

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

63-300 Pleszew, ul. Poznańska 125a

JADŁOSPIS CHORYCH 10-16.03.2025

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)
Poniedziałek 10.03.2025	Śniadanie	Zupa mleczna 250ml (1,7) Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo graham 30 g Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Ser salami 50g (7) Dżem owocowy 30g Sałata 25g Ogórek 50g	Zupa mleczna 250ml (1,7) Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Twaróg 50 g (7) Dżem owocowy 30g Sałata 25 g	Zupa mleczna 250ml (1,7) Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Twaróg 50 g (7) Sałata 25g Ogórek 100g
	Obiad	Zupa z białych warzyw 400ml (1,7,9) Kotlet mielony 100g (1,3,7) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Surówka z kapusty i jabłka 100g Kompot 200ml	Zupa kalafiorowa 400ml (1,7,9) Pulpety gotowane 100g Ziemniaki z koperkiem 250g Sałata z jogurtem naturalnym 100g (7) Sos koperkowy 125ml (1,7) Kompot 200ml	Zupa kalafiorowa 400ml (1,7,9) Pulpety gotowane 100g Ziemniaki gotowane 200g Fasolka gotowana 80g Surówka z kapusty i jabłka 100g
	Podwieczorek	Butka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)	Butka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)	Butka mleczna b/cukru własnego wypieku 80g (1,3,7)
	Kolacja	Pieczywo graham 30 g Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szyńka z indyka 50g (3,6,9,10) Pomidor 50g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szyńka z indyka 50g (3,6,9,10) Sałata 25 g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wyrobu 35 g Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Szyńka z indyka 50g (3,6,9,10) Pomidor 50g Herbata 250ml
Wtorek 11.03.2025	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 15g (7) Pasta z sera, z koperkiem (7) Sałata 25 g Pomidor 50 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) Pasta z sera, z koperkiem (7) Sałata 25 g	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 15g Pasta z sera, z koperkiem (7) Sałata 25 g Pomidor 50 g
	Obiad	Rosół z makaronem 400ml (1,7,9) Kurczak gotowany w sosie potrawkowym 225g (1,7) Ryż brązowy 200g Marchewka z groszkiem 100g (1,7) Kompot 200ml	Zupa rosół jarski 400ml (1,7,9) Kurczak gotowany w sosie koperkowym 225 g (1,7) Ryż 200g Marchewka 100g Kompot 200ml	Zupa rosół jarski 400ml (1,7,9) Kurczak gotowany 100g Ryż brązowy 150g Sos koperkowy 50ml (1,7) Brokuł gotowany 100g Surówka z kapusty i jabłka 100 g
	Podwieczorek	Budyń z sokiem owocowym 150g (7)	Budyń z sokiem owocowym 150g (7)	Budyń bez cukru 150g (7)
	Kolacja	Pieczywo graham 30 g Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szyńka konserwowa 40g (3,6,9,10) Sałata 25g Ogórek 25g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szyńka konserwowa 40g (3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wyrobu 35 g Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Szyńka konserwowa 40g (3,6,9,10) Sałata 25g Ogórek 25g Herbata 250ml

Środa 12.03.2025	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 15g (7) Pasta z jaj z koperkiem 60g (3) Pomidor 50g	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 z koperkiem 60g (3) Sałata 20 g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35gPieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne15g Pasta z jaj z koperkiem 60g (3) Pomidor 50g
	Obiad	Zupa ziemniaczana400ml (1,7,9) Kasza jęczmienna180g (1) Szynka pieczona w sosie własnym 225g (1) Sałatka z ogórka kiszzonego 100g Kompot 200ml	Zupa warzywna 400ml (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Szynka gotowana 100g Sos pietruszkowy 225g (1,7) Buraczki gotowane 100g Kompot 200ml	Zupa ziemniaczana 400ml (1,7,9) Kasza jęczmienna 180g (1) Szynka gotowana 100g Buraczki gotowane 100g Sałatka z ogórka kiszzonego 100g
	Podwieczorek	Jogurt naturalny 180g (7) Miód 30g	Jogurt naturalny 180g (7) Miód 30g	Jogurt naturalny 180g (7) Jabłko 180g
	Kolacja	Pieczywo graham 30 g Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Polędwica z indyka 40g (3,6,9,10) Sałata 20 g Papryka 20g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Polędwica z indyka 40g (3,6,9,10) Sałata 25 g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wyrobu 35 g Pieczywo graham70 g (1,3,7,11) Masło roślinne15gPolędwica z indyka 40g (3,6,9,10) Papryka 20gHerbata 250ml
Czwartek 13.03.2025	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 15g (7) Schab gotowany z ziołami własnego wyrobu 40gSałata 25 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) Schab gotowany z ziołami własnego wyrobu 40gSałata 25 g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35gPieczywo graham70 g (1,3,7,11) Masło roślinne15g Schab gotowany z ziołami własnego wyrobu 40gSałata 25 g
	Obiad	Zupa ogórkowa 400ml (1,7,9) Gołąbki w sosie pomidorowym 250g (1,3,6) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Kompot 200ml	Zupa z kaszy 400ml (1,7,9) Pulpety w sosie koperkowym 250g (1,3,6) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Brokuły 150g Kompot 200ml	Zupa z kaszy 400ml (1,7,9) Pulpety gotowane 150g (1,3,6) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kapusty i jabłka 100g Brokuły 100g
	Podwieczorek	Jabłko 180g Rogaliki pszenne własnego wypieku 80g (1,3,7)	Jabłko pieczone 120g Rogaliki pszenne własnego wypieku 80g (1,3,7)	Jabłko 180g Rogaliki pszenne własnego wypieku b/c 80g (1,3,7)
	Kolacja	Pieczywo graham 30 g Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Paszтет warzywny 80g (8) Pomidor 50gHerbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wyrobu 35 g Pieczywo graham70 g (1,3,7,11) Szynkadrobiowa 50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Herbata 250ml
Piątek 14.03.2025	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 15g (7) Pasta z sera białego, z warzywami 60 g (4,7) Sałata 25g Pomidor 50 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)) Pasta z sera białego, z warzywami 60 g (4,7) Sałata 25 g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35gPieczywo graham70 g (1,3,7,11) Masło roślinne15g) Pasta z sera białego, z warzywami 60 g (4,7) Sałata 25g Pomidor 50 g
	Obiad	Zupa brokułowa 400ml (1,7,9) Dorsz pieczony 150g (1,3,4) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Surówka z kapusty białej 150g Kompot 200ml	Zupa brokułowa 400ml (1,7,9) Ryba gotowana 100g (4) Sos koperkowy 125ml (1,7) Marchew gotowana 100g Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Kompot 200ml	Zupa brokułowa 400ml (1,7,9) Ryba gotowana 100g (4) Ziemniaki gotowane 180g Marchew 100g Surówka z kapusty 100g

	Podwieczorek	Placek drożdżowy własnego wypieku 100g (1,3) Herbata 200 ml	Placek drożdżowy własnego wypieku 100g (1,3) Herbata 200 ml	Placek drożdżowy własnego wypieku bez cukru100g (1,3) Herbata 200 ml
	Kolacja	Pieczywo graham 30 g Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Jajko 60g (3) Miód 15g Sałata 20 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Jajko 60g (3) Miód 15g Sałata 25 g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wyrobu 35 g Pieczywo graham70 g (1,3,7,11) Masło roślinne15g Jajko 60g (3) Szynka z indyka 40gSałata 20 gHerbata 250ml
Sobota 15.03.2025	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Kiełbasa szynkowa40g (1,3,6,7,9,10) Sałata 25 g Pomidor 50 g Herbata 200 ml	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Kiełbasa szynkowa40g (1,3,6,7,9,10) Sałata 25 g Herbata 200 ml	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35gPieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne15g Kiełbasa szynkowa 40g (1,3,6,7,9,10) Sałata 25 g Pomidor 50 g Herbata 200 ml
	Obiad	Zupa pejszanka 400 ml (1,7,9) Makaron pełnoziarnisty z białym serem (1,7) Kompot 200ml	Zupa pejszanka 400 ml (1,7,9) Makaron pszenny z białym serem (1,7) Kompot 200ml	Zupa pejszanka 400 ml (1,7,9) Roladki z kurczaka 100g Ziemniaki 200g Fasolka gotowana 100g Surówka z kapusty i jabłka 100g
	Podwieczorek	Banan 120 g	Jabłko pieczone 150g	Jabłko 150 g
	Kolacja	Pieczywo graham 30 g Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka z indyka50g (3,6,9,10) Pomidor 50gSałata 20 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka z indyka50g (3,6,9,10) Sałata 25 g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wyrobu 35 g Pieczywo graham70 g (1,3,7,11) Masło roślinne15gSzynka z indyka50g (3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20 gHerbata 250ml
Niedziela 16.03.2025	Śniadanie	Kakao 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Kiełbasa śląska 80gSałata 25 g Pomidor 50g	Kakao 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka 70g Sałata 25g	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35gPieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne15g Parówka 70g Sałata 25g Pomidor 50g
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (1,9) Udziec z indyka pieczony120g Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Buraczki gotowane150g (7) Kompot 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (1,9) Udziec z indyka gotowany 120g Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Sos pietruszkowy 125 ml (1,7) Buraczki gotowane150g (7) Kompot 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (1,9) Udziec z indyka gotowany 120g Ziemniaki gotowane 150g (7) Surówka z białej kapusty i jabłka 100g Buraczki gotowane150g (7)
	Kolacja	Pieczywo graham 30 g (1,3,7,11) Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka z indyka50g (3,6,9,10) Sałata 20g Ogórek 50gHerbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka z indyka50g (3,6,9,10) Sałata 20 g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wyrobu 35 g Pieczywo graham70 g (1,3,7,11) Masło roślinne15gSzynka z indyka50g (3,6,9,10) Sałata 20 g Ogórek 50gHerbata 250ml

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

ISTNIEJE MOŻLIWOŚĆ ZMIAN W JADŁOSPISIE