

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

63-300 Pleszew, ul. Poznańska 125a

JADŁOSPIS CHORYCH 03-09.03.2025

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)
Poniedziałek 03.03.25	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywograham 30g, Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka z Indyka 40g (1,3,6,9,10) Sałata 25g	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka z indyka 40g (1,3,6,9,10) Sałata 20g	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Szynka z indyka 40g (1,3,6,9,10) Sałata 20g
	Obiad	Barszcz ukraiński 400ml (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem i cukrem 300g (1,3,7) Kompot 200ml	Barszcz z ziemniakami 400 ml (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem i cukrem 300g (1,3,7) Kompot 200ml	Zupa warzywna 400 ml (1,3,7,9) Ziemniaki gotowane 180g Ryba gotowana 80g (7) Kalafior gotowany 100g Surówka z kapusty pekińskiej i jabłka 100g
	Podwieczorek	Jabłko 150g Jogurt naturalny 180g (7)	Jabłko pieczone 150g Jogurt naturalny 180g (7)	Jabłko 150g Jogurt naturalny 180 g (7)
	Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Jajko 60 g (3) Ser salami 20 g (7) Sałata 25g, Ogórek 20 g, Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15g Jajko 60 g (3) Szynka 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 Jajko 60g (3) Szynka z indyka 20g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Ogórek 20g Herbata 250ml
Wtorek 04.03.25	Śniadanie	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Szynka wieprzowa gotowana 40g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Sałata 25g Papryka 20g	Zupa mleczna 250ml (1,7) Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 (1,3,7,11) Szynka wieprzowa gotowana 40g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Sałata 25g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Szynka wieprzowa gotowana 40g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Sałata 25g Papryka 20 g
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (1,7,9) Kurczak w sosie warzywnym 200g (1,7,9) Ziemniaki gotowane 180g Fasolka 120g (7) Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (1,7,9) Kurczak w sosie warzywnym 200g (1,7,9) Ziemniaki gotowane 180g Sałata z jogurtem 80g (7) Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (1,7,9) Kurczak w sosie warzywnym 200g (1,7,9) Ziemniaki gotowane 180g Fasolka gotowana 100g Brokuły 100g
	Podwieczorek	Kisiel z owocami 200g	Kisiel z owocami 200g	Kisiel z owocami bez cukru 200g
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Galat drobiowy 100g, Sałata 50g Pomidor 50g Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Galat drobiowy 100g, Sałata 50g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Galat drobiowy 100g, Sałata 50g 20g Herbata 250ml
Środa 05.03.25	Śniadanie	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30g, Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Pasta z sera białego i koperku 80g (7) Sałata 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 sera białego i koperku 80g (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 Pasta z sera białego i koperku 80g (7) Masło roślinne 15g Sałata 20g

	Obiad	Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) Jajo sadzone 60g (3,7) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Marchewka z groszkiem 100g (1,7) Kompot 200ml	Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9)) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Jajo gotowane 60g (3) Sos koperkowy 125ml (1,7) Marchewka gotowana 100g Kompot 200ml	Zupajarzynowa400ml (1,7,9) Jajo gotowane 60g (3) Ziemniaki gotowane 180g Brokuły 100g Surówka z kapusty kiszzonej 100g
	Podwieczorek	Banan 120g	Jabłko pieczone 120g	Jabłko 150g
	Kolacja	Pieczynomieszane70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Ser żółty 40g (7) Dżem 30g Sałata 50g Herbata 200ml	Pieczyno pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło15g (7) Twaróg 40g (7) Dżem 30g Sałata50g Herbata 200ml	Pieczyno pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Twaróg 40g (7) Sałata 50g Herbata 200ml
Czwartek 06.03.25	Śniadanie	Zupa mleczna 350ml (1,7) Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo graham 30g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Schab pieczony własnego wyrobu 50g Sałata 25g, Ogórek 20g	Zupa mleczna 250ml (1,7) Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Schab pieczony własnego wyrobu 50g Sałata25g,	Zupa mleczna250ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Schab pieczony własnego wyrobu 50g Sałata 25g, Ogórek 20g
	Obiad	Zupa owocowa z makaronem 400ml (1) Udziec z indyka pieczony100g, Sos pieczeniowy 125ml (1,7) Kasza 180g (1) Buraczki z jabłkiem 100g	Zupa owocowa z makaronem 400ml (1) Udziec z indyka gotowany 100g, Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Sos pietruszkowy 125ml (1,7) Buraczki gotowane 120g (7)	Zupa z kaszy 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)	Placek drożdżowy własnego wypieku 80g (1,3,7)	Babka drożdżowa b/c własnego wypieku80g (1,3,7)
	Kolacja	Pieczyno mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Paszтет warzywny własnego wyrobu 80g (9) Sałatka z pomidora i ogórka 80g Herbata 200ml	Pieczyno pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Ser biały 50g (7) Szynka gotowana 40g, Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczyno pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Szynka gotowana 40g, Sałatka z pomidora i ogórka 80g Herbata 200ml
Piątek 07.03.25	Śniadanie	Zupa mleczna 250ml (1,7) Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo graham 30g, Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15g (7)) Pasta z jaj 60g (3) Sałata25g	Zupa mleczna 250ml (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) 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 graham70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Pasta z jaj 60g (3) Sałata 25g
	Obiad	Zupa pieczarkowa 400ml (1,7,9) Ryba Miruna pieczona 100g (1,3,4) Surówka z kapusty i jabłka 100g Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 400ml (1,7,9) Ryba Miruna gotowana 100g (4) Ziemniaki z koperkiem250g (7) Marchew gotowana 150g Kompot 200ml	Zupa kalafiorowa 400ml (1,7,9) Ryba Miruna gotowana 100g (4) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z kapusty i jabłka 100g Fasolka gotowana 80g
	Podwieczorek	Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)	Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)	Jabłko 150g Jogurt naturalny 180g (7)
	Kolacja	Pieczyno mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Serek homogenizowany 60g (7) Dżem 30g Ogórek 20g, Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczyno pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Serek homogenizowany 60g (7) Dżem 30g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczyno pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Serek homogenizowany Og (7) Sałata 20g Ogórek 20g, Herbata 200ml

Sobota 08.03.25	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Pasztet 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 100g (7) Masło 15g Kompot 200ml	Barszcz z makaronem 400ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Gzik 100g (7) Masło 15g Kompot 200ml	Barszcz z makaronem 400ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 180g Gzik 100g (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 drobiowa 30g (1,3,6,9,10) dżem 30g (3) Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g polędwica z indyka 40 g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g Herbata 250ml
Niedziela 09.03.25	Śniadanie	Kakao 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Parówka 70g Pomidor 50g	Kakao 250ml (1,7) Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka 70g Sałata 20g	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Parówka 70g 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 Fasolka gotowana 100 g
	Kolacja	Pieczywo graham 30g Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka gotowana 50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (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 pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Szynka gotowana 50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 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-łubin, 14-mięczaki

ISTNIEJĘ MOŻLIWOŚĆ MIAN W JADŁOSPISIE