

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

Pleszewskie Centrum Medyczne w Pleszewie Sp. z o.o.
63-300 Pleszew, ul. Poznańska 125a
JADŁOSPIS CHORYCH 29.12-04.01.2026

	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)
Poniedziałek 29.12.2025	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 15g (7)Jajko 50g (3) Polędwica z indyka 20g (1,3,6,9,10) Sałata 25g Pomidor30 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 25g Pomidor 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 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)	Sok warzywny300ml(9)
	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 20g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11)Masło roślinne15g Szynka gotowana 50 g(1,3,6,9,10)Pomidor 50g Ogórek 20g Herbata 250ml
Wtorek 30.12.2025	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) pomidor 50gSałata 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)Masłoroślinne15gPasta z sera białego i z rzodkiewki 80g(7)Sałata 20g
	Obiad	Zupa z dyni 400ml (1,7,9) Kotlet schabowy smażony 120g (1,3) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Surówka z kapusty i jabłka 100g	Zupa z dyni 400ml(1, 7,9) Schab gotowany 80g Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Brokuły gotowane100g (1,7) Sos koperkowy 125ml (1,7)	Zupa koperkowa 400ml(1, 7,9) Ziemniaki gotowane 200g schab gotowany 80g,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 50g (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 50g (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 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Ogórek 20gHerbata 250ml

Środa 31.12.2025	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 25g Ogórek 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) Masłoroślinne15 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 350g (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 (1,3,9) Surówka z kapusty i jabłka 100g
	Podwieczorek	Budyń 200g (1,7)	Budyń 200g (1,7)	Budyń bez cukru 200g (1,7)
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Paszтет warzywny 60g (9) Sałata 20g pomidor 50gHerbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szyńka 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 Szyńka drobiowa 40g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g Herbata 200ml
Czwartek 01.01.2026	Śniadanie	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	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	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 Schab pieczony w ziołach własnego wyrobu 50g Sałata 25g, Papryka 20g
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem (1,7,9) Kurczak pieczony 150g Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Fasolka gotowana 120g (1,7) Kompot 200ml	Zupa rosół jarski 400ml (1,9) Udko gotowane 150g Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Brokuły gotowane 100g (1,7) Sos pietruszkowy 125 ml (1,7) Kompot 200ml	Zupa rosół jarski 400ml (1,9) Udko gotowane 150g Ziemniaki gotowane 150g Surówka z białej kapusty 100 g brokuły gotowane 80 g
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło15g (7) Kiełbasa śląska 80g (1,3,9) Pomidor 50g, Ogórek 20gHerbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka 90g (1,3,9) Sałata 20 g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne15g Parówka 90g (1,3,9) Sałata 20g Ogórek 20g Herbata 200ml
Piątek 02.01.2026	Śniadanie	Zupa mleczna 350ml (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 sera z tuńczykiem 80g (4,7) Sałata 25g, Papryka 20g	Zupa mleczna 350ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) pasta z sera 80g (7) Sałata 25g	Zupa mleczna 350ml (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 80g (7) Sałata 25g, Papryka 20g
	Obiad	Zupa pieczarkowa 400ml (1, 7,9) Dorsz pieczony 100g (4) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Surówka z kapusty białej 150g Kompot 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (1, 7,9) Dorsz gotowany 100g (4) Sos koperkowy 125ml (1,7) Ziemniaki gotowane 200g (7) Kalafior 150g Kompot 200ml	Zupa pomidorowa 400ml (1,7,9) Dorsz gotowany 150g (4) Ziemniaki gotowane 150g Surówka z białej kapusty 100 g Kalafior gotowany 80 g
	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 03.01.2026	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) kiełbasa szynkowa 40g (1,3,9) Dżem30g 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) Gzik 100g (7) Masło 10g (7) Ziemniaki z koperkiem 250g Kompot 200ml	Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) Gzik 100g (7) Masło 10g (7) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Kompot 200ml	Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) Gzik 100g (7) Ziemniaki z koperkiem 250g surówka z kapusty i jabłka 100g
	Podwieczorek	Sok warzywny200ml	Sok warzywny200ml	Sok warzywny200ml
	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 15g Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Herbata 200ml
Niedziela 04.01.2026	Śniadanie	Kakao 250ml (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) kiełbasa śląska80g (1,3,6,9,10) ,Pomidor 50g Sałata 20g	Kakao 250ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka 70g (1,3,6,9,10) ,Sałata 20g	Kakao 250ml (1,7) 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 (1,3,6,9,10) , 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 pietruszkowy 125ml (1,7) Buraczki 100g (1,7) Kompot 200ml	Zupa koperkowa 400ml (1,7,9) Szynka gotowana 100g Ziemniaki gotowane 200g Buraczki 100g 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-łubin, 14-mięczaki

ISTNIEJE MOŻLIWOŚĆ ZMIAN W JADŁOSPISIE