

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

63-300 Pleszew, ul. Poznańska 125a

JADŁOSPIS CHORYCH 27.01-02.02.2025

	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)
Poniedziałek 27.01.2025	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 15g (7) Jajko 50 g (3) Polędwica z indyka 20g (1,3,6,9,10) Sałata 25gPomidor30 g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Jajko 50 g (3) Polędwica z indyka 20g (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 15gJajko 50 g (3) Polędwica z indyka 20g (1,3,6,9,10) Sałata 25gPomidor 30 g
	Obiad	Zupa z soczewicy 400ml (1,7,9) Wątróbka smażona z cebulką 100g (1,7) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka 100g 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 gotowane 200g Brokuły 100g Surówka z kapusty i jabłka 100g
	Podwieczorek	Rogaliki drożdżowe własnego wypieku 80g (1,3,7) Herbata 200ml	Rogaliki drożdżowe własnego wypieku 80g (1,3,7) Herbata 200ml	Rogaliki drożdżowe 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) Dżem30g Pomidor 50g Ogórek 20g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka gotowana 50g (1,3,6,9,10) Dżem30gSałata 20gHerbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masłoroślinne 15gSzynka gotowana 50 g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Ogórek 20gHerbata 250ml
Wtorek 28.01.2025	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 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masłoroślinne 15gPasta z sera białego i z rzodkiewki 80g (7) Sałata 20g
	Obiad	Zupa barszcz ukraiński 400ml (1,3,7,9) Kotlet schabowy smażony 120g (1,3) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Surówka z kapusty i jabłka 100g Kompot 200 ml	Zupa barszcz z ziemniakami 400ml (1,7,9) Schab gotowany 100g Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Brokuły gotowane100g (1,7) Sos koperkowy 125ml (1,7) Kompot 200ml	Zupa barszcz z ziemniakami 400ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Brokuły gotowane100g Surówka z kapusty i jabłka 100g
	Podwieczorek	Jogurt naturalny 150g (7) Miód 15g Herbata 200ml	Jogurt naturalny 150g (7) Miód 15g Herbata 200ml	Jogurt naturalny 150g (7) Jabłko 180g Herbata 200ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Polędwica z indyka 20g (1,3,6,9,10) Sałata 25g Ogórek 20g, Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Polędwica z indyka 20g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Polędwica z indyka 20g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Ogórek 20gHerbata 250ml

Środa 29.01.2025	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 ze szczypiorkiem 60g (3) Salata 25gOgórek 20g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Pasta z jaj 60g (3) Salata 25g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masłoroślinne 15 g (7) Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (3) Salata 25g, Ogórek 20g
	Obiad	Zupa ogórkowa 400ml (1,7,9) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym (1,9) Kompot 200 ml	Zupa koperkowa 400ml (1,7,9) Makaron pszenny z sosem mięsno-warzywnym (1,9) Kompot 200 ml	Zupa koperkowa 400ml (1,7,9) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym (1,9) Surówka z kapusty i jabłka 100g
	Podwieczorek	Budyń 200g (1,7) Herbata 200ml	Budyń 200g (1,7) Herbata 200ml	Budyń 200g (1,7) Herbata 200ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Pasztet warzywny 80g Salata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szyńka drobiowa (1,3,6,9,10) Salata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Szyńka drobiowa (1,3,6,9,10) Salata 20g Herbata 200ml
Czwartek 30.01.2025	Śniadanie	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Schab pieczony w ziołach własnego wyrobu 50g Salata 25g, Papryka 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 gotowany z ziołami własnego wyrobu 50g Salata 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) Masłoroślinne 15 g Schab pieczony w ziołach własnego wyrobu 50g Salata 25g, Papryka 20g
	Obiad	Zupa rosół z makaronem 400ml (1,3,9) Sos potrawkowy 125ml (1,7) Udko gotowane 150gRyż brązowy 200gMarchewka z groszkiem100g (1,7) Kompot 200ml	Zupa rosół jarski 400ml (1,3,9) Sos beszamelowy 125ml (1,7) Udko gotowane 150gRyż 200gMarchewka 100g (1,7) Kompot 200ml	Zupa rosół jarski 400ml (1,3,9) Sos beszamelowy 125ml (1,7) Udko gotowane 150gRyż brązowy 200gBrokuły 100 gSurówka z kapusty i jabłka 100g
	Podwieczorek	Mandarynki 180g	Jabłko pieczone 150g Herbata 200ml	Jabłko 150g Herbata 200ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło15g (7) galart z warzywami własnego wyrobu100g (3,9) Pomidor 50g, Ogórek 20gHerbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) galart z warzywami własnego wyrobu100g (3,9) Salata 20 g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g galart z warzywami własnego wyrobu100g (3,9) g Salata 20 g Ogórek 20 gHerbata 200ml
Piątek 31.01.2025	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 80g (4,7) Salata 25g, Papryka 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 tuńczyka 80g (4,7) Salata 25g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Pasta z tuńczyka 80g (4,7) Salata 25g, Papryka 20g
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml (1,3, 7,9) Ryba gotowana Miruna 100g (1,3,4) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Kalafior 150g Kompot 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml (1,3, 7,9) Ryba gotowana Miruna 100g (1,3,4) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Kalafior 150g Kompot 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml (1,3, 7,9) Ryba gotowana Miruna 100g (4) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kapusty i jabłka 100g Kalafior 150g

	Podwieczorek	Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7) Herbata 200ml	Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7) Herbata 200ml	Bułka mleczna bez cukru własnego wypieku 80g (1,3,7) Herbata 200ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g , graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Jajko 60g (3) Pomidor 50g, Sałata 20g Miód 15gHerbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Jajko 60g (3) Sałata 20g Miód 15g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Jajko 60g (3) Pomidor 50g, Sałata 20g Herbata 200ml
Sobota 01.02.2025	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Ser salami 40g (7) Dżem 30g Pomidor 50g Sałata 20 g	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Dżem 40gSałata 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 15g Ser salami 40g (7) Dżem niskosłodzony 30g Pomidor 50g Sałata 20 g
	Obiad	Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) Makaron razowy z białym serem 200g (1,3,7) Kompot 200ml	Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) Makaron z białym serem 200g (1,3,7) Kompot 200ml	Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) Makaron razowy z białym serem 200g (1,3,7) Surówka z kapusty i jabłka 100g
	Podwieczorek	Sok warzywny200ml	Sok warzywny 200ml	Sok warzywny 200ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g ,Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 gSzynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Herbata 200ml
Niedziela 02.02.2025	Śniadanie	Kakao 250ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) kiełbasa śląska 80g,Pomidor 50g Sałata 20g	Kakao 250ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka 70gSałata 20g	Kakao 250ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15gParówka 70g Pomidor 50g Sałata 20g
	Obiad	Zupa koperkowa 400ml (1,7,9) Karkówka pieczona100g Sos 125ml (1,7) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Buraczki 100g (1,7) Kompot 200ml	Zupa koperkowa 400ml (1,7,9) Szynka gotowana 100g Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Sos 125ml (1,7) Buraczki 100g (1,7) Kompot 200ml	Zupa koperkowa 400ml (1,7,9) Szynka gotowana 100g Ziemniaki gotowane 200g Buraczki 100g (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 (7) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Papryka 20g 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