



**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.11.2023**

	<b>Dieta łatwostrawna</b> 2482 kcal białko – 113,5g tłuszcz – 89,4g NKT – 36,9g węglowodany – 323g cukry ogółem – 64,8g błonnik – 35,9g sól – 6,3g	<b>Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów</b> 2416 kcal białko – 133,7g tłuszcz – 81,2g NKT – 29,9g węglowodany – 308g cukry ogółem – 49,5g błonnik – 38g sól – 7,85g
<b>Śniadanie</b>	Chleb razowy 90g (GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ) Masło 10g (MLE) Jogurt naturalny 150g (MLE) Twarożek ze szczypiorkiem 100g (MLE) Kiełbasa krakowska 30g (SOJ, GOR) Pomidor 100g Ogórek 100g Sałata 20g Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g (GLU) Masło 10g (MLE) Płatki owsiane na mleku 350ml (MLE, GLU) Twarożek z koperkiem 100g (MLE) Pomidor 100g Kiełbasa krakowska 30g (SOJ, GOR) Sałata 20g Herbata 200ml
<b>Obiad</b>	Krem z cukinii 350ml (MLE, SEL, GLU, GOR, SOJ, SEZ, S02) Kasza gryczana 200g Udziec z indyka w sosie żurawinowym 150g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150g (GLU, SEL, GOR, SOJ, SEZ, MLE, S02) Kompot 200ml Jabłko 150g	Krem z cukinii 350ml (MLE, SEL, GLU, GOR, SOJ, SEZ, S02) Ziemniaki gotowane 200g Udziec z indyka w sosie żurawinowym 150g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02) Surówka z selera z olejem 100g (SEL) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100g (GLU, SEL, GOR, SOJ, SEZ, MLE, S02) Kompot 200ml Jabłko 150g
<b>Kolacja</b>	Chleb razowy 90g (GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ) Masło 10g (MLE) Szynka konserwowa 50g (SOJ, GLU) Ser żółty 30g (MLE) Pomidor 100g Rzodkiewka 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g (GLU) Masło 10g (MLE) Szynka konserwowa 50g (SOJ, GLU) Ser żółty 30g (MLE) Pomidor 100g Sałata 20g Herbata 200ml
<b>Posilek nocny</b>	Serek wiejski 150g (MLE) Grahamka 50g (GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ)	Kaszka owocowa 130g (MLE, GLU)

GLU – zboża zawierające gluten

MLE – mleko i produkty pochodne

SEL – seler i produkty pochodne

JAJ – jaja i produkty pochodne

SOJ – soja i produkty pochodne

GOR – gorczyca i produkty pochodne

S02 – dwutlenek siarki/siarczyny

ORZ – orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały

SEZ – nasiona sezamu i pochodne

RYB – ryby i pochodne

OZI – orzeszki ziemne i pochodne



SAMODZIELNY PUBLICZNY SPECJALISTYCZNY  
SZPITAL ZACHODNI im. św. JANA PAWŁA II  
05-825 Grodzisk Mazowiecki ul. Daleka 11



SAMODZIELNY PUBLICZNY SPECJALISTYCZNY  
SZPITAL ZACHODNI im. św. JANA PAWŁA II  
05-825 Grodzisk Mazowiecki ul. Daleka 11