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

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.05.2025

	Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów 2012 kcal białko – 89g tłuszcz – 85g NKT – 22g węglowodany – 271g cukry ogółem – 31g błonnik pokarmowy – 36g sól – 7,5g	**Dieta łatwostrawna** 2130 kcal białko – 101g tłuszcz – 70g NKT – 27g węglowodany – 316g cukry ogółem – 63g błonnik pokarmowy – 23g sól – 5g
Śniadanie	Chleb razowy 90g **(GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ)** Masło 10g **(MLE)** Jogurt naturalny 150g **(MLE)** Jajko gotowane **(JAJ)** Sos tatarski 100g **(JAJ, GOR, MLE)** Szynka konserwowa 30g **(SOJ, GLU)** Pomidor 50g Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g **(GLU)** Masło 10g **(MLE)** Płatki ryżowe gotowane na mleku 350ml **(MLE, GLU)** Jajko gotowane **(JAJ)** Sos jogurtowy 40g **(MLE)** Szynka konserwowa 30g **(SOJ, GLU)** Pomidor 100g Herbata 200ml
Obiad	Zupa szczawiowa 350ml **(GLU, MLE, SEL, SOJ, SEZ, GOR, S02)** Ziemniaki gotowane Pulpet z ryby gotowany **(RYB, GLU, MLE, JAJ, SEZ, SOJ, GOR)** Marchew (mrożona) gotowana 150g Kompot 200ml	Zupa szpinakowa 350ml **(GLU, MLE, SEL, SOJ, SEZ, GOR, S02)** Ziemniaki gotowane Pulpet z ryby gotowany **(RYB, GLU, MLE, JAJ, SEZ, SOJ, GOR)** Marchew (mrożona) gotowana 150g Kompot 200ml
Kolacja	Chleb razowy 90g **(GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ)** Masło 10g **(MLE)** Twarożek ze szczypiorkiem 100g **(MLE)** Szynka konserwowa 30g **(SOJ, GLU)** Pomidor 100g Sałata 20g Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g **(GLU)** Masło 10g **(MLE)** Twarożek z koperkiem **(MLE)** Szynka konserwowa 30g **(SOJ, GLU)** Pomidor 100g Sałata 20g Herbata 200ml
Posiłek nocny	Jabłko Sałatka z mozzarellą 200g **(MLE)**	Drożdżówka **(GLU, JAJ, 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