

*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 12-18.01.2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)
Poniedziałek 12.01.2026	Śniadanie	Zupa mleczna 250ml (1,7) Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo graham 30gPieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Ser salami50g (7) Dżem truskawkowy 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 60 g (7) Dżem truskawkowy 30g Sałata 25 g	Zupa mleczna 250ml (1,7) Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35gPieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne15g Twaróg 70 g (7) Sałata 25g Ogórek 100g
	Obiad	Zupa z białych warzyw 400ml (1,7,9) Kotlet mielony100g (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	Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)	Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)	Bułka 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) Szynka z indyka50g (3,6,9,10) Pomidor 50g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka z indyka 50g (3,6,9,10) Sałata 25 g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wyrobu 35 g Pieczywo graham70 g (1,3,7,11) Masło roślinne15g Szynka z indyka50g (3,6,9,10) Pomidor 50g Herbata 250ml
Wtorek 13.01.2026	Śniadanie	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g Pieczywo pszenno-żytnie70 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Pasta z sera z koperkiem (7) Sałata 25g, Pomidor50g	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 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 roślinne15g Pasta z sera z koperkiem (7) Sałata 25g Pomidor 50 g
	Obiad	Rosół z makaronem 400ml (1,7,9) Kurczak gotowany w sosie potrawkowym 225g (1,7) Ryż brązowy200g 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 gotowana 100g Kompot 200ml	Zupa rosół jarski 400ml (1,7,9) Kurczak gotowany 100g Ryż brązowy150g Sos koperkowy 50ml (1,7) Brokuł gotowany100g 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) Szynka konserwowa 40g (3,6,9,10) Sałata25g Ogórek 25g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka konserwowa 40g (3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wyrobu 35 g Pieczywo graham70 g (1,3,7,11) Masło roślinne15g Szynka konserwowa 40g (3,6,9,10) Sałata 25g Ogórek 25g Herbata 250ml

Środa 14.01.2026	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 35g Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Pasta z jaj z koperkiem 60g (3) Pomidor 50g
	Obiad	Zupa ziemniaczana 400ml (1,7,9) Kasza jęczmienna 180g (1) Szynka pieczona 100g w sosie własnym 125g (1) Sałatka z ogórka kiszzonego 100g Kompot 200ml	Zupa warzywna 400ml (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Szynka gotowana 100g Sos pietruszkowy 125g (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 25g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wyrobu 35 g Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Polędwica z indyka 40g (3,6,9,10) Papryka 20g Herbata 250ml
Czwartek 15.01.2026	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 pieczony z ziołami własnego wyrobu 40g Sałata 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 40g 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 Schab pieczony z ziołami własnego wyrobu 40g Sałata 25 g
	Obiad	Zupa koperkowa 400ml (1,7,9) Gołąbki w sosie pomidorowym 250g (1,3,6) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Kompot 200ml	Zupa koperkowa 400ml (1,7,9) Pulpety w sosie koperkowym 250g (1,3,6) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Brokuły 150g Kompot 200ml	Zupa koperkowa 400ml (1,7,9) Pulpety gotowane 150g (1,3,6) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kapusty i jabłka 100g Brokuły 100g
	Podwieczorek	Rogaliki pszenne własnego wypieku 80g (1,3,7)	Rogaliki pszenne własnego wypieku 80g (1,3,7)	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) Pasztet warzywny 80g (8) Pomidor 50g Herbata 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 graham 70 g (1,3,7,11) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Herbata 250ml
Piątek 16.01.2026	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 35g Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Pasta z sera białego z warzywami 60 g (4,7) Sałata 25g Pomidor 50 g
	Obiad	Zupa z kaszy 400ml (1,7,9) Dorsz pieczony 150g (1,3,4) Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Surówka z kapusty białej 150g Kompot 200ml	Zupa z kaszy 400ml (1,7,9) Ryba gotowana 100g (4) Sos koperkowy 125ml (1,7) Marchew gotowana 100g Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Kompot 200ml	Zupa z kaszy 400ml (1,7,9) Ryba gotowana 100g (4) Ziemniaki gotowane 180g Marchew 100g Surówka z kapusty 100g

Sobota 17.01.2026	Podwieczorek	Placek drożdżowy własnego wypieku 100g (1,3) Herbata 200 ml	Placek drożdżowy własnego wypieku 100g (1,3) Herbata 200 ml	Babka drożdżowa własnego wypieku bez cukru 100g (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 wypieku 35 g Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Jajko 60g (3) Szyńka z indyka 40g Sałata 20 g Herbata 250ml
	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 szynkowa 40g (1,3,6,7,9,10) Sałata 25g Pomidor 50g Herbata 200 ml	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Kiełbasa szynkowa 40g (1,3,6,7,9,10) Sałata 25g Herbata 200 ml	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Kiełbasa szynkowa 40g (1,3,6,7,9,10) Sałata 25g Pomidor 50g Herbata 200ml
	Obiad	Zupa brokułowa 400ml (1,7,9) Makaron pełnoziarnisty z białym serem (1,7) 200g Kompot 200ml	Zupa brokułowa 400ml (1,7,9) Makaron pszenny z białym serem (1,7) 200g Kompot 200ml	Zupa brokułowa 400 ml (1,7,9) Roladki z kurczaka 100g Ziemniaki 200g Fasolka gotowana 100g Surówka z kapusty i jabłka 100g
Niedziela 18.01.2026	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) Szyńka z indyka 50g (3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20 g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szyńka z indyka 50g (3,6,9,10) Sałata 25 g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Szyńka z indyka 50g (3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20 g Herbata 250ml
	Śniadanie	Kakao 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30g Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Kiełbasa śląska 80g (1,3,6,7,9,10) Sałata 25g Pomidor 50g	Kakao 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka 70g (1,3,6,7,9,10) Sałata 25g	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Parówka 70g (1,3,6,7,9,10) Sałata 25g Pomidor 50g
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (1,9) Udziec z indyka pieczony 120g Ziemniaki z koperkiem 250g (7) Buraczki gotowane 150g (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 gotowane 150g (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 gotowane 150g (7)
	Kolacja	Pieczywo graham 30 g (1,3,7,11) Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szyńka z indyka 50g (3,6,9,10) Sałata 20g Ogórek 50g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szyńka z indyka 50g (3,6,9,10) Sałata 20 g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Szyńka z indyka 50g (3,6,9,10) Sałata 20g Ogórek 50g Herbata 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