

Pleszewskie Centrum Medyczne w Pleszewie Sp. z o.o.

63-300 Pleszew, ul. Poznańska 125a

JADŁOSPIS CHORYCH 11-17.12.2023

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)
Poniedziałek 11.12.2023	Śniadanie	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Ser salami 30g (7) Polędwica drobiowa 30g (1,3,6,9,10) Sałata 25g Papryka 20 g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Polędwica drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g (7) Polędwica drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25g Papryka 20 g
	Obiad	Zupa grochowa 400 ml (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem i cukrem 300g (1,3,7) Kompot 200ml	Zupa z kaszy 400ml (1,3,7,9) Pierogi leniwe z masłem i cukrem 300g (1,3,7) Kompot 200ml	Zupa z kaszy 400ml (1,3,7,9) Pierogi leniwe bez cukru 300g (1,3,7) Kompot 200ml
	Podwieczorek	Jabłko 150g Herbata 200ml	Jabłko pieczone 150g Herbata 200ml	Jabłko 150g Herbata 200ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Ser salami 40g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 40 g (1,3,6,9,10) Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g (7) Szynka drobiowa 40 g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20 g Herbata 250ml
Wtorek 12.12.2023	Śniadanie	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Pasta z sera białego i z rzodkiewki 60g (1,3,6,7,9,10) , Sałata 25g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Pasta z sera białego i koperku 60g (1,3,6,7,9,10) , Sałata 20g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g (7) Pasta z sera białego i z rzodkiewki 60g (1,3,6,7,9,10) , Sałata 20g
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (1,7,9) Schab gotowany 80g (1,3) Ziemniaki z koperkiem 250 g (7) Sos koperkowy 125ml (1,7) Brokuły 120g Kompot 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (1,7,9) Schab gotowany 80g (1,3) Ziemniaki z koperkiem 250 g (7) Sos koperkowy 125ml (1,7) Brokuły 120g Kompot 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (1,7,9) Schab gotowany 80g (1,3) Ziemniaki z koperkiem 250 g (7) Sos koperkowy 125ml (1,7) Brokuły 120g Surówka z kapusty i jabłka 100g
	Podwieczorek	Bułka mleczna własnego wyrobu 80g (1,3,7)	Bułka mleczna własnego wyrobu 80g (1,3,7)	Bułka mleczna bez cukru własnego wyrobu 80g (1,3,7)
	Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Pasztet mięsno-warzywny własnego wyrobu 40g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Ogórek 20g, Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka z indyka 40g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g (7) Szynka z indyka 40g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Ogórek 20g Herbata 250ml

Środa 13.12.2023	Śniadanie	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Schab pieczony własnego wyrobu 40g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Schab pieczony własnego wyrobu 40g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Schab pieczony własnego wyrobu 40g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g
	Obiad	Zupa warzywna 400ml (1,7,9) Pulpety pieczone 300g (1,7,) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Surówka z kapusty i jabłka 100g Kompot 200ml	Zupa warzywna 400ml (1,7,9) Pulpety gotowane 100g (1,3) Sos koperkowy 125ml (1,7) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Sałata z jogurtem naturalnym 100g (7) Kompot 200ml	Zupa warzywna 400ml (1,7,9) Pulpety gotowane 100g (1,3) Ziemniaki gotowane 250g (7) Brokuły 100g (1,7) Surówka z kapusty i jabłka 100g
	Podwieczorek	Jogurt naturalny 150g (7) Herbata 200ml	Jogurt naturalny 150g (7) Herbata 200ml	Jogurt naturalny 150g (7) Herbata 200ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Parówka 70g (1,3,6,9,10) , Sałata 20g Papryka 30g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka 70g (1,3,6,9,10) , Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g (7) Parówka 70g (1,3,6,9,10) , Sałata 20g Papryka 30g Herbata 200ml
Czwartek 14.12.2023	Śniadanie	Zupa mleczna 350ml (1,7) Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Pasta z jajka z natką pietruszki własnego wyrobu (1,3,6,7,9,10) Sałata 25g, Ogórek 20g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Pasta z jajka z natką pietruszki własnego wyrobu (1,3,6,7,9,10) Sałata 25g,	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g (7) Pasta z jajka z natką pietruszki własnego wyrobu (1,3,6,7,9,10) Sałata 25g, Ogórek 20g
	Obiad	Zupa owocowa z makaronem 400ml (1,3,7) Szynka pieczona 100g w sosie własnym 120ml (1,7) Kasza 180g (1) Buraczki z jabłkiem 100g Kompot 200ml	Zupa owocowa z makaronem 400ml (1,7,9) Szynka gotowana 100g (1,7) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Sos koperkowy 125ml (1,7) Buraczki gotowane 120g (7) Kompot 200ml	Zupa warzywna 400ml (1,3,7) Szynka gotowana 100g (1,7) Kasza 180g (1) Sos koperkowy 125ml (1,7) Buraczki gotowane 120g (7) Surówka z kapusty i jabłka
	Podwieczorek	Babka drożdżowa własnego wyrobu 50 g (1,3,7) Herbata 200ml	Babka drożdżowa własnego wyrobu 50 g (1,3,7) Herbata 200ml	Babka drożdżowa bez cukru własnego wyrobu 50 g (1,3,7) Herbata 200ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Kiełbasa szynkowa 30g (1,3,6,9,10) , Ser biały 50g (7) Sałata 20g Pomidor 50g 30g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Ser biały 50g (7) Szynka drobiowa 10 g (1,3,6,9,10) , Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g (7) Ser biały 50g (7) (1,3,6,9,10) , Sałata 20g Pomidor 50g 30g Herbata 200ml
Piątek 15.12.2023	Śniadanie	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Pasta z tuńczyka i ogórka konserwowego własnego wyrobu 80 (7) Sałata 25g, Pomidor 20g Herbata 200ml	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Pasta z tuńczyka 80g, (7) Sałata 25g Herbata 200ml	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g (7) Pasta z tuńczyka i ogórka konserwowego własnego wyrobu 80 (7) Sałata 25g, Pomidor 20g Herbata 200ml

	Obiad	Zupa pieczarkowa 400ml(1,7,9) Ryba smażona Miruna 100g (1,3,4) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Surówka kapusty kiszzonej 150g Kompot 200ml	Zupa kalafiorowa 400ml(1,7,9) Ryba gotowana Miruna 100g (1,3,4) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Marchewka 150g Kompot 200ml	Zupa kalafiorowa 400ml(1,7,9) Ryba gotowana Miruna 100g (1,3,4) Ziemniaki gotowane 250g (7) Surówka z kapusty i jabłka 100g Fasolka gotowana 80g
	Podwieczorek	Placek drożdżowy własnego wyrobu 50 g (1,3,7) Herbata 200ml	Placek drożdżowy własnego wyrobu 50 g (1,3,7) Herbata 200ml	Placek drożdżowy bez cukru własnego wyrobu 50 g (1,3,7) Herbata 200ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g , graham 30g(1,3,7,11) Masło 15g(7) Ser topiony 30g (7) , jajko 60g (3) Pomidor 50g, sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) , jajko 60g (3) sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g (7) , jajko 60g (3) Pomidor 50g, sałata 20g Herbata 200ml
Sobota 16.12.2023	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Paszтет własnego wyrobu a 40g (1,3) Ser salami 10 g (7) Pomidor 50g Herbata 200ml	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,6,7,9,10) sałata 20g Herbata 200ml	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,6,7,9,10) Herbata 200ml
	Obiad	Barszcz z warzywami 400ml(1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 250g(7) Pasta z sera 150g (7) Kompot 200ml	Barszcz z warzywami 400ml(1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 250g(7) Pasta z sera 150g (7) Kompot 200ml	Barszcz z warzywami 400ml(1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 250g(7) Pasta z sera 150g (7) Surówka z kapusty i jabłka 100g Kompot 200ml
	Podwieczorek	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Ser salami 40g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 40 g (1,3,6,9,10) Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g (7) Szynka drobiowa 40 g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20 g Herbata 250ml
Niedziela 17.12.2023	Śniadanie	Kakao 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g ,Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka50g (1,3,6,7,9,10) Pomidor 50g Herbata 200ml	Kakao 250ml(1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka50g (1,3,6,7,9,10) Pomidor 50g Herbata 200ml	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g (7) Parówka50g (1,3,6,7,9,10) Pomidor 50g Herbata 200ml
	Obiad	Zupa rosół jarski 400ml (1,3,9) Udko pieczone 150g Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 200ml	Zupa rosół jarski 400ml (1,3,7,9) Udko gotowane 120g Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Sos koperkowy 125g (7) Marchewka gotowana 120g(1,7) Kompot 200ml	Zupa rosół jarski 400ml (1,3,7,9) Udko gotowane 120g Ziemniaki gotowane 200g (7) Sos koperkowy 125g (7) Surówka z marchewki i jabłka 150g Surówka z kapusty i jabłka 100 g
	Kolacja	Pieczywo graham 30 Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka Cezara 50 g (1,3,6,9,10) Papryka 30g Sałata 25 g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa gotowana 40 g (1,3,6,9,10) Sałata 25 g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g (7) Szynka Cezara 50 g (1,3,6,9,10) Papryka 30g Sałata 25 g Herbata 200ml

PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIĘ:

1-zboża zawierające gluten, 2-skorupiaki, 3-jaja, 4-ryby, 5-orzecg ziemny, 6-soja, 7-mleko, 8-orzechy, 9-seler, 10-gorczyca, 11-nasiona sezamu, 12-dwutlenek siarki i siarczanu, 13-lubin, 14-mięczaki

ISTNIEJE MOŻLIWOŚĆ ZMIAN W JADŁOSPISIE