

Jadłospis na poniedziałek 2025-02-10

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 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• Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7)• Makaron pszenny ze szpinakiem i twarogiem 350g (1) (7) (9)• Herbata owocowa 250g• Owoc 1 szt. 100g | <ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Chleb pszenno-żytni 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: 11926.06 Kj / 2850.86 Kcal; **Białko:** 86.16 g; **Tłuszcz:** 84.16 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 13.7 g; **Sód:** 1037.49 mg; **Węglowodany:** 445.02 g; **Cukier:** 69.58 g **Błonnik spożywczy:** 27.96 g;

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

- | | | |
|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Śniadanie• Bułka pszenna 100g (1)• Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)• Herbata z cukrem 250g• Wędlina polędwica sopocka wieprzowa 50g (1) (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Owoc pieczony 1 szt. 100g | <ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa cukiniowa (wywar z warzyw) 400g (9) (1) (7)• Makaron pszenny ze szpinakiem i twarogiem 350g (1) (7) (9)• Herbata owocowa 250g• Owoc pieczony 1 szt. 100g | <ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Chleb pszenny 120g (1)• Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)• Herbata z cukrem 250g• Pasta ryбно-jarzynowa 150g (4) (9)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 100g (1) (7) (3) |
|--|--|--|

Wartości odżywcze

Energia: 10067.95 Kj / 2394.52 Kcal; **Białko:** 90.32 g; **Tłuszcz:** 56.89 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 8.96 g; **Sód:** 1056.94 mg; **Węglowodany:** 389.62 g; **Cukier:** 67.8 g **Błonnik spożywczy:** 19.6 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• Zupa mleczna - kasza kukurydziana na mleku 400g (7)• Wędlina polędwica sopocka wieprzowa 50g (1) (6)• Sałata zielona 10g• Papryka czerwona świeża 40g• Owoc 1 szt. 100g• Chleb razowy 100g (1) | <ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7)• Makaron razowy ze szpinakiem i twarogiem 350g (7) (9) (1)• Herbata owocowa bez cukru 250g• Owoc 1 szt. 100g• Podwieczorek• Jogurt naturalny 150g (7) | <ul style="list-style-type: none">• 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: 9407.51 Kj / 2265.41 Kcal; **Białko:** 83.89 g; **Tłuszcz:** 66.51 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 17.8 g; **Sód:** 2108.96 mg; **Węglowodany:** 321.11 g; **Cukier:** 17.68 g **Błonnik spożywczy:** 41.15 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)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g • Herbata z cukrem 250g • Wędlina polędwica sopocka wieprzowa 50g (1) (6) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Owoc pieczony 1 szt. 100g • Zupa - ryż na wywarze warzywnym 400g (9) 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa cukiniowa bez mleka 400g (9) (1) • Makaron z mięsem i warzywami 350g (1) (9) • Herbata owocowa 250g • Owoc pieczony 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenno-żytni 120g (1) • Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 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: Kisiel owocowy 250g
Wartości odżywcze		
Energia: 9831.25 Kj / 2352.41 Kcal; Białko: 82.99 g; Tłuszcz: 43.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 8.54 g; Sód: 1104.05 mg; Węglowodany: 416.25 g; Cukier: 55.53 g Błonnik spożywczy: 22.72 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 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 • Zupa cukiniowa 400g (9) (1) (7) • Makaron pszenny ze szpinakiem i twarogiem 350g (1) (7) (9) • Herbata owocowa 250g • Owoc 1 szt. 100g • 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 • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 100g (1) (7) (3) • Sałatka jarzynowa z rybą 150g (9) (4)
Wartości odżywcze		
Energia: 12014.71 Kj / 2865.05 Kcal; Białko: 92.46 g; Tłuszcz: 78.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18.61 g; Sód: 1122.31 mg; Węglowodany: 449.6 g; Cukier: 68.76 g Błonnik spożywczy: 26.75 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 wtorek 2025-02-11

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 - kasza manna na mleku 400g (1) (7)• Marmolada wieloowocowa 40g• Owoc 1 szt. 100g	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 400g (9) (1)• Kotlet mielony wieprzowy pieczony 100g (3) (1)• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g• Sałata z pomidorem w jogurcie 120g (7)• Herbata owocowa 250g	<ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Chleb pszenno-żytni 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: 8759.65 Kj / 2190.19 Kcal; Białko: 79.82 g; Tłuszcz: 47.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 17.45 g; Sód: 929.73 mg; Węglowodany: 359.35 g; Cukier: 39.12 g Błonnik spożywczy: 19.79 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 jęczmienny z ziemniakami (wywar z warzyw) 400g (9) (1)• Filet drobiowy z kurczaka gotowany 100g• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g• Marchew z cukinią gotowane 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: 8256.1 Kj / 1975.48 Kcal; Białko: 92.12 g; Tłuszcz: 33.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 10.25 g; Sód: 349.29 mg; Węglowodany: 313.95 g; Cukier: 38.16 g Błonnik spożywczy: 17.52 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)• Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250g (1) (7)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Owoc 1 szt. 100g• Chleb razowy 100g (1)	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 400g (9) (1)• Kotlet mielony wieprzowy pieczony 100g (3) (1)• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g• Sałata z pomidorem w jogurcie 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• Papryka czerwona świeża 40g <small>twaróg chudy 30g</small>• PN: chleb razowy 50g, miks tłuszczowy 5g, ser żółty 30g, sałata 15g, pomidor 50g+ herbata b/c 250 ml 150g (7) (1)• Chleb razowy 100g (1)
Wartości odżywcze		
Energia: 8512.18 Kj / 2140.37 Kcal; Białko: 90.21 g; Tłuszcz: 69.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 25.95 g; Sód: 2163.82 mg; Węglowodany: 276.27 g; Cukier: 8.27 g Błonnik spożywczy: 38.03 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)

• Śniadanie

- Bułka pszenna 100g (1)
- Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g
- Herbata z cukrem 250g
- Marmolada wieloowocowa 50g
- Owoc pieczony 1 szt. 100g
- Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1)

• Obiad

- Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 400g (9) (1)
- Filet drobiowy z kurczaka gotowany 100g
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Marchew z cukinią gotowane na parze z natką pietruszki 120g
- Herbata owocowa 250g

• Kolacja

- Chleb pszenny 120g (1)
- Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g
- Herbata z cukrem 250g
- Polędwica drobiowa Ani 50g (6)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1)
- Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 30g 30g

Wartości odżywcze

Energia: 9764.57 Kj / 2333.55 Kcal; **Białko:** 86.61 g; **Tłuszcz:** 36.76 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 6.68 g; **Sód:** 788.62 mg; **Węglowodany:** 417.05 g; **Cukier:** 38.16 g **Błonnik spożywczy:** 26.32 g;

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

• Śniadanie

- Bułka pszenna 100g (1)
- Twaróg półtłusty 40g (7)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Zupa mleczna - kasza manna na mleku 400g (1) (7)
- Marmolada wieloowocowa 40g
- Owoc 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 400g (9) (1)
- Kotlet mielony wieprzowy pieczony 100g (3) (1)
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Marchew z cukinią gotowane na parze z natką pietruszki 120g
- Herbata owocowa 250g
- Podwieczorek
- Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1)
- Biszkopty 40g (1) (3) (6)

• Kolacja

- Chleb pszenno-żytni 120g (1)
- Masło ekstra 82% 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: 10261.63 Kj / 2554.46 Kcal; **Białko:** 86.58 g; **Tłuszcz:** 63.9 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 21.87 g; **Sód:** 1059.87 mg; **Węglowodany:** 405.37 g; **Cukier:** 49.11 g **Błonnik spożywczy:** 22.3 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 środa 2025-02-12

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 - 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 pomidorowa z makaronem 400g (9) (1) (7)• Pulpet drobiowy z indyka pieczony 100g (1) (3)• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g• Sos pieczeniowy z natką pietruszki 100g (1) (7)• Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z olejem 120g• Herbata owocowa 250g | <ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Chleb pszenno-żytni 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: Ciasto drożdżowe 100g (1) (7) (3) |
|--|--|--|

Wartości odżywcze

Energia: 11679.27 Kj / 2789.62 Kcal; **Białko:** 93.17 g; **Tłuszcz:** 91.29 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 17.46 g; **Sód:** 970.39 mg; **Węglowodany:** 404.98 g; **Cukier:** 60.55 g **Błonnik spożywczy:** 22.53 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• 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 pomidorowa z makaronem (wywar z warzywo) 400g (9) (1) (7)• Pulpet drobiowy z indyka pieczony 100g (1) (3)• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g• Sos pieczeniowy z natką pietruszki 100g (1) (7)• 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• Twarożek z natką pietruszki 80g (7)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 100g (1) (7) (3) |
|---|--|---|

Wartości odżywcze

Energia: 10064.84 Kj / 2394.98 Kcal; **Białko:** 85.88 g; **Tłuszcz:** 65.94 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 13.07 g; **Sód:** 417.71 mg; **Węglowodany:** 368.96 g; **Cukier:** 62.22 g **Błonnik spożywczy:** 18.33 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• Zupa mleczna - płatki owsiane na mleku 400g (7) (1)• Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g (3) (7)• Sałata zielona 10g• Rzodkiewki 40g• Owoc 1 szt. 100g• Chleb razowy 100g (1) | <ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa pomidorowa z makaronem razowym 400g (9) (1) (7)• Pulpet drobiowy z indyka pieczony 100g (1) (3)• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g• Sos pieczeniowy z natką pietruszki 100g (1) (7)• Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z olejem 120g• Herbata owocowa bez cukru 250g• Podwieczorek• jogurt naturalny 150g (7)• Owoc 1 szt. 100g | <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• Pomidor 40g• PN: chleb razowy 50g, miks tłuszczowy 5g, ser żółty 30g, sałata 15g, pomidor 50g+ herbata b/c 250 ml 150g (7) (1)• Chleb razowy 100g (1) |
|---|---|---|

Wartości odżywcze

Energia: 9135.93 Kj / 2198.09 Kcal; **Białko:** 89.71 g; **Tłuszcz:** 76.53 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 22.67 g; **Sód:** 1806.39 mg; **Węglowodany:** 281.38 g; **Cukier:** 15.98 g **Błonnik spożywczy:** 36.98 g;

Dieta łatwostrawna bezmleczna (2/ML)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g • Herbata z cukrem 250g • Pasta jajeczna z natką pietruszki bez mleka 80g (3) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Owoc pieczony 1 szt. 100g • Zupa - ryż na wywarze warzywnym 400g (9) 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa pomidorowa z makaronem bez mleka 400g (9) (1) • Pulpet drobiowy z indyka pieczony 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) • Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 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: 10282.17 Kj / 2436.92 Kcal; **Białko:** 84.09 g; **Tłuszcz:** 65.91 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 10.93 g; **Sód:** 972.17 mg; **Węglowodany:** 401.41 g; **Cukier:** 41.85 g **Błonnik spożywczy:** 23.66 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 pomidorowa z makaronem 400g (9) (1) (7) • Pulpet drobiowy z indyka pieczony 100g (1) (3) • Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g • Sos pieczeniowy z natką pietruszki 100g (1) (7) • Marchew z dynią gotowana na parze z natką pietruszki 120g • Herbata owocowa 250g • Podwieczorek • Jogurt naturalny 150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenno-żytny 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: 11721.83 Kj / 2789.27 Kcal; **Białko:** 99.39 g; **Tłuszcz:** 81.01 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 21.98 g; **Sód:** 1070.26 mg; **Węglowodany:** 416.55 g; **Cukier:** 63.18 g **Błonnik spożywczy:** 22.89 g;

mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek
 Klaudia Lefek

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

Jadłospis na czwartek 2025-02-13

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 jaglana na mleku 2% 400g (7)• Szynka delikatesowa z kurcząt 50g (6)• Pomidor 40g• Sałata zielona 10g• Owoc 1 szt. 100g | <ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7)• Gulasz z szynki wieprzowej duszony 150g (1) (7)• Ryż biały gotowany 200g• Surówka z buraczków i jabłek z olejem 120g• Herbata owocowa 250g | <ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Chleb pszenno-żytni 120g (1)• Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)• Herbata z cukrem 250g• Polędwica drobiowa Ani 50g (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: Sałatka jarzynowa z ryżem 150g 150g |
|--|---|---|

Wartości odżywcze

Energia: 9356.67 Kj / 2249.93 Kcal; **Białko:** 82.29 g; **Tłuszcz:** 57.88 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 14.25 g; **Sód:** 744.88 mg; **Węglowodany:** 351.31 g; **Cukier:** 42.85 g **Błonnik spożywczy:** 21.17 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• Szynka delikatesowa z kurcząt 50g (6)• Pomidor 40g• Sałata zielona 10g• 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)• Gulasz z szynki wieprzowej duszony 150g (1) (7)• Ryż biały gotowany 200g• Buraczki tarte gotowane 120g• Herbata owocowa 250g | <ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Chleb pszenno-żytni 120g (1)• Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)• Herbata z cukrem 250g• Polędwica drobiowa Ani 50g (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g 150g (7) |
|--|--|---|

Wartości odżywcze

Energia: 7632.42 Kj / 1836.66 Kcal; **Białko:** 70.61 g; **Tłuszcz:** 42.09 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 12.06 g; **Sód:** 787.51 mg; **Węglowodany:** 286.81 g; **Cukier:** 40.54 g **Błonnik spożywczy:** 17.53 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• Zupa mleczna - kasza jaglana na mleku 2% 400g (7)• Szynka delikatesowa z kurcząt 50g (6)• Sałata zielona 10g• Papryka czerwona świeża 40g• Owoc 1 szt. 100g• Chleb razowy 100g (1) | <ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7)• Gulasz z szynki wieprzowej duszony 150g (1) (7)• Ryż brązowy gotowany 200g• Surówka z buraczków i jabłek 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)• Ser żółty 50g (7)• Herbata bez cukru 250g• 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: 9169.5 Kj / 2205.89 Kcal; **Białko:** 91.24 g; **Tłuszcz:** 73.56 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 22.39 g; **Sód:** 1755.42 mg; **Węglowodany:** 289.23 g; **Cukier:** 16.98 g **Błonnik spożywczy:** 40.39 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)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g • Herbata z cukrem 250g • Szynka delikatesowa z kurcząt 50g (6) • Pomidor 40g • Sałata zielona 10g • Owoc pieczony 1 szt. 100g • Zupa - ryż na wywarze warzywnym 400g (9) 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa z dyni z natką pietruszki bez mleka 400g (9) (1) • Gulasz z szynki wieprzowej duszony bez mleka 150g (1) • Ryż biały gotowany 200g • Marchew gotowana na parze 120g • Herbata owocowa 250g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g • Herbata z cukrem 250g • Polędwica drobiowa Ani 50g (6) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Posiłek nocny: Kisiel owocowy 250g • Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1)
---	--	---

Wartości odżywcze

Energia: 8916.93 Kj / 2129.31 Kcal; **Białko:** 79.81 g; **Tłuszcz:** 31.36 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 7.49 g; **Sód:** 770.51 mg; **Węglowodany:** 386.72 g; **Cukier:** 50.42 g **Błonnik spożywczy:** 22.01 g;

Dieta łatwostrawna położnicza (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) • Szynka delikatesowa z kurcząt 50g (6) • Pomidor 40g • Sałata zielona 10g • Owoc 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa z dyni z natką pietruszki 400g (9) (1) (7) • Gulasz z szynki wieprzowej duszony 150g (1) (7) • Ryż biały gotowany 200g • Surówka z buraczków i jabłek z olejem 120g • Herbata owocowa 250g • Podwieczorek • Owoc 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenno-żytni 120g (1) • Masło ekstra 82% 10g (7) • Ser żółty 50g (7) • Herbata z cukrem 250g • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Posiłek nocny: Sałatka jarzynowa z ryżem 150g 150g
---	--	--

Wartości odżywcze

Energia: 9827.96 Kj / 2360.33 Kcal; **Białko:** 89.45 g; **Tłuszcz:** 69.78 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 24.42 g; **Sód:** 1182.6 mg; **Węglowodany:** 343.69 g; **Cukier:** 50.4 g **Błonnik spożywczy:** 23.03 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 piątek 2025-02-14

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 - ryż na mleku 400g (7)
- Twarożek z natką pietruszki 100g (7)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Owoc 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (9) (1) (7)
- Filet rybny z tilapii pieczony 100g (4) (1)
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z olejem 120g
- Herbata owocowa 250g

• Kolacja

- Chleb pszenno-żytni 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: 9966.18 Kj / 2396.68 Kcal; **Białko:** 104.46 g; **Tłuszcz:** 74.45 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 24.88 g; **Sód:** 868.4 mg; **Węglowodany:** 327.34 g; **Cukier:** 44.08 g **Błonnik spożywczy:** 20.07 g;

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

• Śniadanie

- Bułka pszenna 100g (1)
- Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Twarożek z natką pietruszki 100g (7)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Owoc pieczony 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (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

• 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: 9216.35 Kj / 2216.78 Kcal; **Białko:** 98.97 g; **Tłuszcz:** 68.71 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 21.84 g; **Sód:** 340.97 mg; **Węglowodany:** 298.39 g; **Cukier:** 46.85 g **Błonnik spożywczy:** 17.59 g;

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

• Śniadanie

- Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)
- Herbata bez cukru 250g
- Zupa mleczna - ryż na mleku 400g (7)
- Twarożek z natką pietruszki 100g (7)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Owoc 1 szt. 100g
- Chleb razowy 100g (1)

• Obiad

- Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (9) (1) (7)
- Filet rybny z tilapii pieczony 100g (4) (1)
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z olejem 120g
- Herbata owocowa bez cukru 250g
- Podwieczorek
- Jogurt naturalny 150g (7)

• Kolacja

- Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)
- Herbata bez cukru 250g
- Pasta jajeczna z natką pietruszki 80g (3) (7)
- Sałata zielona 10g
- Rzodkiewki 40g
- PN: chleb razowy 50g, miks tłuszczowy 5g, ser żółty 30g, sałata 15g, pomidor 50g+ herbata b/c 250 ml 150g (7) (1)
- Chleb razowy 100g (1)

Wartości odżywcze

Energia: 9168.52 Kj / 2211.11 Kcal; **Białko:** 99.37 g; **Tłuszcz:** 69.22 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 22.56 g; **Sód:** 1755.4 mg; **Węglowodany:** 281.5 g; **Cukier:** 13.18 g **Błonnik spożywczy:** 34.75 g;

Dieta łatwostrawna bezmleczna (2/ML)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g • Herbata z cukrem 250g • Marmolada wieloowocowa 50g • Owoc pieczony 1 szt. 100g • Zupa - ryż na wywarze warzywnym 400g (9) 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa wiejska z ziemniakami bez mleka 400g (1) (9) • 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 • Chleb pszenny 120g (1) • Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g • Herbata z cukrem 250g • Pasta jajeczna 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: 10594.28 Kj / 2550.52 Kcal; **Białko:** 77.36 g; **Tłuszcz:** 66.58 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 10.12 g; **Sód:** 815.72 mg; **Węglowodany:** 412.79 g; **Cukier:** 42.73 g **Błonnik spożywczy:** 25.79 g;

Dieta łatwostrawna położnicza (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 - ryż na mleku 400g (7) • Twarożek z natką pietruszki 100g (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) • 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) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenno-żytni 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: 10670.12 Kj / 2561.73 Kcal; **Białko:** 112.52 g; **Tłuszcz:** 76.46 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 30.27 g; **Sód:** 986.77 mg; **Węglowodany:** 349.49 g; **Cukier:** 47.84 g **Błonnik spożywczy:** 20.9 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 sobota 2025-02-15

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 - kasza kukurydziana na mleku 400g (7)• Kielbasa żywiecka 50g (6) (10)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Owoc 1 szt. 100g	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (9) (1)• 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- sos pomidorowy z natką pietruszki (1,7) 100g	<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: jogurt owocowy 150g 150g (7)
Wartości odżywcze		
Energia: 11158.66 Kj / 2718.35 Kcal; Białko: 110.53 g; Tłuszcz: 87.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 23.46 g; Sód: 789.93 mg; Węglowodany: 368.03 g; Cukier: 39.69 g Błonnik spożywczy: 23.85 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• Polędwica drobiowa Ani 50g (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Owoc pieczony 1 szt. 100g	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa koperkowa z ziemniakami (wywar z warzyw) 400g (9) (1)• 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	<ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Chleb pszenno-żytni 120g (1)• Mięso tłuszczone do smarowania 5g (7)• Herbata z cukrem 250g• Twarożek z natką pietruszki 80g (7)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 150g (7)
Wartości odżywcze		
Energia: 9425.26 Kj / 2312.44 Kcal; Białko: 91.8 g; Tłuszcz: 63.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 13.73 g; Sód: 842.28 mg; Węglowodany: 335.91 g; Cukier: 39.69 g Błonnik spożywczy: 22.41 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 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 - kasza kukurydziana na mleku 400g (7) • Kielbasa żywiecka 50g (6) (10) • Sałata zielona 10g • Papryka czerwona świeża 40g • Owoc 1 szt. 100g • Chleb razowy 100g (1) 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (9) (1) • Sztuka mięsa schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g • Kasza gryczana gotowana 200g • Sos pieczeniowy z natką pietruszki 100g (1) (7) • Surówka z kapusty kiszonej z olejem 120g • Herbata owocowa bez cukru 250g • Podwieczorek - sos pomidorowy z natką pietruszki (1,7) 100g • Owoc 1 szt. 100g 	<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 • 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: 10270.02 Kj / 2470.91 Kcal; **Białko:** 109.68 g; **Tłuszcz:** 90.27 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 19.1 g; **Sód:** 1996.02 mg; **Węglowodany:** 289.94 g; **Cukier:** 19.43 g **Błonnik spożywczy:** 38.74 g;

Dieta łatwostrawna bezmleczna (2/ML)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g • Herbata z cukrem 250g • Kielbasa żywiecka 50g (6) (10) • 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 koperkowa z ziemniakami 400g (9) (1) • Sztuka mięsa schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g • Ziemniaki gotowane z koperkiem 150g • Marchew z cukinią gotowane na parze z natką pietruszki 120g • Herbata owocowa 250g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g • Herbata z cukrem 250g • Pasta mięsno-jarzynowa 80g (9) • Sałata zielona 15g • Posiłek nocny: Wafle ryżowe 40g 40g • Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1) • Owoc pieczony 1 szt. 100g
---	---	--

Wartości odżywcze

Energia: 10606.86 Kj / 2504.42 Kcal; **Białko:** 100.27 g; **Tłuszcz:** 75.37 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 9.51 g; **Sód:** 793.5 mg; **Węglowodany:** 388.26 g; **Cukier:** 46.36 g **Błonnik spożywczy:** 27.61 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) • Kielbasa żywiecka 50g (6) (10) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Owoc 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (9) (1) • 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 - sos pomidorowy z natką pietruszki (1,7) 100g • Podwieczorek • Budyń śmietankowy 200g (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: jogurt naturalny 150g 150g (7)
--	--	---

Wartości odżywcze

Energia: 12123.61 Kj / 2909.02 Kcal; **Białko:** 115.24 g; **Tłuszcz:** 92.27 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 24.06 g; **Sód:** 962.39 mg; **Węglowodany:** 391.02 g; **Cukier:** 49.68 g **Błonnik spożywczy:** 24.1 g;

Jadłospis na niedziela 2025-02-16

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 rosół z makaronem 400g (9) (1)• Potrawka z kurczaka z koprem duszona 150g (1) (7) (9)• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g• Sałata z pomidorem i koperkiem z olejem 120g• Herbata owocowa 250g	<ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Chleb pszenno-żytni 120g (1)• Miks tłuszczowy do smarowania 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: 8590.5 Kj / 2249.38 Kcal; Białko: 90.39 g; Tłuszcz: 67.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 15.11 g; Sód: 704.58 mg; Węglowodany: 323.07 g; Cukier: 43.69 g Błonnik spożywczy: 19.84 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• Bulion warzywny z makaronem i natką pietruszki 400g (9) (1)• Potrawka z kurczaka z koprem duszona 150g (1) (7) (9)• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g• Marchew z dynią gotowana na parze z natką pietruszki 120g• Herbata owocowa 250g• sos grecki z warzyw (9) (marchew, pietruszka, seler, ntka) 120g	<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: serek wiejski 200g 200g (7)
Wartości odżywcze		
Energia: 7030.13 Kj / 1866.24 Kcal; Białko: 83.74 g; Tłuszcz: 36.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 9.01 g; Sód: 269.01 mg; Węglowodany: 295.76 g; Cukier: 45.36 g Błonnik spożywczy: 17.02 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 kurczaka z koprem duszona 150g (1) (7) (9)• Ziemniaki gotowane z koperkiem 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• Polędwica drobiowa Ani 50g (6)• Sałata zielona 10g• Ogórek kiszony krojony 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: 8367.65 Kj / 2014.29 Kcal; Białko: 72.65 g; Tłuszcz: 75.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 20.11 g; Sód: 1995.53 mg; Węglowodany: 252.91 g; Cukier: 17.11 g Błonnik spożywczy: 35.13 g;		

GOMI Żywność 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) • Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g • Herbata z cukrem 250g • Marmolada wieloowocowa 50g • Owoc pieczony 1 szt. 100g • Zupa - ryż na wywarze warzywnym 400g (9) 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa rosół z makaronem 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 - sos grecki z warzyw (9)(marchew, pietruszka, seler, natka) 120g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenno-żytni 120g (1) • Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g • Herbata z cukrem 250g • Połędwica 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: 9865.41 Kj / 2357.85 Kcal; Białko: 77.9 g; Tłuszcz: 47.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 11.63 g; Sód: 877.73 mg; Węglowodany: 409.46 g; Cukier: 56.94 g Błonnik spożywczy: 24.42 g;		

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

<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 rosół z makaronem 400g (9) (1) • Potrawka z kurczaka z koprem duszona 150g (1) (7) (9) • Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g • Marchew z dynią gotowana na parze z natką pietruszki 120g • Herbata owocowa 250g - sos grecki z warzyw (9) (marchew, pietruszka, seler, natka) 120g • 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 • Połędwica drobiowa Ani 50g (6) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Posiłek nocny: serek wiejski 200g 200g (7)
Wartości odżywcze		
Energia: 8587.08 Kj / 2239.37 Kcal; Białko: 96.15 g; Tłuszcz: 55.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 17.87 g; Sód: 832.81 mg; Węglowodany: 335.31 g; Cukier: 46.32 g Błonnik spożywczy: 21.57 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