

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

63-300 Pleszew, ul. Poznańska 125a

JADŁOSPIS CHORYCH 25.11.-01.12.2024

	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)
Poniedziałek 25.11.2024	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) Jajko 50 g (3) 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) Jajko 50 g (3) Polędwica drobiowa 30g (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 Jajko 50 g (3) Polędwica drobiowa 30g (1,3,6,9,10) Sałata 25g Papryka 20 g
	Obiad	Zupa z kaszy 400ml (1,3,7,9) Kotlet schabowy 100g (1,3) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Surówka z kapusty kiszonej i jabłka 100gKompot 200ml	Zupa z kaszy 400ml (1,3,7,9) Schab gotowany 80gZiemniaki z koperkiem 250g (7) Brokuły 100gSos koperkowy 125ml (1,3,7) Kompot 200ml	Zupa z kaszy 400ml (1,3,7,9) Schab gotowany 80gZiemniaki gotowane 200gBrokuły 100gSurówka z kapusty i jabłka 100g
	Podwieczorek	Butka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7) Herbata 200ml	Butka mleczna własnegowypieku 80g (1,3,7) Herbata 200ml	Butka mleczna bez cukru własnego wypieku 80g (1,3,7) Herbata 200ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Ser salami 40g (7) , dżem 30g Pomidor 50g Ogórek 20 gHerbata 250ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka gotowana 50 g (1,3,6,9,10) dżem 30gSałata 20gHerbata 250ml	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 50g Ogórek 20 gHerbata 250ml
Wtorek 26.11.2024	Śniadanie	Zupa mleczna 250 ml (1,7) 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 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 sera białego i koperku80g (7) , 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 Pasta z sera białego i z rzodkiewki 80g (7) , Sałata 20g
	Obiad	Zupa owocowa z makaronem 400ml (1,3) Pulpety w sosie koperkowym 300g (1,7) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Brokuły gotowane 100g	Zupa owocowa z makaronem 400ml (1,3) Pulpety gotowane 100g (1,3) Sos koperkowy 125ml (1,7) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Sałata z jogurtem naturalnym 100g (7)	Zupa warzywna (1,3) Pulpety gotowane 100g (1,3) Ziemniaki gotowane 200 Brokuły gotowane 100gSurówka z kapusty i jabłka 100g
	Podwieczorek	Jogurt naturalny 180g (7) Herbata 250ml	Jogurt naturalny 180g (7) Herbata 250ml	Jogurt naturalny 180g (7) Herbata 250ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Schab pieczony własnego wyrobu 40g Sałata 25g, Ogórek 20g Miód 15g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Schab gotowany własnego wyrobu 40g Sałata 25g Miód 15g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g ,Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Schab pieczony własnego wyrobu 40g Sałata 25g, Ogórek 20g Herbata 250ml

Środa 27.11.2024	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) Szynka z indyka gotowana 50g (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) Szynka z indyka gotowana50g (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 roślinne 15g Szynka z indyka gotowana 50g (3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g
	Obiad	Zupa pieczarkowa 400ml (1,7,9) Naleśnik z serem 200g (1,3,7) Naleśnik z dżemem 80g (1,3,7) Kompot 200ml	Zupa rosół jarski 400ml (1,7,9) Roladki z kurczaka 100g Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Marchewka 100g (1,7) Sos koperkowy 125ml (1,7) Kompot 200ml	Zupa rosół jarski 400ml (1,7,9) Roladki z kurczaka 100g Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Brokuły 100g Surówka z kapusty i jabłka 100g
	Podwieczorek	Sok warzywny 330ml	Sok warzywny 330ml	Sok warzywny330ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Pasztet warzywny własnego wyrobu 80g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Polędwica z indyka50g (3,6,9,10) , Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g ,Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Polędwica z indyka50g (3,6,9,10) , Sałata 20g Herbata 200ml
Czwartek 28.11.2024	Śniadanie	Zupa mleczna 350ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka z indyka 80g Sałata 25g, Papryka 20g	Zupa mleczna 350ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka z indyka 80gSałata 25g,	Zupa mleczna 350ml (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 Szynka z indyka 80gSałata 25g, Papryka 20g
	Obiad	Zupa pomidorowa 400ml (1,3) Udko pieczone150g (1,7) Ziemniaki z koperkiem 200g (1) Buraczki 100g Kompot 200ml	Zupa pomidorowa 400ml (1,3) Udko gotowane150g (1,7) Ziemniaki z koperkiem 200g (1) Buraczki 100g Kompot 200ml	Zupa pomidorowa 400ml (1,3) Udko gotowane150g (1,7) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kapusty i jabłka 100g Buraczki 100g
	Podwieczorek	Placek drożdżowy własnego wypieku 80g (1,3,7) Herbata 200ml	Placek drożdżowy własnego wypieku 80g (1,3,7) Herbata 200ml	Placek drożdżowy bez cukru własnego wypieku 80g (1,3,7) Herbata 200ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło15g (7) Galart drobiowy 100g Pomidor 50g, Ogórek 20gHerbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Galart drobiowy 100g Sałata 20 gHerbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g ,Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Galart drobiowy 100g Sałata 20 g Ogórek 20 gHerbata 200ml
Piątek 29.11.2024	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) Pasta twarogowa 60g (7) 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 twarogowa 60g (7) 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 Pasta twarogowa 60g (7) Sałata 25g, Ogórek 20g
	Obiad	Zupa z dynią 400ml (1,7,9) Ryba gotowana Miruna 100g (1,3,4) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Surówka kapusty kiszonej 150g Kompot 200ml	Zupa zdynią 400ml (1,7,9) Ryba gotowana Miruna 100g (1,3,4) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Marchewka 150g Kompot 200ml	Zupa z dynią 400ml (1,7,9) Ryba gotowana Miruna 100g (1,3,4) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kapusty i jabłka 100g Fasolka gotowana 80g

	Podwieczorek	Jabłko pieczone 180g	Jabłko pieczone 180g	Jabłko pieczone 180g
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g , graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Jajko 60g (3) Ser topiony 30g (7) Pomidor 50g, Sałata 20gHerbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Jajko 60g (3) dżem 30gSałata 20gHerbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g ,Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Jajko 60g (3) Ser homogenizowany 30g (7) Pomidor 50g, Sałata 20gHerbata 200ml
Sobota3 0.11.2024	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 pieczony własnego wyrobu (1,3) , Pomidor 50g Sałata 20 g	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Szynka drobiowa 40g (1,3,6,7,9,10) Sałata 20 g	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) Pomidor 50g Sałata 20 g
	Obiad	Zupa fasolowa 400ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Gzik 100 g (7) Masło 15g Kompot 200ml	Zupa krupnik 400ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Gzik 100 g (7) Masło 15g Kompot 200ml	Zupa krupnik 400ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Gzik 100 g (7) Brokuł gotowany 100g Surówka z marchewki i jabłka 100g
	Podwieczorek	Babka drożdżowa 150g (1,3,7) Herbata 200ml	Babka drożdżowa 150g (1,3,7) Herbata 200ml	Babka drożdżowabez cukru 150g (1,3,7) Herbata 200ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Polędwica drobiowa50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50gHerbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Polędwica drobiowa50g (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 15g Polędwica drobiowa50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50gHerbata 200ml
Niedziela 01.12.2024	Śniadanie	Kakao 250ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka 70g (1,3,6,9,10) , Pomidor 50g Sałata 20g	Kakao 250ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka 70g (1,3,6,9,10) , Sałata 20g	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g ,Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Parówka 70g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g
	Obiad	Zupa brokułowa 400ml (1,3,7,9) Szynka pieczona 100g Kasza jęczmienna 200g (1) Sos pieczeniowy 125ml (1,7) Buraczki 150g (1,7) Kompot 200ml	Zupa rosół jarski 400ml (1,3,7,9) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Szynka gotowana 100g Sos koperkowy 125ml (1,7) Buraczki 200g (1,7) Kompot 200ml	Zupa rosół jarski 400ml (1,3,7,9) Szynka gotowana 100g Sos koperkowy 125ml (1,7) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Buraczki 200g (1,7) Surówka z kapusty i jabłka 100g
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Papryka 20gHerbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25gHerbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g ,Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Papryka 20gHerbata 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