

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

63-300 Pleszew, ul. Poznańska 125a

JADŁOSPIS CHORYCH 23.12.-29.12.2024

	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)
Poniedziałek 23.12.2024	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 Jajko 50g (3) (7) ser salami 35g (7) Sałata 20g,papryka 30g	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) Sałata 25g ser biały (7) 40g	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 60 g (1,3,6,9,10) Sałata 25g ,papryka 30g
	Obiad	Zupa ziemniaczana 400ml (1,7,9) Ryż 180g Roladki drobiowe z warzywami 100g Sos potrawkowy 125ml (1,3,7) Fasolka szparagowa zielona 120g Kompot truskawkowy 200ml	Zupa ziemniaczana 400ml (1,7,9) Ryż paraboliczny 180g Roladki drobiowe z warzywami 100g Sos koperkowy 125ml (1,7) Brokuły 120g Kompot truskawkowy200ml	Zupa rosół jarski 400ml (1,7,9) kasza 180g Roladki drobiowe z warzywami 100g Surówka z kapusty i jabłka 100g Brokuły 100g
	Podwieczorek	Jogurt naturalny 180 g (7)	Jogurt naturalny 180 g (7)	Jogurt naturalny 180 g (7)
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szyńka gotowana 50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szyńka drobiowa 50g (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 Szyńka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Herbata 250ml
Wtorek 24.12.2024	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 tyłżycki 40g (7) Sałata 20g, Dżem truskawkowy 30g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g Ser twarogowy 50g (7) Sałata 20g, Dżem truskawkowy 30g	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 ser tyłżycki 30g twarogowy 30g (7) pomidor 50g Sałata 20g
	Obiad	Zupa owocowa (1,7,9) Gzik 100g (7) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Kompot 200ml	Zupa owocowa (1,7,9) Gzik 100g (7) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Kompot 200ml	Zupa z kaszy (1,7,9) Gzik 100g (7) Ziemniaki gotowane 250 g Brokuły 100g,Surówka z kapusty i jabłka 100g
	Kolacja	Barszcz czerwony 250 ml (1,9) Dorsz pieczony 100g (1,3,4,7) Ziemniaki 150g (7) , Kapusta z grzybami 100g Makiełki 100g (1,3) Pierniki 50g (1,3,8) Mandarynki 80g	Barszcz czerwony 250 ml (1,9) Dorsz gotowany 100g Ziemniaki 150g (7) Buraczki 100g (1,7) Kompot 200ml Herbata 250ml	Barszcz czerwony 250 ml (1,9) Dorsz gotowany 100g (4) Ziemniaki 150g (7) Buraczki 100g (1,7) Herbata 250ml Mandarynki 80g, Pierniki 50g (1,3,8)

Środa 25.12.2024	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczyno graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Kiełbasa śląska 80g Pomidor 50g Sałata 20g Ciasto własnego wyrobu 80 g (1,3,7)	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczyno pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka 80 g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g Ciasto własnego wyrobu 80 g (1,3,7)	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczyno pełnoziarniste własnego wypieku 35 g Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Parówka 80 g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g , Sałata 20g Ciasto własnego wyrobu 80 g (1,3,7)
	Obiad	Zupa rosół z makaronem 400ml (1,3,9) Udko pieczone 150g Ziemniaki z koperkiem 200g (7) Surówka z marchewki 150g Kompot 200ml	Zupa rosół jarski 400ml (1,7,9) Udko gotowane150g Ziemniaki z koperkiem 200g (7) Marchewka 150g (1,7) Kompot 200ml	Zupa rosół jarski 400ml (1,7,9) Udko gotowane150g Ziemniaki z koperkiem 150g Marchewka 100g (1,7) Surówka z kapusty białej 100g
	Kolacja	Pieczyno mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Schab pieczony własnego wyrobu 50g (9,10) Sałata 20g Pomidor 50g Herbata 200ml	Pieczyno pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Schab gotowany własnego wyrobu 50 g (9,10) Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczyno pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Schab gotowany własnego wyrobu 50 g (9,10) Sałata 20g Pomidor 50g Herbata 200ml
Czwartek 26.12.2024	Śniadanie	Kakao 200ml (7) Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczyno graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) połędwica sopocka 50g (1,7,9,10) Sałata 25g, Ogórek 20gCiasto własnego wyrobu 80 g (1,3,7)	Kakao 200ml (7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) połędwica sopocka 50g (1,7,9,10) Sałata 20g Ciasto własnego wyrobu 80 g (1,3,7)	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 połędwica sopocka 50g (1,7,9,10) Sałata 25g, Ogórek 20g Ciasto własnego wyrobu 80 g (1,3,7)
	Obiad	Zupa pomidorowa (1,7,9) Schab gotowany 80g Sos chrzanowy 125ml (1,7) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Brokuły 150g (1,7) Kompot 200ml	Zupa pomidorowa (1,7,9) Schab gotowany 80g z sosem koperkowym 125ml (1,7) Ziemniaki z koperkiem 200g (7) Brokuły 150g (1,7) Kompot 200ml	Zupa pomidorowa (1,7,9) Schab gotowany 80g Ziemniaki gotowane 150g Surówka z kapusty i jabłka 100 g Brokuł 120 g
	Kolacja	Pieczyno mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło15g (7) Kiełbasa szynkowa 50g (3,6,9,10) Pomidor 50g, Ogórek 20g Herbata 200ml	Pieczyno pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Kiełbasa szynkowa 50g (3,6,9,10) Sałata 20 g Herbata 200ml	Pieczyno pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Kiełbasa szynkowa 50g (3,6,9,10) Sałata 20 g Ogórek 20 g
Piątek 27.12.2024	Śniadanie	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczyno graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Pasta z tuńczyka 80g (4,7) Sałata 25g, Papryka 20g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczyno pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7))Pasta z sera z koperkiem 80g (4,7) Sałata 25g,	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczyno pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Pasta z tuńczyka 80g (4,7) Sałata 25g, Papryka 20g

	Obiad	Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) Makaron 150g (1,3) Sos pomidorowy 125g (1,7) Jajko gotowane 60g (3) Kompot 200ml	Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) Makaron 150g (1,3) Sos pomidorowy 125g (1,7) Jajko gotowane 60g (3) Kompot 200ml	Zupa jarzynowa400ml (1,7,9) Makaron 150g (1,3) Sos pomidorowy 125g (1,7) Jajko gotowane 60g (3) Kompot 200ml
	Podwieczorek	Jabłko 200g Herbata 200ml	Jabłko pieczone 200g Herbata 200ml	Jabłko 200g Herbata 200ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g , graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Ser tyłżycki 40g (7) Miód 30g Pomidor 50g, Sałata 20gHerbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Ser twarogowy 30g (7) Miód 30g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne Ser twarogowy 60g (7) Pomidor 50g, Sałata 20g Herbata 200ml
Sobota 28.12.2024	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) Paszтет pieczony własnego wyrobu (1,3,9) Pomidor 50g Sałata 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) Szynka drobiowa 40g (1,3,6,7,9,10) Sałata 20 g	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 Szynka drobiowa 40g (1,3,6,7,9,10) Pomidor 50g Sałata 20 g
	Obiad	Zupa z zielonej fasolki 400ml (1,7,9) Ryż z musem jabłkowym i cynamonem 250g (7) Kompot 200ml	Zupa ziemniaczana 400ml (1,7,9) Ryż z musem jabłkowym i cynamonem250g (7) Kompot 200ml	Zupa ziemniaczana 400ml (1,7,9) Ryż brązowy 150g Roladka z kurczaka 80g Fasolka szparagowa 100g, Surówka z kapusty pekińskiej 100g
	Podwieczorek	Babka drożdżowa 150g (1,3,7) Herbata 200ml	Babka drożdżowa 150g (1,3,7) Herbata 200ml	Babka drożdżowa bez 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 15 g Polędwica drobiowa50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50gHerbata 200ml
Niedziela 29.12.2024	Śniadanie	Kakao 250ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka 80g (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 80g (1,3,6,9,10) , Sałata 20g	Kakao 250ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Parówka 80g (1,3,6,9,10) , Pomidor 50g Sałata 20g
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (1, 7,9) Karkówka pieczona 100g w sosie własnym 125g (1,7) Ziemniaki z koperkiem 250g (1,7) Sałatka z buraczków 100g Kompot 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (1, 7,9) Szynka gotowana 100g z sosem koperkowym 125ml (1,7) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Buraczki 200g (1,7) Kompot 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (1,3,7,9) Szynka gotowana 100g Sos koperkowy 125ml (1,7) Ziemniaki gotowane 250g 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 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g 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-orzecg ziemny, 6-soja, 7-mleko, 8-orzechy, 9-seler, 10-gorczyca, 11-nasiona sezamu, 12-dwutlenek siarki i siarczanu, 13-łubin, 14-mięczaki

ISTNIEJE MOŻLIWOŚĆ ZMIAN W JADŁOSPISIE