

*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 05-11.01.2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)
Poniedziałek 05.01.2026	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 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 400ml (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem i cukrem 300g (1,3,7) Kompot 200ml	Zupa warzywna 400ml (1,3,7,9) Ziemniaki gotowane 180g, Ryba gotowana 80g (4) Kalafior gotowany 100g Surówka z kapusty białej i jabłka 100g
	Podwieczorek	Jabłko pieczone 150g Jogurt naturalny 180g (7)	Jabłko pieczone 150g Jogurt naturalny 180g (7)	Jabłko 150g Jogurt naturalny 180g (7)
	Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Jajko 60g (3) Ser tyłżycki 30g (7) Sałata 25g, Ogórek 30g, Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15g Jajko 60g (3) Szynka konserwowa 30g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Jajko 60g (3) Szynka konserwowa 30g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Ogórek 30g Herbata 250ml
Wtorek 06.01.2026	Śniadanie	Kakao 250ml (1,7) Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo graham 30g Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Polędwica sopocka 50g (1,7,9,10) Masło 15g (7) Sałata 25g Papryka 20g	Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Polędwica sopocka 50g (1,7,9,10) Masło 15g (7) 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) Polędwica sopocka 50g (1,7,9,10) Masło roślinne 15g Sałata 25g Papryka 20g
	Obiad	Rosół z makaronem 400 ml (1,3,9) Kurczak gotowany 150g w sosie potrawkowym 125g (1,3,7,9) Ryż brązowy 180g Marchewka gotowana 120g (1,7) Kompot 200ml	Rosół jarski 400 ml (1,3,9) Kurczak gotowany 150g w sosie koperkowym 125g (1,7,9) Ryż 180g Marchewka gotowana 120g (1,7) Kompot 200ml	Rosół jarski 400 ml (1,3,9) kurczak gotowany 150g w sosie warzywnym 125g (1,7,9) Ryż brązowy 180g surówka z kapusty 100g marchewka 100g
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Parówka 70g (1,6,7,10,9) Pomidor 50g Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Parówka 70g (1,6,7,10,9) , Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Parówka 70g (1,6,7,10,9) , Sałata 20g pomidor 50g Herbata 250ml
Środa 07.01.26	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) Dżem 30g, Pasta z sera białego i rzodkiewki 60g (7) Sałata 20g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Dżem 30g Pasta z sera białego i koperku 60g (7) Sałata 20g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g Pasta z sera białego i koperku 80g (7) Masło roślinne 15g Sałata 20g

	Obiad	Zupa pomidorowa 400ml(7,9) Kotlet mielony 100g(1,3) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Fasolka szparagowa 100g(1,7) Kompot 200ml	Zupa pomidorowa 400ml(7,9) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Pulpety gotowane 100g (3) Sos koperkowy 125ml (1,7) kalafior gotowany 100g(1,7) Kompot 200ml	Zupa pomidorowa 400ml(7,9) Pulpety gotowane 100g(3) Ziemniaki gotowane 180g Brokuły100g Surówka z kapusty białej100g
	Podwieczorek	Placek drożdżowy własnego wypieku 80g(1,3,7)	Placek drożdżowy własnego wypieku 80g(1,3,7)	Babka drożdżowa b/cukru 80g(1,3,7)
	Kolacja	Pieczywo mieszane70g, graham 30g(1,3,7,11)Masło15g(7) Szynka z indyka 40g (1,3,6,7,9,10) pomidor 30 g Sałata20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11)Masło15g(7) Szynka z indyka 40g (1,3,6,7,9,10) Miód 30g Sałata20g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku35g,Pieczywograham70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g, Szynka z indyka 40g (1,3,6,7,9,10) pomidor 30g, Sałata 20g ,Herbata 200ml
Czwartek 08.01.26	Śniadanie	Zupa mleczna 350ml(1,7)Kawa z mlekiem 250ml(1,7)Pieczywo graham30g,Pieczywo pszenno-żytnie70 g (1,3,7,11) Masło 15g(7)Schab pieczony własnego wyrobu 50g ,Sałata 25g, Ogórek 20g	Zupa mleczna 350ml(1,7) Kawa z mlekiem250ml(1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11)Masło 15 g (7)Schab pieczony własnego wyrobu 50g, Sałata25g,	Zupa mleczna 250ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku35g,Pieczywo graham70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Schab pieczony własnego wyrobu 50g Sałata 25g, Ogórek 20g
	Obiad	Zupa owocowa z makronem 400ml(1,3)Udziec z indyka pieczony100g, Sos pieczeniowy 125ml(1,7) Kasza 180g(1) Buraczki z jabłkiem 100g	Zupa owocowa z makaronem 400ml (1,3)Udziec z indyka gotowany100g,Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Sos pietruszkowy 125ml(1,7) Buraczki gotowane 120g(7)	Zupa brokułowa 400ml(1, 9) Udziec z indyka gotowany100g,Kasza 180g (1) Sos koperkowy 125ml(1,7) Buraczki gotowane120g(7)Surówka z kapusty i jabłka
	Podwieczorek	Banan 120g	Jabłko pieczone 180g	Jabłko 150g
	Kolacja	Pieczywo mieszane70g, graham 30g(1,3,7,11) Masło 15g (7) Paszтет warzywny własnego wyrobu 60g(9) Sałatka z pomidora i ogórka 80g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11)Masło15g(7)Ser biały 50g (7)Szynka gotowana 40g,Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku35g,Pieczywo graham70g (1,3,7,11)Masło roślinne15g ,Szynka gotowana 40g,Sałatka z pomidora i ogórka 80g,Herbata 200ml
Piątek 09.01.26	Śniadanie	Zupa mleczna250ml (1,7) Kawa z mlekiem250ml(1,7) Pieczywo graham30g, Pieczywo pszenno-żytnie70g (1,3,7,11) Masło15g (7))Pasta z jaj 60g (3) Sałata25g Dżem truskawkowy 30g	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 35g, Pieczywo graham70 g (1,3,7,11) Masło roślinne15g,Pasta z jaj 60g (3) Sałata 25g
	Obiad	Zupa kalafiorowa 400ml(1,7,9) Dorsz pieczony100g (1,3,4)Surówka z kapusty i jabłka 100g Ziemniaki z koperkiem 250g(7) Kompot200ml	Zupa kalafiorowa 400ml(1,7,9) Dorsz gotowany100g(4) Ziemniaki z koperkiem 250g(7) Marchew gotowana150g Kompot 200ml	Zupa kalafiorowa 400ml(1,7,9) Dorsz gotowany100g(4) Ziemniaki gotowane 180g Surówka z kapusty i jabłka 100g Fasolka gotowana80g
	Podwieczorek	Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)	Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)	Kefir 200ml(7)
	Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham30g(1,3,7,11) Masło 15g (7) Serek homogenizowany 60g(7)Dżem 30g Ogórek 20g, Sałata 20gHerbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło15g (7) Serek homogenizowany 60g(7) Dżem30g ,Sałata20g, Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, Pieczywo graham70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Serek homogenizowany 60g(7) Sałata 20g ,Ogórek 20g, Herbata 200ml

Sobota 10.01.26	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie70g (1,3,7,11) Masło15g (7) Pasztet własnego wyrobu 40g Ser salami 20 g (7) Pomidor 50g	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło15g (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 graham70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Szynka drobiowa 40g (1,3,6,7,9,10) Sałata20g Pomidor50g
	Obiad	Barszcz z makaronem 400ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Gzik 100g (7) Masło15g (7) Kompot 200ml	Barszcz z makaronem 400ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Gzik100g (7) Masło15g (7) Kompot 200ml	Barszcz z makaronem 400ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane 180g Gzik100g (7) Brokuł gotowany100g Surówka z marchewki i jabłka100g
	Podwieczorek	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml
	Kolacja	Pieczywo mieszane70g,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) Sałata20g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku35g,Pieczywo graham70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g polędwica z indyka 40 g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g Herbata250ml
Niedziela 11.01.26	Śniadanie	Kakao 250 ml (1,7) Pieczywo graham30g,Pieczywo pszenno-żytnie70 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Parówka70g (1,6,7,10,9) Pomidor 50g	Kakao 250ml (1,7) Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło15 g (7) Parówka70g (1,6,7,10,9) Sałata 20g	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, Pieczywo graham70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Parówka 70g (1,6,7,10,9) Pomidor 50g
	Obiad	Zupa rosół jarski 400ml (1,3,9) Udko pieczone 150g, Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Surówka z marchewki i jabłka150gKompot 200ml	Zupa rosół jarski 400ml (1,3,7,9) Udko gotowane150g,Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Sos pietruszkowy 125g (7) Brokuły gotowane 100g (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-żytnie70g (1,3,7,11) Masło15g (7) Szynka gotowana 50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne100g (1,3,7,11) Masło15g (7) Szynka gotowana 50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20 g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku35g,Pieczywo graham70g (1,3,7,11) Masło roślinne15g, Szynka gotowana 50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g Herbata 200ml

PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIĘ:

1-zbożazawierającegluten,2-skorupiaki,3-jaja,4-ryby,5-orzeszkiziemne,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