



JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.11.2023

	Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów 2329 kcal białko – 115g tłuszcz – 84,4g NKT – 23,1g węglowodany – 331g cukry ogółem – 29,5g błonnik – 37,3g sól – 8,3g	Dieta łatwostrawna 2424 kcal białko – 120g tłuszcz – 103g NKT – 30,3g węglowodany – 302g cukry ogółem – 42,7g błonnik – 27,6g sól – 6,4g
Śniadanie	Chleb razowy 60g (GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ) Chleb mieszany 30g (GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ) Masło 10g (MLE) Jogurt naturalny 150g (MLE) Pasta z jaja i tuńczyka 130g (JAJ, RYB, MLE, GOR) Połędwica drobiowa 30g (MLE, SOJ, SEL) Pomidor 100g Sałata 20g Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g (GLU) Masło 10g (MLE) Jogurt owocowy 150g (MLE) Pasta z jaja i tuńczyka 130g (JAJ, RYB, MLE, GOR) Pomidor 100g Sałata 20g Herbata 200ml
Obiad	Zupa zacierkowa 350ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02, JAJ) Ryż sypki 60g Kurczak curry 200g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02) Fasolka szparagowa gotowana 200g Kompot 200ml	Zupa zacierkowa 350ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02, JAJ) Ryż sypki 60g Kurczak curry 200g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02) Fasolka szparagowa gotowana 200g Kompot 200ml
Kolacja	Chleb razowy 90g (GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ) Masło 10g (MLE) Kiełbasa biała z cebulką 150g (MLE, SOJ, GOR) Ogórek kwaszony 100g (GOR) Pomidor 50g Jabłko 150g Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g (GLU) Masło 10g (MLE) Kiełbasa biała z wody 100g (MLE, SOJ, GOR) Pomidor 100g Sałata 20g Jabłko 150g Herbata 200ml
Posilek nocny	Bułka grahamka (GLU, MLE, JAJ, SOJ, SEZ, ORZ) Serek wiejski 150g (MLE)	Kajzerka (GLU, MLE) Serek wiejski 150g (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