

Jadłospis na poniedziałek 2025-03-17

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

Dieta łatwostrawna (3p) (2)

• Śniadanie

- Bułka pszenna 100g (1)
- Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Zupa mleczna - kasza kukurydziana na mleku 400g (7)
- Wędlina połędwica sopocka wieprzowa 50g (1) (6)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Owoc 1 szt. 100g

• Obiad

- Pierogi ruskie z tłuszczem 350g (7) (3) (1)
- Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7)
- Surówka z marchwi i jabłka z olejem 120g
- Herbata owocowa 250g

• Kolacja

- Chleb pszenno-żytny 120g (1)
- Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 100g (1) (7) (3)
- Sałatka jarzynowa z rybą 150g (9) (4)

Wartości odżywcze

Energia: 13285.71 KJ / 3168.82 Kcal; **Białko:** 95.56 g; **Tłuszcz:** 84.75 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 14.28 g; **Sód:** 2668.44 mg; **Węglowodany:** 515.8 g; **Cukier:** 66.23 g **Błonnik spożywczy:** 30.91 g;

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

• Śniadanie

- Bułka pszenna 100g (1)
- Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Wędlina połędwica sopocka wieprzowa 50g (1) (6)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Owoc pieczony 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa cukiniowa (wywar z warzyw) 400g (9) (1) (7)
- ~~Ryż biały z jabłkami prażonymi 300g (7)~~
- ~~Sos jogurtowy 100g (7)~~
- Herbata owocowa 250g
- Owoc pieczony 1 szt. 100g
- Ryż biały z mięsem z kurczaka i warzywami (9) 350g,

• Kolacja

- Bułka pszenna 100g (1)
- Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Pasta rybno-jarzynowa 150g (4) (9)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 100g (1) (7) (3)

Wartości odżywcze

Energia: 9813.17 KJ / 2328.82 Kcal; **Białko:** 75.91 g; **Tłuszcz:** 54.51 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 12.07 g; **Sód:** 520.85 mg; **Węglowodany:** 390.79 g; **Cukier:** 71.74 g **Błonnik spożywczy:** 15.78 g;

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (4p) (6/S)

• Śniadanie

- Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)
- Herbata bez cukru 250g
- Zupa mleczna - kasza kukurydziana na mleku 400g (7)
- Wędlina połędwica sopocka wieprzowa 50g (1) (6)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Owoc 1 szt. 100g
- Chleb razowy 100g (1)

• Obiad

- Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7)
- Ryż brązowy z mięsem i warzywami 350g
- Surówka z marchwi i jabłka z olejem 120g
- Herbata owocowa bez cukru 250g
- Podwieczorek
- Jogurt naturalny 150g (7)

• Kolacja

- Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)
- Herbata bez cukru 250g
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Sałatka jarzynowa z rybą 150g (9) (4)
- PN: chleb razowy 50g, miks tłuszczowy 5g, jajo 50g, sałata 15g, ogórek kiszony 50g + herbata b/c 250ml 150g (7) (1) (3)
- Chleb razowy 100g (1)

Wartości odżywcze

Energia: 9271.55 KJ / 2239.35 Kcal; **Białko:** 83.44 g; **Tłuszcz:** 72.99 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 18.44 g; **Sód:** 2636.1 mg; **Węglowodany:** 302.47 g; **Cukier:** 14.32 g **Błonnik spożywczy:** 44.67 g;

mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek
Klaudia Lefek

GOMI Żywnie Sp. z o.o.
ul. Modrzewiowa 4
23-320 Poniatowa
tel./fax (81) 820-43-38
NIP: 7171840940 Regon: 525613130

Dieta łatwostrawna bezmleczna (2/ML)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • Margaryna do smarowania 10g • Herbata z cukrem 250g • Wędlina polędwica sopocka wieprzowa 50g (1) (6) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Zupa - kasza kukurydziana na wywarze warzywnym 400g (9) • Owoc pieczony 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa cukiniowa bez mleka 400g (9) (1) • Ryż biały z mięsem i warzywami 350g • Herbata owocowa 250g • Owoc 1 szt. 100g <p>Ryż biały z mięsem z kurczaka i warzywami (9) 350g,</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Margaryna do smarowania 10g • Herbata z cukrem 250g • Pasta rybno-jarzynowa 150g (4) (9) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1) • Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 30g 30g
Wartości odżywcze		
Energia: 9821.11 Kj / 2346.47 Kcal; Białko: 89.13 g; Tłuszcz: 48.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 4.97 g; Sód: 1128.7 mg; Węglowodany: 396.24 g; Cukier: 45.76 g Błonnik spożywczy: 26.23 g;		

Dieta łatwostrawna połoźnicza (4p) (C2/S)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • Masło ekstra 82% 10g (7) • Herbata z cukrem 250g • Zupa mleczna - kasza kukurydziana na mleku 400g (7) • Wędlina polędwica sopocka wieprzowa 50g (1) (6) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Owoc 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Pierogi ruskie z tłuszczem 350g (7) (3) (1) • Zupa cukiniowa 400g (9) (1) (7) • Marchew gotowana na parze z masłem i natką pietruszki 120g (7) • Herbata owocowa 250g • Podwieczorek • Jogurt naturalny 150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenno-żytni 120g (1) • Masło ekstra 82% 10g (7) • Herbata z cukrem 250g • Pasta z ryby i marchwi 150g (4) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 100g (1) (7) (3)
Wartości odżywcze		
Energia: 13180.45 Kj / 3132.87 Kcal; Białko: 109.86 g; Tłuszcz: 78.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 21.54 g; Sód: 2424.27 mg; Węglowodany: 500.33 g; Cukier: 68.56 g Błonnik spożywczy: 29.23 g;		

mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek
 Klaudia Lefek

GOMI Żywnie Sp. z o.o.
 ul. Modrzewiowa 4
 23-320 Poniatowa
 tel/fax (81) 820-43-38
 NIP:7171840940 Regon:525613130

Jadłospis na wtorek 2025-03-18

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

Dieta łatwostrawna (3p) (2)		
<ul style="list-style-type: none">• Śniadanie• Bułka pszenna 100g (1)• Twaróg półtłusty 40g (7)• Masło ekstra 82% 10g (7)• Herbata z cukrem 250g• Zupa mleczna - ryż na mleku 400g (7)• Marmolada wieloowocowa 40g• Owoc 1 szt. 100g	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 400g (9) (1)• Pieczeń wieprzowa pieczona 100g (1) (3)• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g• Sałata zielona z jogurtem 120g (7)• Herbata owocowa 250g	<ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Chleb pszenny 120g (1)• Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)• Herbata z cukrem 250g• Polędwica drobiowa Ani 50g (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: Kefir 150g 150g (7)
Wartości odżywcze		
Energia: 9562.91 Kj / 2282.01 Kcal; Białko: 92.76 g; Tłuszcz: 56.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 17.36 g; Sód: 856.57 mg; Węglowodany: 358.19 g; Cukier: 42.11 g Błonnik spożywczy: 16.8 g;		

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)		
<ul style="list-style-type: none">• Śniadanie• Bułka pszenna 100g (1)• Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)• Jogurt naturalny 150g (7)• Twaróg chudy 40g (7)• Herbata z cukrem 250g• Marmolada wieloowocowa 40g• Owoc pieczony 1 szt. 100g	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 400g (9) (1)• Udo z kurczaka gotowane 150g• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g• Marchew z dynią gotowana na parze z natką pietruszki 120g• Herbata owocowa 250g	<ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Bułka pszenna 100g (1)• Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)• Herbata z cukrem 250g• Polędwica drobiowa Ani 50g (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: Kefir 150g 150g (7)
Wartości odżywcze		
Energia: 8357.85 Kj / 1990.68 Kcal; Białko: 95.16 g; Tłuszcz: 37.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 14.56 g; Sód: 413.2 mg; Węglowodany: 311.17 g; Cukier: 41.02 g Błonnik spożywczy: 16.85 g;		

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (4p) (6/S)		
<ul style="list-style-type: none">• Śniadanie• Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)• Ser żółty 50g (7)• Herbata bez cukru 250g• Zupa mleczna - ryż na mleku 400g (7)• Papryka czerwona świeża 40g• Sałata zielona 10g• Owoc 1 szt. 100g• Chleb razowy 100g (1)	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 400g (9) (1)• Pieczeń wieprzowa pieczona 100g (1) (3)• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g• Sałata zielona z jogurtem 120g (7)• Herbata owocowa bez cukru 250g• Podwieczorek• Kefir 150g (7)	<ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)• Herbata bez cukru 250g• Pasta z ciecierzycy 80g• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• PN: chleb razowy 50g, miks tłuszczowy 5g, twaróg 30g, sałata 15g, pomidor 50g + h b/c 250ml 150g (7) (1) (4) (8)• Chleb razowy 100g (1)
Wartości odżywcze		
Energia: 9821.72 Kj / 2357.96 Kcal; Białko: 96.74 g; Tłuszcz: 82.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 23.35 g; Sód: 1887.63 mg; Węglowodany: 306.42 g; Cukier: 12.19 g Błonnik spożywczy: 37.29 g;		

GOMI Żywnienie Sp. z o.o.

ul. Modrzewiowa 4

23-320 Poniatowa

tel/fax (81) 820-43-38

NIP:7171840940 Regon:525613130

mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek
Klaudia Lefek

Dieta łatwostrawna bezmleczna (2/ML)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • Margaryna do smarowania 10g • Herbata z cukrem 250g • Marmolada wieloowocowa 50g • Zupa - ryż na wywarze warzywnym 400g (9) • Owoc pieczony 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 400g (9) (1) • Udo z kurczaka gotowane 150g • Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g • Marchew z dynią gotowana na parze z natką pietruszki 120g • Herbata owocowa 250g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Margaryna do smarowania 10g • Herbata z cukrem 250g • Połędwica drobiowa Ani 50g (6) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1) • Posiłek nocny: Kisiel owocowy 250g
--	--	--

Wartości odżywcze

Energia: 10009.88 Kj / 2382.66 Kcal; **Białko:** 84.22 g; **Tłuszcz:** 44.26 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 7.14 g; **Sód:** 865.55 mg; **Węglowodany:** 419.8 g; **Cukier:** 48.56 g **Błonnik spożywczy:** 23.35 g;

Dieta łatwostrawna położnicza (4p) (C2/S)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • Masło ekstra 82% 10g (7) • Twaróg półtłusty 40g (7) • Herbata z cukrem 250g • Zupa mleczna - ryż na mleku 400g (7) • Marmolada wieloowocowa 40g • Owoc 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 400g (9) (1) • Pieczeń wieprzowa pieczona 100g (1) (3) • Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g • Marchew z dynią gotowana na parze z natką pietruszki 120g • Herbata owocowa 250g • Podwieczorek • Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1) • Biskopki 40g (1) (3) (6) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 10g (7) • Herbata z cukrem 250g • Połędwica drobiowa Ani 50g (6) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Posiłek nocny: Kefir 150g 150g (7)
--	---	---

Wartości odżywcze

Energia: 10477.65 Kj / 2497.77 Kcal; **Białko:** 95.85 g; **Tłuszcz:** 60.04 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 20.16 g; **Sód:** 920.63 mg; **Węglowodany:** 402.05 g; **Cukier:** 51.93 g **Błonnik spożywczy:** 20.17 g;

mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek
Klaudia Lefek

GOMI Żywnie Sp. z o.o.
ul. Modrzewiowa 4
23-320 Poniatowa
tel./fax (81) 820-43-38
NIP:7171840940 Regon:525613130

Jadłospis na środa 2025-03-19

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

Dieta łatwostrawna (3p) (2)		
<ul style="list-style-type: none">• Śniadanie• Bułka pszenna 100g (1)• Mięso tłuszczone do smarowania 10g (7)• Herbata z cukrem 250g• Zupa mleczna - płatki owsiane na mleku 400g (7) (1)• Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g (3) (7)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Owoc 1 szt. 100g	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (9) (1) (7)• Sztuka mięsa schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g• Kasza jęczmienna wiejska gotowana 200g (1)• Sos pieczeniowy z natką pietruszki 100g (1) (7)• Bukiet warzyw (marchew, brokuł, kalafior) gotowanych na parze z tłuszczem 120g (7)• Herbata owocowa 250g	<ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Chleb pszenno-żytni 120g (1)• Mięso tłuszczone do smarowania 10g (7)• Herbata z cukrem 250g• Twarożek z natką pietruszki 80g (7)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 100g (1) (7) (3)
Wartości odżywcze		
Energia: 13216.8 Kj / 3156.69 Kcal; Białko: 114.28 g; Tłuszcz: 108.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24.83 g; Sód: 836.82 mg; Węglowodany: 429.61 g; Cukier: 65.27 g Błonnik spożywczy: 25.99 g;		

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)		
<ul style="list-style-type: none">• Śniadanie• Bułka pszenna 100g (1)• Mięso tłuszczone do smarowania 5g (7)• Herbata z cukrem 250g• Pasta z białka jaja z natką pietruszki 50g (7) (3)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Owoc pieczony 1 szt. 100g	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa ziemniaczana 400g (9) (1) (7)• Sztuka mięsa schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g• Kasza jęczmienna wiejska drobna gotowana 200g (1)• Marchew z cukinią gotowane na parze z natką pietruszki 120g• Herbata owocowa 250g	<ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Bułka pszenna 100g (1)• Mięso tłuszczone do smarowania 5g (7)• Herbata z cukrem 250g• Twarożek z natką pietruszki 80g (7)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 100g (1) (7) (3)
Wartości odżywcze		
Energia: 11559.99 Kj / 2765.04 Kcal; Białko: 102.76 g; Tłuszcz: 89.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 14.02 g; Sód: 311.48 mg; Węglowodany: 380.66 g; Cukier: 59.59 g Błonnik spożywczy: 21.32 g;		

mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek
Klaudia Lefek

GOMI Żywnienie Sp. z o.o.
ul. Modrzewiowa 4
23-320 Poniatowa
tel/fax (81) 820-43-38
NIP:7171840940 Regon:525613130

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (4p) (6/S)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7) • Herbata bez cukru 250g • Zupa mleczna - płatki owsiane na mleku 400g (7) (1) • Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g (3) (7) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Owoc 1 szt. 100g • Chleb razowy 100g (1) 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (9) (1) (7) • Sztuka mięsa schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g • Kasza gryczana gotowana 200g • Sos pieczeniowy z natką pietruszki 100g (1) (7) • Surówka z ogórków kiszonych i cebulki 120g • Herbata owocowa bez cukru 250g • Podwieczorek • Jogurt naturalny 150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7) • Herbata bez cukru 250g • Twarożek z natką pietruszki 80g (7) • Sałata zielona 10g • Papryka czerwona świeża 40g • PN: chleb razowy 50g, miks tłuszczowy 5g, ser żółty 30g, sałata 15g, pomidor 50g+ 150g (7) (1) • Chleb razowy 100g (1)
--	--	---

Wartości odżywcze

Energia: 10751.99 Kj / 2589.07 Kcal; **Białko:** 117.57 g; **Tłuszcz:** 95.39 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 26.18 g; **Sód:** 2516.66 mg; **Węglowodany:** 289.73 g; **Cukier:** 13.17 g **Błonnik spożywczy:** 36.37 g;

Dieta łatwostrawna bezmleczna (2/ML)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • Margaryna do smarowania 10g • Herbata z cukrem 250g • Zupa bezmleczna - płatki owsiane na wywarze warzywnym 400g (9) (1) • Pasta jajeczna z natką pietruszki bez mleka 50g (3) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Owoc pieczony 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa ziemniaczana bez mleka 400g (9) (1) • Sztuka mięsa schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g • Kasza jęczmienna wiejska gotowana 200g (1) • Marchew z cukinią gotowane na parze z natką pietruszki 120g • Herbata owocowa 250g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Margaryna do smarowania 10g • Herbata z cukrem 250g • Pasta mięsno-jarzynowa 80g (9) • Sałata zielona 15g • Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1) • Posiłek nocny: Wafle ryżowe 40g 40g • Owoc pieczony 1 szt. 100g
--	---	---

Wartości odżywcze

Energia: 11238.1 Kj / 2664.9 Kcal; **Białko:** 97.86 g; **Tłuszcz:** 82.14 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 8.01 g; **Sód:** 825.97 mg; **Węglowodany:** 402.02 g; **Cukier:** 46.48 g **Błonnik spożywczy:** 28.11 g;

Dieta łatwostrawna połoźnicza (4p) (C2/S)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • Masło ekstra 82% 10g (7) • Herbata z cukrem 250g • Zupa mleczna - płatki owsiane na mleku 400g (7) (1) • Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g (3) (7) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Owoc 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa ziemniaczana 400g (9) (1) (7) • Sztuka mięsa schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g • Kasza jęczmienna wiejska gotowana 200g (1) • Sos pieczeniowy z natką pietruszki 100g (1) (7) • Marchew z cukinią gotowane na parze z natką pietruszki 120g • Herbata owocowa 250g • Podwieczorek • Jogurt naturalny 150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenno-żytni 120g (1) • Masło ekstra 82% 10g (7) • Herbata z cukrem 250g • Twarożek z natką pietruszki 80g (7) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 100g (1) (7) (3)
---	---	--

Wartości odżywcze

Energia: 13640.29 Kj / 3263.34 Kcal; **Białko:** 118.04 g; **Tłuszcz:** 111.78 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 24.38 g; **Sód:** 968.49 mg; **Węglowodany:** 436.43 g; **Cukier:** 60.56 g **Błonnik spożywczy:** 26.19 g;

Jadłospis na czwartek 2025-03-20

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

Dieta łatwostrawna (3p) (2)

• Śniadanie

- Bułka pszenna 100g (1)
- Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Zupa mleczna - kasza jaglana na mleku 2% 400g (7)
- Kielbasa żywiecka 50g (6) (10)
- Pomidor 40g
- Sałata zielona 10g
- Owoc 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa wiejska z makaronem pszennym i zieleniną 400g (1) (7) (9)
- Filet drobiowy z kurczaka gotowany 100g
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Sos koperkowy 100g (1) (7)
- Surówka z buraczków i jabłek z olejem 120g
- Herbata owocowa 250g

• Kolacja

- Chleb pszenny 120g (1)
- Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Pasta mięsno-jarzynowa 80g (9)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 150g (7)

Wartości odżywcze

Energia: 9437.27 Kj / 2360.08 Kcal; **Białko:** 108.26 g; **Tłuszcz:** 71.16 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 14.8 g; **Sód:** 844.06 mg; **Węglowodany:** 325.3 g; **Cukier:** 40.41 g **Błonnik spożywczy:** 17.82 g;

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

• Śniadanie

- Bułka pszenna 100g (1)
- Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Zupa mleczna - kasza jaglana na mleku 2% 400g (7)
- Polędwica drobiowa Ani 50g (6)
- Pomidor 40g
- Sałata zielona 10g
- Owoc pieczony 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa wiejska z makaronem pszennym i zieleniną 400g (1) (7) (9)
- Filet drobiowy z kurczaka gotowany 100g
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Buraczki tarte gotowane 120g
- Herbata owocowa 250g

• Kolacja

- Bułka pszenna 100g (1)
- Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Pasta mięsno-jarzynowa 80g (9)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Posiłek nocny: Kefir 150g 150g (7)

Wartości odżywcze

Energia: 8541.24 Kj / 2101.62 Kcal; **Białko:** 104.11 g; **Tłuszcz:** 52.12 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 10.77 g; **Sód:** 268.62 mg; **Węglowodany:** 302.27 g; **Cukier:** 40.11 g **Błonnik spożywczy:** 15.33 g;

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (4p) (6/S)

• Śniadanie

- Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)
- Herbata bez cukru 250g
- Zupa mleczna - kasza jaglana na mleku 2% 400g (7)
- Kielbasa żywiecka 50g (6) (10)
- Sałata zielona 10g
- Papryka czerwona świeża 40g
- Owoc 1 szt. 100g
- Chleb razowy 100g (1)

• Obiad

- Zupa wiejska z makaronem razowym i zieleniną 400g (1) (7) (9)
- Filet drobiowy z kurczaka gotowany 100g
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Sos koperkowy 100g (1) (7)
- Surówka z buraczków i jabłek z olejem 120g
- Herbata owocowa bez cukru 250g

• Podwieczorek

- Owoc 1 szt. 100g

• Kolacja

- Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)
- Herbata bez cukru 250g
- Pasta mięsno-jarzynowa 80g (9)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Chleb razowy 100g (1)
- PN: chleb razowy 50g, miks tłuszczowy 5g, twaróg 30g, sałata 15g, pomidor 50g + h b/c 250ml 420g (7) (1) (4) (8)

Wartości odżywcze

Energia: 8956.19 Kj / 2209.03 Kcal; **Białko:** 97.65 g; **Tłuszcz:** 80.89 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 15.12 g; **Sód:** 1375.6 mg; **Węglowodany:** 268.05 g; **Cukier:** 17.74 g **Błonnik spożywczy:** 35.4 g;

GOMI Żywnienie Sp. z o.o.

ul. Modrzewiowa 4

23-320 Poniatowa

tel./fax (81) 820-43-38

NIP: 7171840940 Regon: 525613130

mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek
Klaudia Lefek

Dieta łatwostrawna bezmleczna (2/ML)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • Margaryna do smarowania 10g • Herbata z cukrem 250g • Kielbasa żywiecka 50g (6) (10) • Pomidor 40g • Sałata zielona 10g • Zupa - kasza jaglana na wywarze warzywnym 400g (9) • Owoc pieczony 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa wiejska z makaronem pszennym i zieleciną bez mleka 400g (1) (9) • Filet drobiowy z kurczaka gotowany 100g • Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g • Sos koperkowy bez mleka 100g (1) • Marchew z dynią gotowana na parze z natką pietruszki 120g • Herbata owocowa 250g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Margaryna do smarowania 10g • Herbata z cukrem 250g • Pasta mięsno-jarzynowa 80g (9) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1) • Posiłek nocny: Kisiel owocowy 250g
Wartości odżywcze		
Energia: 9749 Kj / 2383.14 Kcal; Białko: 100.52 g; Tłuszcz: 56.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 3.43 g; Sód: 801.35 mg; Węglowodany: 375.06 g; Cukier: 49.03 g Błonnik spożywczy: 22.05 g;		

Dieta łatwostrawna połączona (4p) (C2/S)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • Masło ekstra 82% 10g (7) • Herbata z cukrem 250g • Zupa mleczna - kasza jaglana na mleku 2% 400g (7) • Kielbasa żywiecka 50g (6) (10) • Pomidor 40g • Sałata zielona 10g • Owoc 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa wiejska z makaronem pszennym i zieleciną 400g (1) (7) (9) • Filet drobiowy z kurczaka gotowany 100g • Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g • Sos koperkowy 100g (1) (7) • Surówka z buraczków i jabłek z olejem 120g • Herbata owocowa 250g • Podwieczorek • Owoc 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 10g (7) • Herbata z cukrem 250g • Pasta mięsno-jarzynowa 80g (9) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 150g (7)
Wartości odżywcze		
Energia: 9666.04 Kj / 2412.58 Kcal; Białko: 108.59 g; Tłuszcz: 73.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18.38 g; Sód: 847.32 mg; Węglowodany: 334.18 g; Cukier: 47.71 g Błonnik spożywczy: 19.28 g;		

mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek
 Klaudia Lefek

GOMI Żywnienie Sp. z o.o.
 ul. Modrzewiowa 4
 23-320 Poniatowa
 tel/fax (81) 820-43-38
 NIP:7171840940 Regon:525613130

Jadłospis na piątek 2025-03-21

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

Dieta łatwostrawna (3p) (2)

<ul style="list-style-type: none">• Śniadanie• Bułka pszenna 100g (1)• Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)• Herbata z cukrem 250g• Zupa mleczna - kasza manna na mleku 400g (1) (7)• Twarożek z natką pietruszki 100g (7)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Owoc 1 szt. 100g	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7)• Filet rybny z tilapii pieczony 100g (4) (1)• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g• Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 120g (7)• Herbata owocowa 250g	<ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Chleb pszenny 120g (1)• Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)• Herbata z cukrem 250g• Pasta jajeczna z natką pietruszki 80g (3) (7)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (7)
--	---	---

Wartości odżywcze

Energia: 9826.98 Kj / 2359.35 Kcal; **Białko:** 110.08 g; **Tłuszcz:** 73.86 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 27.96 g; **Sód:** 1018.02 mg; **Węglowodany:** 315.24 g; **Cukier:** 44.38 g **Błonnik spożywczy:** 19.75 g;

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

<ul style="list-style-type: none">• Śniadanie• Bułka pszenna 100g (1)• Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)• Herbata z cukrem 250g• Zupa mleczna - kasza manna na mleku 400g (1) (7)• Twarożek z natką pietruszki 100g (7)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Owoc pieczony 1 szt. 100g	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa z dyni z natką pietruszki (wywar z warzyw) 400g (9) (1) (7)• Filet rybny z tilapii pieczony 100g (4) (1)• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g• Warzywa po grecku z natką pietruszki 120g (1) (9)• Herbata owocowa 250g	<ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Bułka pszenna 100g (1)• Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)• Herbata z cukrem 250g• Pasta z białka jaja z natką pietruszki 80g (7) (3)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (7)
--	---	---

Wartości odżywcze

Energia: 9766.18 Kj / 2348.3 Kcal; **Białko:** 108.07 g; **Tłuszcz:** 74.54 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 24.99 g; **Sód:** 433.75 mg; **Węglowodany:** 309.45 g; **Cukier:** 42.07 g **Błonnik spożywczy:** 19.23 g;

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (4p) (6/S)

<ul style="list-style-type: none">• Śniadanie• Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)• Herbata bez cukru 250g• Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250g (1) (7)• Twarożek z natką pietruszki 100g (7)• Sałata zielona 10g• Papryka czerwona świeża 40g• Owoc 1 szt. 100g• Chleb razowy 100g (1)	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7)• Filet rybny z tilapii pieczony 100g (4) (1)• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g• Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 120g (7)• Herbata owocowa bez cukru 250g• Podwieczorek• Jogurt naturalny 150g (7)	<ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)• Herbata bez cukru 250g• Pasta jajeczna z natką pietruszki 80g (3) (7)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• PN: chleb razowy 50g, miks tłuszczowy 5g, ser żółty 30g, sałata 15g, pomidor 50g+ 150g (7) (1)• Chleb razowy 100g (1)
---	--	--

Wartości odżywcze

Energia: 8506.61 Kj / 2052.31 Kcal; **Białko:** 92.6 g; **Tłuszcz:** 65.82 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 24.07 g; **Sód:** 1849.48 mg; **Węglowodany:** 256.32 g; **Cukier:** 15.04 g **Błonnik spożywczy:** 36.24 g;

mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek
Klaudia Lefek

GOMI Żywnienie Sp. z o.o.

ul. Modrzewiowa 4

23-320 Poniatowa

tel./fax (81) 820-43-38

NIP: 7171840940 Regon: 525613130

Dieta łatwostrawna bezmleczna (2/ML)

• Śniadanie

- Bułka pszenna 100g (1)
- Margaryna do smarowania 10g
- Herbata z cukrem 250g
- Dżem truskawkowy 50g
- Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1)
- Owoc pieczony 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa z dyni z natką pietruszki bez mleka 400g (9) (1)
- Filet rybny z tilapii pieczony 100g (4) (1)
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Warzywa po grecku z natką pietruszki 120g (1) (9)
- Herbata owocowa 250g

• Kolacja

- Chleb pszenny 120g (1)
- Margaryna do smarowania 10g
- Herbata z cukrem 250g
- Pasta z białka jaja z natką pietruszki bez mleka 80g (3)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1)
- Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 30g 30g

Wartości odżywcze

Energia: 10034.93 KJ / 2411.01 Kcal; **Białko:** 75.24 g; **Tłuszcz:** 59.55 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 5.65 g; **Sód:** 815.36 mg; **Węglowodany:** 398.14 g; **Cukier:** 42.07 g **Błonnik spożywczy:** 26.93 g;

Dieta łatwostrawna położnicza (4p) (C2/S)

• Śniadanie

- Bułka pszenna 100g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Zupa mleczna - kasza manna na mleku 400g (1) (7)
- Twarożek z natką pietruszki 100g (7)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Owoc 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa z dyni z natką pietruszki 400g (9) (1) (7)
- Filet rybny z tilapii pieczony 100g (4) (1)
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Warzywa po grecku z natką pietruszki 120g (1) (9)
- Herbata owocowa 250g
- Podwieczorek
- Jogurt naturalny 150g (7)

• Kolacja

- Chleb pszenny 120g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Pasta jajeczna z natką pietruszki 80g (3) (7)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g (7)

Wartości odżywcze

Energia: 10230.78 KJ / 2453.86 Kcal; **Białko:** 116.16 g; **Tłuszcz:** 76.73 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 33.27 g; **Sód:** 1071.21 mg; **Węglowodany:** 319.48 g; **Cukier:** 42.07 g **Błonnik spożywczy:** 20.19 g;

mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek

GOMI Żywnie Sp. z o.o.
ul. Modrzewiowa 4
23-320 Poniatowa
tel/fax (81) 820-43-38
NIP: 7171840940 Regon: 525613130

Jadłospis na sobota 2025-03-22

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

Dieta łatwostrawna (3p) (2)

• Śniadanie

- Bułka pszenna 100g (1)
- Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Zupa mleczna - kasza kukurydziana na mleku 400g (7)
- Szyńka delikatesowa z kurcząt 50g (6)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Owoc 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa pomidorowa z ryżem 400g (9) (1) (7)
- Pulpet wieprzowy gotowany 100g (1) (3)
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Sos pietruszkowy 100g (1) (7)
- Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z olejem 120g
- Herbata owocowa 250g

• Kolacja

- Chleb pszenny 120g (1)
- Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Twarożek z natką pietruszki 80g (7)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Posiłek nocny: Sałatka jarzynowa z ryżem 150g 150g

Wartości odżywcze

Energia: 10073.71 KJ / 2419.52 Kcal; **Białko:** 95.76 g; **Tłuszcz:** 78.54 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 17.38 g; **Sód:** 847.92 mg; **Węglowodany:** 342.56 g; **Cukier:** 41.15 g **Błonnik spożywczy:** 21.61 g;

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

• Śniadanie

- Bułka pszenna 100g (1)
- Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Szyńka delikatesowa z kurcząt 50g (6)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Owoc pieczony 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa pomidorowa z ryżem 400g (9) (1) (7)
- Pulpet wieprzowy gotowany 100g (1) (3)
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Sos pietruszkowy 100g (1) (7)
- Marchew z dynią gotowana na parze z natką pietruszki 120g
- Herbata owocowa 250g

• Kolacja

- Bułka pszenna 100g (1)
- Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Twarożek z natką pietruszki 80g (7)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g 150g (7)

Wartości odżywcze

Energia: 8076.45 KJ / 1929.69 Kcal; **Białko:** 86.73 g; **Tłuszcz:** 45.39 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 14.25 g; **Sód:** 369.85 mg; **Węglowodany:** 294.12 g; **Cukier:** 41.57 g **Błonnik spożywczy:** 16.61 g;

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (4p) (6/S)

• Śniadanie

- Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)
- Herbata bez cukru 250g
- Zupa mleczna - kasza kukurydziana na mleku 400g (7)
- Szyńka delikatesowa z kurcząt 50g (6)
- Sałata zielona 10g
- Papryka czerwona świeża 40g
- Owoc 1 szt. 100g
- Chleb razowy 100g (1)

• Obiad

- Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400g (9) (1) (7)
- Pulpet wieprzowy gotowany 100g (1) (3)
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Sos pietruszkowy 100g (1) (7)
- Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z olejem 120g
- Herbata owocowa bez cukru 250g
- Podwieczorek
- Owoc 1 szt. 100g

• Kolacja

- Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)
- Herbata bez cukru 250g
- Twarożek z natką pietruszki 80g (7)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- PN: chleb razowy 50g, miks tłuszczowy 5g, jajo 50g, sałata 15g, ogórek kiszony 50g + herbata b/c 250ml 150g (7) (1) (3)
- Chleb razowy 100g (1)

Wartości odżywcze

Energia: 9121.81 KJ / 2200.16 Kcal; **Białko:** 90.78 g; **Tłuszcz:** 80 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 19.89 g; **Sód:** 1828.23 mg; **Węglowodany:** 280.62 g; **Cukier:** 16.24 g **Błonnik spożywczy:** 38.41 g;

mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek
Klaudia Lefek

GOMI Żywnie Sp. z o.o.
ul. Modrzewiowa 4
23-320 Poniatowa
tel./fax (81) 820-43-38
NIP:7171840940 Regon:525613130

Dieta łatwostrawna bezmleczna (2/ML)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • Margaryna do smarowania 10g • Herbata z cukrem 250g • Szyńka delikatesowa z kurcząt 50g (6) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Zupa - kasza kukurydziana na wywarze warzywnym 400g (9) • Owoc pieczony 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa pomidorowa z ryżem bez mleka 400g (9) (1) • Pulpet wieprzowy gotowany 100g (1) (3) • Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g • Marchew z dynią gotowana na parze z natką pietruszki 120g • Herbata owocowa 250g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Margaryna do smarowania 10g • Herbata z cukrem 250g • Pasta mięsno-jarzynowa 80g (9) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1) • Posiłek nocny: Wafle ryżowe 40g 40g
Wartości odżywcze		
Energia: 9954.17 Kj / 2341.53 Kcal; Białko: 86.39 g; Tłuszcz: 60.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 5.83 g; Sód: 832.71 mg; Węglowodany: 398.34 g; Cukier: 42.12 g Błonnik spożywczy: 26.44 g;		

Dieta łatwostrawna połoźnicza (4p) (C2/S)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • Masło ekstra 82% 10g (7) • Herbata z cukrem 250g • Zupa mleczna - kasza kukurydziana na mleku 400g (7) • Szyńka delikatesowa z kurcząt 50g (6) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Owoc 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa pomidorowa z ryżem 400g (9) (1) (7) • Pulpet wieprzowy gotowany 100g (1) (3) • Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g • Sos pietruszkowy 100g (1) (7) • Marchew z dynią gotowana na parze z natką pietruszki 120g • Herbata owocowa 250g • Podwieczorek • Owoc 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 10g (7) • Herbata z cukrem 250g • Twarożek z natką pietruszki 80g (7) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Posiłek nocny: Sałatka jarzynowa z ryżem 150g 150g
Wartości odżywcze		
Energia: 9892.33 Kj / 2365.66 Kcal; Białko: 95.97 g; Tłuszcz: 68.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 20.15 g; Sód: 854.75 mg; Węglowodany: 353.65 g; Cukier: 51.08 g Błonnik spożywczy: 23.43 g;		

mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek
 Klaudia Lefek

GOMI Żywnienie Sp. z o.o.
 ul. Modrzewiowa 4
 23-320 Poniatowa
 tel./fax (81) 820-43-38
 NIP: 7171840940 Regon: 525613130

Jadłospis na niedziela 2025-03-23

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

Dieta łatwostrawna (3p) (2)		
<ul style="list-style-type: none">• Śniadanie• Bułka pszenna 100g (1)• Twaróg półtłusty 40g (7)• Masło ekstra 82% 10g (7)• Herbata z cukrem 250g• Zupa mleczna - płatki owsiane na mleku 400g (7) (1)• Marmolada wieloowocowa 40g• Owoc 1 szt. 100g	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa grysikowa z ziemniakami z zieleciną 400g (9) (1)• Potrawka z indyka z koprem duszona 150g (1) (7) (9)• Ryż biały gotowany 200g• Sałata z pomidorem i koperkiem z olejem 120g• Herbata owocowa 250g	<ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Chleb pszenny 120g (1)• Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)• Herbata z cukrem 250g• Połędwica drobiowa Ani 50g (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: serek wiejski 200g 200g (7)
Wartości odżywcze		
Energia: 8746.06 Kj / 2276.99 Kcal; Białko: 98.52 g; Tłuszcz: 59.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 14.64 g; Sód: 702.38 mg; Węglowodany: 340.14 g; Cukier: 42.81 g Błonnik spożywczy: 17.96 g;		

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)		
<ul style="list-style-type: none">• Śniadanie• Bułka pszenna 100g (1)• Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)• Jogurt naturalny 150g (7)• Twaróg chudy 40g (7)• Herbata z cukrem 250g• Marmolada wieloowocowa 40g• Owoc pieczony 1 szt. 100g	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa grysikowa z ziemniakami z zieleciną 400g (9) (1)• Potrawka z indyka z koprem duszona 150g (1) (7) (9)• Ryż biały gotowany 200g• Buraczki tarte gotowane 120g• Herbata owocowa 250g	<ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Bułka pszenna 100g (1)• Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)• Herbata z cukrem 250g• Połędwica drobiowa Ani 50g (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: serek wiejski 200g 200g (7)
Wartości odżywcze		
Energia: 7812.29 Kj / 2055.59 Kcal; Białko: 89.85 g; Tłuszcz: 42.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 9.81 g; Sód: 295.16 mg; Węglowodany: 321.45 g; Cukier: 44.01 g Błonnik spożywczy: 15.84 g;		

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (4p) (6/S)		
<ul style="list-style-type: none">• Śniadanie• Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)• Ser żółty 50g (7)• Herbata bez cukru 250g• Zupa mleczna - płatki owsiane na mleku 400g (7) (1)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Owoc 1 szt. 100g• Chleb razowy 100g (1)	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa rosół z makaronem razowym i natką pietruszki 400g (9) (1)• Potrawka z indyka z koprem duszona 150g (1) (7) (9)• Ryż brązowy gotowany 200g• Sałata z pomidorem i koperkiem z olejem 120g• Herbata owocowa bez cukru 250g• Podwieczorek• Owoc 1 szt. 100g	<ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)• Herbata bez cukru 250g• Połędwica drobiowa Ani 50g (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• PN: chleb razowy 50g, miks tłuszczowy 5g, twaróg 30g, sałata 15g, pomidor 50g + h b/c 250ml 150g (7) (1) (4) (8)• Chleb razowy 100g (1)
Wartości odżywcze		
Energia: 8846.6 Kj / 2128.42 Kcal; Białko: 77.28 g; Tłuszcz: 78.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 20.83 g; Sód: 1730.53 mg; Węglowodany: 272.88 g; Cukier: 17.12 g Błonnik spożywczy: 40.05 g;		

GOMI Żywnie Sp. z o.o.
ul. Modrzewiowa 4
23-320 Poniatowa
tel/fax (81) 820-43-38
NIP:7171840940 Regon:525613130

mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek

Dieta łatwostrawna bezmleczna (2/ML)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • Margaryna do smarowania 10g • Herbata z cukrem 250g • Zupa bezmleczna - płatki owsiane na wywarze warzywnym 400g (9) (1) • Marmolada wieloowocowa 50g • Owoc pieczony 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa grysikowa z ziemniakami z zielenią 400g (9) (1) • Indyk gotowany 100g w warzywach (marchew, pietruszka, seler, natka) 120g 220g (9) • Ryż biały gotowany 200g • Herbata owocowa 250g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Margaryna do smarowania 10g • Herbata z cukrem 250g • Polędwica drobiowa Ani 50g (6) • Sałata zielona 15g • Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1) • Posiłek nocny: Kisiel owocowy 250g • Owoc pieczony 1 szt. 100g
--	---	--

Wartości odżywcze

Energia: 8920.78 Kj / 2119.74 Kcal; **Białko:** 65.66 g; **Tłuszcz:** 31.59 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 3.36 g; **Sód:** 804.83 mg; **Węglowodany:** 401.07 g; **Cukier:** 58.28 g **Błonnik spożywczy:** 22.93 g;

Dieta łatwostrawna połoźnicza (4p) (C2/S)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • Masło ekstra 82% 10g (7) • Twaróg półtłusty 40g (7) • Herbata z cukrem 250g • Zupa mleczna - płatki owsiane na mleku 400g (7) (1) • Marmolada wieloowocowa 40g • Owoc 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa grysikowa z ziemniakami z zielenią 400g (9) (1) • Potrawka z indyka z koprem duszona 150g (1) (7) (9) • Ryż biały gotowany 200g • Buraczki tarte gotowane 120g • Herbata owocowa 250g • Podwieczorek • Jogurt naturalny 150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 10g (7) • Herbata z cukrem 250g • Polędwica drobiowa Ani 50g (6) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Posiłek nocny: serek wiejski 200g 200g (7)
---	--	---

Wartości odżywcze

Energia: 9243.24 Kj / 2394.72 Kcal; **Białko:** 104.77 g; **Tłuszcz:** 60.29 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 18.17 g; **Sód:** 843.16 mg; **Węglowodany:** 354.88 g; **Cukier:** 44.01 g **Błonnik spożywczy:** 18.71 g;

mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek
 Klaudia Lefek

GOMI Żywnienie Sp. z o.o.
 ul. Modrzewiowa 4
 23-320 Poniatowa
 tel/fax (81) 820-43-38
 NIP:7171840940 Regon:525613130

Tabela alergenów	
1	Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczepy hubrydowe) i produkty pochodne
2	Skorupiaki i produkty pochodne
3	Jajka i produkty pochodne
4	Ryby i produkty pochodne
5	Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne
6	Soja i produkty pochodne
7	Mleko i produkty pochodne
8	Orzechy tj. migdały (<i>Amygdalus communis</i> L), orzechy laskowe (<i>Corylus avellana</i>), orzechy włoskie (<i>Juglans regia</i>), nerkowce (<i>Anacardium occidentale</i>), orzechy pekan (<i>Carya illinoensis</i> /Wangenh/K.Koch), orzechy brazylijskie (<i>Bertholletia excelsa</i>), pistacje (<i>Pistacia vera</i>), orzechy makadamie lub orzechy Queensland (<i>Macadamia ternifolia</i>) i produkty pochodne
9	Seler zwyczajny i produkty pochodne
10	Gorzycza i produkty pochodne
11	Nasiona sezamu i produkty pochodne
12	Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO ₂
13	Łubin i produkty pochodne
14	Mięczaki i produkty pochodne