



**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.12.2023**

	<b>Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów</b> 2452 kcal białko – 121,5g tłuszcz – 111,8g NKT – 41g węglowodany – 268g cukry ogółem – 35g błonnik – 31,5g sól – 8g	<b>Dieta łatwostrawna</b> 2345 kcal białko – 109g tłuszcz – 98g NKT – 43g węglowodany – 281,5g cukry ogółem – 42g błonnik – 25,5g sól – 9,6g
<b>Śniadanie</b>	Chleb razowy 90g (GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ) Masło 10g (MLE) Jogurt naturalny 150g (MLE) Twarożek 100g (JAJ) Baleron gotowany 30g (SOJ, GLU) Pomidor 100g Sałata 20g Mus owocowy Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g (GLU) Masło 10g (MLE) Kawa zbożowa na mleku 200g (MLE, GLU) Twarożek 100g (JAJ) Baleron gotowany 30g (SOJ, GLU) Pomidor 100g Sałata 20g Mus owocowy Herbata 200ml
<b>Obiad</b>	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (GLU, MLE, JAJ, SEL, SEZ, SOJ, GOR, S02) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka pieczone 200g (MLE, SEL) Surówka z kapusty białej z majonezem 100g (MLE, JAJ, GOR) Kompot 200ml	Zupa jarzynowa z fasolką 350ml (GLU, MLE, JAJ, SEL, SEZ, SOJ, GOR, S02) Ziemniaki gotowane 200g Udko pieczone 200g (MLE, SEL) Marchew gotowana 150g (SEL) Kompot 200ml
<b>Kolacja</b>	Chleb razowy 90g (GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ) Masło 10g (MLE) Połędwica sopocka 50g (SOJ, GLU) Ser topiony 50g (MLE) Pomidor 50g Surówka z białej rzodkwi 100g (MLE, JAJ, GOR) Kefir 200g (MLE) Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g (GLU) Masło 10g (MLE) Połędwica sopocka 50g (SOJ, GLU) Ser topiony 50g (MLE) Pomidor 100g Sałata 20g Kaszka owocowa Herbata 200ml
<b>Posilek nocny</b>	Kanapka (chleb, jajko, sałata, pomidor) (GLU, MLE, JAJ, SOJ, SEZ, ORZ, GOR)	Kanapka (chleb, jajko, sałata pomidor) (GLU, MLE, JAJ, SOJ, SEZ, ORZ, GOR)

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