

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

63-300 Pleszew, ul. Poznańska 125a

JADŁOSPIS CHORYCH 24.03-30.03.2025

	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)
Poniedziałek 24.02.2025	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 kiszanej 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 Fasolka zielona gotowana100g Surówka z kapusty i jabłka 100g
	Podwieczorek	Rogaliki drożdżowe własnego wypieku 80g (1,3,7)	Rogaliki drożdżowe własnego wypieku 80g (1,3,7)	Babka drożdżowa bez cukru własnego wypieku 80g (1,3,7)
	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) Dżem30g Sałata 20gHerbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15gSzynka gotowana 50 g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Ogórek 20gHerbata 250ml
Wtorek 25.03.2025	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) Masło roślinne 15gPasta z sera białego i z rzodkiewki 80g (7) Sałata 20g
	Obiad	Zupa barszcz z makaronem 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 makaronem 400ml (1,3,7,9) 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	Jogurt naturalny 150g (7) Miód 15g	Jogurt naturalny 150g (7) Jabłko 180g
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Polędwica z indyka 40g (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 40g (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 40g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Ogórek 20gHerbata 250ml

Środa 26.03.2025	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)Sałata 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)Sałata 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)Masło roślinne 15 g (7)Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (3)Sałata 25g, Ogórek 20g
	Obiad	Zupa ogórkowa 400ml(1,7,9)Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym 300 g(1,9)Kompot 200 ml	Zupa koperkowa 400ml(1,7,9)Makaron pszenny z sosem mięsno-warzywnym300g(1,9)Kompot 200 ml	Zupa koperkowa 400ml(1,7,9)Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym 300g(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)Paszтет warzywny 80gSałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 40g(1,3,6,9,10) Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Szynka drobiowa 40g(1,3,6,9,10) Sałata 20g Herbata 200ml
Czwartek 27.03.2025	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 Sałata 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 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)Masłoroślinne 15 g Schab pieczony w ziołach własnego wyrobu 50g Sałata 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 koperkowy125ml(1,7)Udko gotowane 150gRyż 200gMarchewka gotowana 100g(1,7)Kompot 200ml	Zupa rosół jarski 400ml(1,3,9) Sos koperkowy125ml(1,7)Udko gotowane 150gRyż brązowy 200gBrokuły 100 gSurówka z kapusty i jabłka 100g
	Podwieczorek	Jabłko 180g	Jabłko pieczone 180g	Jabłko 180g
	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 wyrobu 100g(3,9)Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11)Masło roślinne15 g Galart z warzywami własnego wyrobu 100g (3,9) Sałata 20g Ogórek 20g Herbata 200ml
Piątek 28.03.2025	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 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)Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11)Masło 15 g (7)Pasta z tuńczyka 80g (4,7)Sałata 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)Sałata 25g, Papryka 20g
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(1, 7,9)Ryba gotowana Miruna 100g sos koperkowy125ml(1,4,7)Ziemniaki z koperkiem 250g (7)Kalafior 150gKompot 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(1, 7,9)Ryba gotowana Miruna 100g sos koperkowy125ml (1,4,7)Ziemniaki z koperkiem 250g (7)Kalafior 150gKompot 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (1, 7,9)Ryba gotowana Miruna 100g (4)Ziemniaki gotowane 200gSurówka z kapusty i jabłka 100gKalafior 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 29.03.2025	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) Szynka konserwowa 30g (1,3,6,9,10) Dżem 30g 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 15g Ser salami 40g (7) Pomidor 50g Sałata 20 g
	Obiad	Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) Makaron razowy z białym serem 300g (1,3,7) Kompot 200ml	Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) Makaron z białym serem 300g (1,3,7) Kompot 200ml	Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) Makaron razowy z białym serem 300g (1,3,7) Surówka z kapusty i jabłka 100g
	Podwieczorek	Sok warzywny 330ml	Sok warzywny 330ml	Sok warzywny 330ml
	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 30.03.2025	Śniadanie	Kakao 250ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Kiełbasa śląska80g,Pomidor 50g Sałata 20g Jogurt naturalny 180 g (7)	Kakao 250ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka 70gSałata 20g Jogurt naturalny 180 g (7)	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 Jogurt naturalny 180 g (7)
	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 35g, 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