



**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.12.2023**

	<b>Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów</b> 2602 kcal białko – 146g tłuszcz – 104g NKT – 34g węglowodany – 290g cukry ogółem – 62,5g błonnik – 38g sól – 11,8g	<b>Dieta łatwostrawna</b> 2615 kcal białko – 139g tłuszcz – 105g NKT – 37,5g węglowodany – 291g cukry ogółem – 81g błonnik – 24,6g sól – 5g
<b>Śniadanie</b>	Chleb razowy 90g (GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ) Masło 10g (MLE) Jogurt naturalny 150g (MLE) Ser żółty (gouda) 30g (MLE) Paszтет 70g (GLU, JAJ, SEL, GOR, SOJ, SEZ, MLE, SO2) Ćwikła 70g (SO2) Pomidor 100g Ogórek kwaszony 50g (GOR) Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g (GLU) Masło 10g (MLE) Płatki owsiane na mleku 350ml (GLU, MLE) Ser żółty (gouda) 30g (MLE) Paszтет 70g (GLU, JAJ, SEL, GOR, SOJ, SEZ, MLE, SO2) Pomidor 100g Sałata 20g Herbata 200ml
<b>Obiad</b>	Zupa grzybowa 350ml (SEL, MLE, GLU, SOJ, GOR, SEZ, SO2) Ziemniaki gotowane 150g Schab pieczony 120g (GLU, MLE, SOJ, SEL, SEZ, GOR, SO2) Marchewka gotowana 100g Bigos świąteczny 100g (GLU, MLE, SEZ, GOR, SOJ, SEL, SO2) Kompot 200ml	Zupa grzybowa 350ml (SEL, MLE, GLU, SOJ, GOR, SEZ, SO2) Ziemniaki gotowane 150g Schab pieczony 120g (GLU, MLE, SOJ, SEL, SEZ, GOR, SO2) Marchewka gotowana 150g Kompot 200ml
<b>Kolacja</b>	Chleb razowy 90g (GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ) Masło 10g (MLE) Śledź po milanowsku 150g (RYB, GLU, MLE, SEL, SOJ, SEZ, GOR, SO2) Sałata 20g Sernik krakowski 50g (MLE, GLU, JAJ, SOJ, SEZ, ORZ) Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g (GLU) Masło 10g (MLE) Pasta z serwa twarogowego i tuńczyka 120g (RYB, MLE) Sernik krakowski 50g (MLE, GLU, JAJ, SOJ, SEZ, ORZ) Pomidor 100g Sałata 20g Herbata 200ml
<b>Posiłek nocny</b>	Pomarańcza 200g Serek naturalny 150g (MLE)	Banan 150g Serek naturalny 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

SO2 – 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