



JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.12.2023

	Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów 2613 kcal białko – 123g tłuszcz – 106g NKT – 30g węglowodany – 334g cukry ogółem – 30g błonnik – 39g sól – 10g	Dieta łatwostrawna 2428 kcal białko – 122g tłuszcz – 101g NKT – 30g węglowodany – 305g cukry ogółem – 42g błonnik – 27g sól – 7g
Śniadanie	Chleb razowy 90g (GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ) Masło 10g (MLE) Jogurt naturalny 150g (MLE) Pasta z jaja i makreli 100g (MLE, JAJ, RYB, GOR) Polędwica drobiowa 30g (SOJ, GLU) Pomidor 100g Sałata 20g Papryka czerwona 50g Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g (GLU) Masło 10g (MLE) Jogurt owocowy 150g (MLE) Pasta z jaja i tuńczyka 100g (MLE, JAJ, RYB, GOR) Polędwica drobiowa 30g (SOJ, GLU) Pomidor 100g Sałata 20g Herbata 200ml
Obiad	Zupa zacierkowa 350ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02, JAJ) Ryż sypki 60g Kurczak curry 150g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02, JAJ) Fasolka szparagowa 150g Kompot 200ml	Zupa zacierkowa 350ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02, JAJ) Ryż sypki 60g Kurczak curry 150g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02, JAJ) Fasolka szparagowa 150g Kompot 200ml
Kolacja	Chleb razowy 90g (GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ) Masło 10g (MLE) Kiełbasa biała z cebulą 150g (MLE, SOJ, GOR) Pomidor 100g Surówka z ogórka kiszzonego 100g (GOR) Jabłko 150g Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g (GLU) Masło 10g (MLE) Kiełbasa biała z wody 150g (MLE, SOJ, GOR) Pomidor 100g Sałata 20g Jabłko 150g Herbata 200ml
Posilek nocny	Serek wiejski 150g (MLE) Bułka grahamka (GLU, MLE, JAJ, SOJ, SEZ, ORZ)	Serek wiejski 150g (MLE) Kajzerka (GLU, MLE)

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