



**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.12.2023**

	<b>Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów</b> 2252 kcal białko – 132g tłuszcz – 84,4g NKT – 33g węglowodany – 297,5g cukry ogółem – 47g błonnik – 48,5g sól – 8g	<b>Dieta łatwostrawna</b> 2337 kcal białko – 120g tłuszcz – 91,4g NKT – 37,3g węglowodany – 304g cukry ogółem – 91g błonnik – 31g sól – 5,4g
<b>Śniadanie</b>	Chleb razowy 90g (GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ) Masło 10g (MLE) Jogurt naturalny 150g (MLE) Jajko gotowane 55g (JAJ) Kiełbasa krakowska 50g (SOJ, GOR) Rzodkiewka 100g Sałata 20g Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g (GLU) Masło 10g (MLE) Kakao na mleku 200g (MLE, SOJ) Jajko gotowane 55g (JAJ) Kiełbasa krakowska 50g (SOJ, GOR) Pomidor 100g Sałata 20g Herbata 200ml
<b>Obiad</b>	Krem z zielonego groszku 350ml (GLU, MLE, SEL) Kasza gryczana 80g Łopatka pieczona 120g (GLU, MLE, SOJ, SEL, GOR, SEZ, S02) Surówka z marchwi i selera z olejem 150g (SEL) Mandarynki 100g Kompot 200ml	Krem z brokuła 350ml (GLU, MLE, SOJ, SEL, SEZ, GOR, S02) Kasza jaglana 80g (GLU) Schab pieczony 120g (GLU, MLE, SOJ, SEL, SEZ, GOR, S02) Surówka z marchwi i selera z olejem 150g (SEL) Banan 150g Kompot 200ml
<b>Kolacja</b>	Chleb razowy 90g (GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ) Masło 10g (MLE) Ser żółty (gouda) 50g (MLE) Ser twarogowy półtłusty 50g (MLE) Pomidor 100g Sałata 20g Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g (GLU) Masło 10g (MLE) Ser żółty (gouda) 50g (MLE) Ser twarogowy półtłusty 50g (MLE) Pomidor 100g Sałata 20g Herbata 200ml
<b>Posilek nocny</b>	Sok pomidorowy 330ml Bułka grahamka (GLU, MLE, JAJ, SOJ, SEZ, ORZ)	Sok marchwiowo-jabłkowo-pomarańczowy 330ml

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