

*Istnieje możliwość zamiany diety podstawowej
na dietę łatwostrawną
po zgłoszeniu dnia poprzedniego dogodn. 10⁰⁰*

Pleszewskie Centrum Medyczne w Pleszewie Sp. z o.o. 63-300 Pleszew, ul. Poznańska 125a JADŁOSPIS CHORYCH 22-28.12.2025				
	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)
Poniedziałek 22.12.2025	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) Jajko 50 g (3) Polędwica drobiowa 30g (1,3,6,9,10) Sałata 25g Papryka 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) Jajko 50 g (3) Polędwica drobiowa 30g (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 15 g Jajko 50 g (3) Polędwica drobiowa 30g (1,3,6,9,10) Sałata 25g Papryka 20 g
	Obiad	Zupa z kaszy 400ml (1,3,7,9) Kotlet schabowy 100g (1,3) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Surówka z kapusty białej100gKompot 200ml	Zupa z kaszy 400ml (1,3,7,9) Schab gotowany 80gZiemniaki z koperkiem 250g (7) Brokuły 100gSos koperkowy 125ml (1,3,7) Kompot 200ml	Zupa z kaszy 400ml (1,3,7,9) Schab gotowany 80gZiemniaki gotowane 200gBrokuły 100gSurówka z kapusty i jabłka 100g
	Podwieczorek	Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)	Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)	Bułka mleczna 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) , dżem 30g Pomidor 50g Ogórek 20 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka gotowana 50 g (1,3,6,9,10) dżem 30g Sałata 20gHerbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g,Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Szynka gotowana 50 g (1,3,6,9,10) 50g Ogórek 20g Herbata 250ml
Wtorek 23.12.2025	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) ,ogórek 50g 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 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Pasta z sera białego i z rzodkiewki 80g (7) , Sałata 20g,ogórek 50g
	Obiad	Zupa ogórkowa 400ml (1,7,9) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym 350 g (1,3,9) Kompot 200 ml	Zupa koperkowa 400ml (1,7,9) Makaron pszenny z sosem mięsno-warzywnym350g (1,3,9) 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	Jabłko pieczone 180g	Jabłko pieczone 180g	Jabłko 180g
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Kiełbasa szynkowa 50g (1, 6,7,9,10) Sałata 25g, Ogórek 20g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Kiełbasa szynkowa 50g (1,6,7,9,10) Sałata 25g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g ,Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Kiełbasa szynkowa 50g (1, 6,7,9,10) Sałata 25g Ogórek 20g Herbata 250ml

Środa 24.12.2025	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) ser tylżycki 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 twarogowy 60g (7) pomidor 50g Sałata 20g
	Obiad	Zupa owocowa z makaronem (1,7,9) Gzik 100g (7) Ziemniaki z koperkiem 250g (7)	Zupa owocowa z makaronem (1,7,9) Gzik 100g (7) Ziemniaki z koperkiem 250g (7)	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, 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,
Czwartek 25.12.2025	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250 ml (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 Ciasto własnego wyrobu 80 g (1,3,7)	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo 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) Pieczywo 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	Rosół jarski 400ml (1, 9) Udko pieczone 150g Ziemniaki z koperkiem 200g (7) Surówka z marchewki 100g Kompot 200ml	Rosół jarski 400ml (1, 9) Udko gotowane150g (1,7) Ziemniaki z koperkiem 200g (7) Marchewka gotowana 100g Kompot 200ml	Rosół jarski 400ml (1, 9) Udko gotowane150g (1,7) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kapusty i jabłka 100g marchewka gotowana100g
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Schab pieczony własnego wyrobu 50g (9,10) Sałata 20g Pomidor 50g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Schab gotowany własnego wyrobu 50 g (9,10) Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g , Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Schab gotowany 50 g (9,10) Sałata 20g Pomidor 50g Herbata 200ml ml
Piątek 26.12.2025	Śniadanie	Kakao 200ml (7) Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) polędwica 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) polędwica 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 polędwica 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) Fasolka szparagowa150g (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	Pieczywo mieszane 70g , graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Ser topiony 40g (7) Pomidor 50g, Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Jajko 60g (3) Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g ,Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Jajko 60g (3) Pomidor 50g Sałata 20g Herbata 200ml
Sobota 27.12.2025	Śniadanie	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 salami 40g (7) Pomidor 50g Sałata 20 g	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) kiełbasa szynkowa 40g (1,3, 9) Dżem truskawkowy 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) ser salami 40g (7) Masło roślinne 15 g Pomidor 50g Sałata 20 g
	Obiad	Zupa fasolowa 400ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Jajko sadzone 70g (3) Marchewka z groszkiem 120g (7) Kompot 200ml	Zupa krupnik 400ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Jajko gotowane 70 g (3) marchewka gotowana (7) Kompot 200ml	Zupa krupnik 400ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Jajko gotowane 70 g (3) Brokuł gotowany 100g Surówka z marchewki i jabłka 100g
	Podwieczorek	Babka drożdżowa 150g (1,3,7) Herbata 200ml	Babka drożdżowa 150g (1,3,7) Herbata 200ml	Babka drożdżowabez 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 50g Herbata 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 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Polędwica drobiowa50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50gHerbata 200ml
Niedziela 28.12.2025	Śniadanie	Kakao 250ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Kiełbasa śląska80g (1,3,6,9,10) , Pomidor 50g	Kakao 250ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka 70g (1,3,6,9,10) Sałata 20g	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g ,Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 Parówka 70g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g
	Obiad	Zupa brokułowa 400ml (1,3,7,9) Szynka pieczona 100g Ziemniaki 200g Sos pieczeniowy 125ml (1,7) Buraczki 150g (1,7) Kompot 200ml	Zupa rosół jarski 400ml (1,3,7,9) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Szynka gotowana 100g Sos koperkowy 125ml (1,7) Buraczki 200g (1,7) Kompot 200ml	Zupa rosół jarski 400ml (1,3,7,9) Szynka gotowana 100g Sos koperkowy 125ml (1,7) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) 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 20gHerbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25gHerbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g ,Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15gSzynka 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-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