

Pleszewskie Centrum Medyczne w Pleszewie Sp. z o.o.
63-300 Pleszew, ul. Poznańska 125a
JADŁOSPIS CHORYCH 09-15.12.2024

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)
Poniedziałek 09.12.2024	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Pasta z sera białego i z rzodkiewki 80g (7) Sałata 25g	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 80g (7) Sałata 20g	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 gPasta z sera białego i z rzodkiewki 80g (7) Sałata 20g
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (1,7,9) Schab gotowany 100g Sos koperkowy 125g (1,7) Ziemniaki z koperkiem 250 g (7) Fasolka gotowana 100g Kompot 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (1,7,9) Schab gotowany 100g,Ziemniaki z koperkiem 250 g (7) Sos koperkowy 125ml (1,7) Sałata z jogurtem 80g (7) Kompot 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (1,7,9) Schab gotowany 100gZiemniaki gotowane 180g Fasolka gotowana 100g Brokuły 100g
	Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Jajko 60 g (3) Szynka z indyka 40g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Ogórek 20g, Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g Jajko 60 g (3) (7) Szynka z indyka 40g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Jajko 60 g (3) Szynka z indyka 40g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Ogórek 20g Herbata 250ml
Wtorek 10.12.2024	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 40g (7) 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 15g Polędwica drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25g Papryka 20 g
	Obiad	Barszcz ukraiński 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) Ziemniaki gotowane 180g Ryba gotowana 80 g (7) Kalafior gotowany 100g Surówka z marchewki i jabłka 100g
	Podwieczorek	Kisiel z owocami 200g Herbata 200ml	Kisiel z owocami 200g Herbata 200ml	Kisiel z owocami bez cukru 200gHerbata 200ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 50g Pomidor 50gSałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50g Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Szynka drobiowa 50g Pomidor 50gSałata 20g Herbata 250ml
Środa 11.12.24	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 jaj 60g (3) Papryka 20g 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) Pasta z jaj 60g (3) 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 pasta z jaj 60g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Papryka 20g Sałata 20g

	Obiad	Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) Kotlet mielony100g (1,3,7) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Surówka z kapusty kiszonej 100g Kompot 200ml	Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) Pulpety gotowane 100g (1,3,7) Sos koperkowy 125ml (1,7) Marchewka gotowana 100g Kompot 200ml	Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) Pulpety gotowane 100g (1,3,7) Ziemniaki gotowane 180g Brokuły 100g Surówka z kapusty kiszonej 100g
	Podwieczorek	Banan 120g	Jabłko pieczone 120g	Jabłko 150g
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Galat drobiowy 100g,Sałata50gHerbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Galat drobiowy 100g, Sałata50g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g ,Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 gGalat drobiowy 100g, Sałata50g Herbata 200ml
Czwartek 12.12.2024	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) Schab pieczony własnego wyrobu 50gSałata 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) Schab pieczony własnego wyrobu 50gSałata 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 gSchab pieczony własnego wyrobu 50gSałata 25g, Ogórek 20g
	Obiad	Zupa owocowa z makaronem 400ml (1) Udziec z indyka pieczony 100g ,Sos pieczeniowy 125ml (1,7) Kasza 180g (1) Buraczki z jabłkiem 100g	Zupa owocowa z makaronem400ml (1) Udziec z indyka gotowany 100g ,Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Sos pietruszkowy 125ml (1,7) Buraczki gotowane 120g (7)	Zupa warzywna 400ml (1,3,7) Udziec z indyka gotowany 100g ,Kasza 180g (1) Sos koperkowy 125ml (1,7) Buraczki gotowane 120g (7) Surówka z kapusty i jabłka
	Podwieczorek	Placek drożdżowy własnego wypieku 80g (1,3,7) Herbata 200ml	Placek drożdżowy własnego wypieku 80g (1,3,7) Herbata 200ml	Babka drożdżowa b/c własnego wypieku 80g (1,3,7) Herbata 200ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Paszтет warzywnywłasnego wyrobu 80g (9) ,Sałata 20gSałatka z pomidora i ogórka 80g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Ser biały 50g (7) Szynka gotowana 40g,Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g ,Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Szynka gotowana 40g , Sałatka z pomidora i ogórka 80g Herbata 200ml
Piątek 13.12.2024	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 z warzywami własnego wyrobu80g (7) 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 twarogowa z koperkiem 60g (7) Dżem truskawkowy 30g,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 Pasta z tuńczyka z warzywami własnego wyrobu 80 (7) Sałata 25g
	Obiad	Zupa pieczarkowa 400ml (1,7,9) Ryba Miruna pieczona100g (1,3,4) Surówka z kapusty i jabłka 100g Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Kompot 200ml	Zupa kalafiorowa 400ml (1,7,9) Ryba Miruna gotowana100g (4) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Marchew gotowana150g Kompot 200ml	Zupa kalafiorowa 400ml (1,7,9) Ryba Miruna gotowana 100g (4) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kapusty i jabłka 100g Fasolka gotowana80g
	Podwieczorek	Butka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7) Herbata 200ml	Butka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7) Herbata 200ml	Jabłko 180gHerbata 200ml

	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g , graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Jajko 60g (3) Dżem 30gOgórek 20g, Sałata 20gHerbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Jajko 60g (3) Dżem 30gSałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g ,Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 Jajko 60g (3) Sałata 20g Ogórek 20g, Herbata 200ml
Sobota 14.12.2024	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Paszтет własnego wyrobu a 40g Ser salami 20 g (7) Pomidor 50g	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,6,7,9,10) sałata 20g	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 Szynka drobiowa 40g (1,3,6,7,9,10) sałata 20g Pomidor 50g
	Obiad	Barszcz z makaronem 400ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Gzik 100 g (7) Masło 15g Kompot 200ml	Barszcz z makaronem 400ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Gzik 100 g (7) Masło 15g Kompot 200ml	Barszcz z makaronem 400ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Gzik 100 g (7) Brokuł gotowany 100g Surówka z marchewki i jabłka 100g
	Podwieczorek	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 30g (1,3,6,9,10) Ser tyłżycki 40g (3) Sałata Pomidor 50g Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa30 g (1,3,6,9,10) dżem 30g (3) Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g ,Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g połędwica z indyka40 g (1,3,6,9,10)) Pomidor 50g Sałata 20 gHerbata 250ml
Niedziela 15.12.2024	Śniadanie	Kakao 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g ,Pieczywo pszenno- żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka70g Pomidor 50g	Kakao 250ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka70g Sałata 20g	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 gParówka70g Pomidor 50g
	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 180g Surówka z marchewki i jabłka 150g Brokuły gotowane 100 g
	Kolacja	Pieczywo graham 30 Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka gotowana 50 g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20 g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka gotowana 50 g (1,3,6,9,10) Pomidor 50gSałata 20 g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g ,Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Szynka gotowana 50 g (1,3,6,9,10) Pomidor 50gSałata 20 g Herbata 200ml

PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIĘ:

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

ISTNIEJE MOŻLIWOŚĆ ZMIAN W JADŁOSPISIE