pasta z tuńczyka 60g [ryb, gor]<br>dżem niskosłodzony 25g<br>pomidor 50g, sałata<br>kawa zbożowa z mlekiem 250ml [glu, mle]<br><b>II K:</b> kanapka z serkiem typu almette [glu, mle]                           |
| <b>DIETA 9 –</b><br>bogatobiałkowa                                    | chleb pszenno-żytni 120g [glu]<br>masło 15g [mle]<br>jajecznica 120g [jaj, mle]<br>pomidor 50g, sałata 10g<br>kakao 250ml [mle]<br>banan<br><b>II śń.:</b> kasza manna [mle, glu] | zupa ziemniaczana 250ml [sel, glu, mle]<br>ryż biały 250g<br>potrawka z kurczaka 120g[sel glu, mle]<br>marchewka gotowana 120g [glu]<br>kompot 250ml<br><br><b>Podwieczorek:</b> kanapka z pomidorem [glu, mle] | chleb pszenno-żytni 90g [glu]<br>masło roślinne 15g<br>pasta z tuńczyka 60g [ryb, gor]<br>dżem niskosłodzony 25g<br>pomidor 50g, sałata<br>kawa zbożowa z mlekiem 250ml [glu, mle]<br><br><b>II K:</b> kanapka z serkiem typu almette [glu, mle]                       |
| <b>DIETA 3 –</b><br>Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu            | chleb pszenno-żytni 120g [glu]<br>masło 10g [mle]<br>ser twarogowy 80g [mle]<br>miód 25g<br>herbata 250ml<br>banan  | zupa ziemniaczana 250ml [sel, glu, mle]<br>ryż biały 250g<br>potrawka z kurczaka 120g[sel glu, mle]<br>marchewka gotowana 120g [glu]<br>kompot 250ml  | chleb pszenno-żytni 90g [glu]<br>masło roślinne 15g<br>tuńczyk z wody 40g [ryb, gor]<br>dżem niskosłodzony 25g<br>pomidor 50g, sałata<br>kawa zbożowa z mlekiem 250ml [glu, mle]<br><b>II K:</b> kanapka z serkiem typu almette [glu, mle]                             |
| <b>DIETA 7 –</b><br>O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych    | chleb razowy 120g [glu]<br>masło 10g [mle]<br>ser twarogowy 80g [mle]<br>miód 25g<br>herbata 250ml<br>banan   | zupa ziemniaczana 200ml [sel, glu, mle]<br>ryż biały 250g<br>potrawka z kurczaka 120g[sel glu, mle]<br>marchewka gotowana 120g [glu]<br>kompot 250ml  | chleb razowy 90g [glu]<br>masło roślinne 15g<br>pasta z tuńczyka 60g [ryb, gor]<br>dżem niskosłodzony 25g<br>pomidor 50g, sałata<br>kawa zbożowa z mlekiem 250ml [glu, mle]<br><b>II K:</b> kanapka z serkiem typu almette [glu, mle]                                  |
| <b>DIETA 6 –</b><br>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | chleb razowy 120g [glu]<br>masło 10g [mle]<br>jajecznica 120g [jaj, mle]<br>pomidor 50g, sałata 10g<br>herbata 250ml<br><b>II śn.:</b> banan                                      | zupa ziemniaczana 200ml [sel, glu, mle]<br>ryż biały 250g<br>potrawka z kurczaka 120g[sel glu, mle]<br>marchewka gotowana 120g [glu]<br>kompot 250ml<br><br><b>Podwieczorek:</b> kanapka z pomidorem [glu, mle] | chleb razowy 90g [glu]<br>masło roślinne 15g<br>pasta z tuńczyka 60g [ryb, gor]<br>pomidor 50g, sałata<br>kawa zbożowa z mlekiem 250ml [glu, mle]<br><b>II K:</b> kanapka z serkiem typu almette [glu, mle]  |
| <b>DIETA 8 –</b><br>Niskoenergetyczna                                 | chleb razowy 90g [glu]<br>masło 10g [mle]<br>jajecznica 80g [jaj, mle]<br>pomidor 50g, sałata 10g<br>herbata 250ml  | zupa ziemniaczana 200ml [sel, glu, mle]<br>ryż biały 125g<br>potrawka z kurczaka 80g[sel glu, mle]<br>marchewka gotowana 120g [glu]<br>kompot 250ml   | chleb razowy 60g [glu]<br>masło roślinne 15g<br>pasta z tuńczyka 60g [ryb, gor]<br>pomidor 50g, sałata<br>kawa zbożowa z mlekiem 250ml [glu, mle]<br><b>II K:</b> jabłko   |
| <b>DIETA 12 papkowata –</b><br>Mielona,                               | chleb pszenno-żytni 120g [glu]<br>masło 15g [mle]<br>jajecznica 120g [jaj, mle]<br>pomidor b/skóry 50g,<br>kakao 250ml [mle]<br>banan   | zupa ziemniaczana 200ml [sel, glu, mle]<br>ryż biały 250g<br>potrawka z kurczaka 120g[sel glu, mle]<br>marchewka gotowana 120g [glu]<br>kompot 250ml  | chleb pszenno-żytni 90g [glu]<br>masło roślinne 15g<br>pasta z tuńczyka 60g [ryb, gor]<br>dżem niskosłodzony 25g<br>pomidor 50g, sałata<br>kawa zbożowa z mlekiem 250ml [glu, mle]<br><b>II K:</b> kanapka z serkiem typu almette [glu, mle]                           |
| <b>DIETA 14</b><br>Płynna wzmocniona<br>Miksowana                     | Kasza manna na mleku [glu, mle]<br>serek homogenizowany [mle]   | Zupa jarzynowa z mięsem drobiowym mielonym [sel, glu, mle]<br>mus jabłkowy 100g   | Zupa jarzynowa z mięsem drobiowym mielonym [sel, glu, mle]<br><b>II K:</b> kaszka manna z truskawką<br><b>laryngologia:</b> kaszka manna b/truskawki   |
| <b>Dieta WE</b><br>Wegetariańska                                      | chleb pszenno-żytni 120g [glu]<br>masło 15g [mle]<br>jajecznica 120g [jaj, mle]<br>pomidor 50g, sałata 10g<br>kakao 250ml [mle]<br>banan  | zupa ziemniaczana jarska 200ml [sel glu, mle]<br>ryż biały 120g<br>mus jabłkowy 150g<br>jogurt naturalny 100g [mle]<br>kompot 250ml   | chleb pszenno-żytni 90g [gluten]<br>masło roślinne 15g<br>pasta z tuńczyka 60g [ryb, gor]<br>dżem niskosłodzony 25g<br>pomidor 50g, sałata<br>kawa zbożowa z mlekiem 250ml [glu, mle]<br><b>II K:</b> kanapka z serkiem typu almette                                   |
| <b>Dieta ML</b><br>Bezmleczna   | chleb pszenno-żytni 120g [gluten]<br>masło roślinne 15g<br>jajecznica b/ml 120g<br>pomidor 50g, sałata 10g<br>herbata 250ml<br>banan  | zupa ziemniaczana 250ml [sel glu, mle]<br>kurczak po chińsku 120g[soj, sez, orz]<br>ryż biały 250g<br>kompot 250ml  | chleb pszenno-żytni 90g [gluten]<br>masło roślinne 15g<br>tuńczyk z wody 60g [ryb, gor]<br>dżem niskosłodzony 25g<br>pomidor 50g, sałata<br>herbata 250ml<br><b>II K:</b> jabłko   |
| <b>Dieta GL</b><br>Bezglutenowa                                       | Chleb bezglutenowy 120g<br>masło 15g [mle]<br>jajecznica 120g [jaj, mle]<br>pomidor 50g, sałata 10g<br>kakao 250ml [mle]<br>banan   | zupa ziemniaczana 250ml [sel glu, mle]<br>kurczak po chińsku 120g[soj, sez, orz]<br>ryż biały 250g<br>kompot 250ml  | chleb bezglutenowy 90g<br>masło roślinne 15g<br>pasta z tuńczyka 60g [ryb, gor]<br>dżem niskosłodzony 25g<br>pomidor 50g, sałata<br>herbata 250ml<br><b>II K:</b> jabłko   |

\* w szpitalu przestrzegane są także pozostałe diety jak np. wegańska, ubogopurynowa inne.