



JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.12.2023

	Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów 2525 kcal białko – 125g tłuszcz – 121g NKT – 32g węglowodany – 292g cukry ogółem – 35g błonnik – 35g sól – 9g	Dieta łatwostrawna 2471 kcal białko – 133,6g tłuszcz – 96g NKT – 30g węglowodany – 322g cukry ogółem – 63,5g błonnik – 22,5g sól – 5,7g
Śniadanie	Chleb razowy 90g (GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ) Masło 10g (MLE) Jogurt naturalny 150g (MLE) Pasta z jaja ze szczypiorkiem 100g (JAJ, MLE) Polędwica sopocka 30g (SOJ, GLU) Pomidor 100g Papryka czerwona 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g (GLU) Masło 10g (MLE) Zacierki na mleku 350g (MLE, GLU, JAJ) Pasta z jaja z koperkiem 100g (JAJ, MLE) Polędwica sopocka 30g (SOJ, GLU) Pomidor 100g Sałata 20g Herbata 200ml
Obiad	Krupnik 350ml (GLU, MLE, JAJ, SEL, SEZ, SOJ, GOR, S02) Ziemniaki gotowane 200g Karkówka pieczona 150g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02) Surówka z ogórka kiszzonego 150g (GOR) Pomarańcza 200g Kompot 200ml	Krupnik 350ml (GLU, MLE, JAJ, SEL, SEZ, SOJ, GOR, S02) Ziemniaki gotowane 200g Udziec z indyka 130g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02) Fasola szparagowa 150g Banan 150g Kompot 200ml
Kolacja	Chleb razowy 90g (GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ) Masło 10g (MLE) Pasta z sera twarogowego i tuńczyka 120g (MLE, RYB) Pomidor 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g (GLU) Masło 10g (MLE) Pasta z sera twarogowego i tuńczyka 120g (MLE, RYB) Pomidor 100g Sałata 20g Herbata 200ml
Posilek nocny	Serek wiejski 150g (MLE) Grahamka (GLU, MLE, JAJ, SOJ, SEZ, ORZ)	Serek wiejski 150g (MLE) Kajzerka (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