SAMODZIELNY PUBLICZNY SPECJALISTYCZNY
SZPITAL ZACHODNI im. św. JANA PAWŁA II
05-825 Grodzisk Mazowiecki ul. Daleka 11

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.03.2025

	Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów 2448 kcal białko – 118g tłuszcz – 108g NKT – 33g węglowodany – 314g cukry ogółem – 31g błonnik pokarmowy – 42g sól – 6g	**Dieta łatwostrawna** 2101 kcal białko – 104g tłuszcz – 70g NKT – 29g węglowodany – 321g cukry ogółem – 57g błonnik pokarmowy – 26g sól – 6g
Śniadanie	Chleb razowy 90g **(GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ)** Masło 10g **(MLE)** Jogurt naturalny 150g **(MLE)** Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100g **(JAJ, GOR)** Szynka konserwowa 30g **(SOJ, GLU)** Pomidor 100g Papryka czerwona 50g Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g **(GLU)** Masło 10g **(MLE)** Płatki ryżowe gotowane na mleku 350ml **(MLE, GLU)** Pasta z jaj z koperkiem 100g **(MLE)** Szynka konserwowa 30g **(SOJ, GLU)** Pomidor 100g Sałata 20g Herbata 200ml
Obiad	Zupa grochowa 350ml **(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02)** Ziemniaki gotowane Ryba w sosie śmietanowo-musztardowym **(RYB, GOR, MLE, GLU, SEL SOJ, ORZ)** Surówka z kapusty czerwonej 150g Jabłko Kompot 200ml	Zupa jarzynowa 350ml **(GLU, MLE, SEL, SOJ, GOR, SEZ, S02)** Ziemniaki gotowane Pulpet z ryby **(RYB, GLU, MLE, JAJ, SEZ, SOJ, GOR)** Surówka z marchewki i selera 150g **(SEL)** Jabłko Kompot 200ml
Kolacja	Chleb razowy 90g **(GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ)** Masło 10g **(MLE)** Twarożek 100g **(MLE)** Pomidor 100g Sałata 20g Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g **(GLU)** Masło 10g **(MLE)** Twarożek 100g **(MLE)** Dżem 25g Pomidor 100g Sałata 20g Herbata 200ml
Posiłek nocny	Kanapka (grahamka, szynka konserwowa, sałata, ogórek) **(GLU, MLE, JAJ, SOJ, SEZ, ORZ)**	Kanapka (kajzerka, szynka konserwowa, sałata, pomidor) **(GLU, SOJ, 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