

Jadłospis na poniedziałek 2025-03-10

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 połędwica 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 jarzynowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7)• Surówka z marchwi i jabłka 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• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 100g (1) (7) (3)• Sałatka jarzynowa z rybą 150g (9) (4)
Wartości odżywcze		
Energia: 13459.68 Kj / 3215.21 Kcal; Białko: 94.37 g; Tłuszcz: 91.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 14.62 g; Sód: 2257.38 mg; Węglowodany: 511.32 g; Cukier: 66.75 g Błonnik spożywczy: 31.56 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 połędwica 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: 10119.08 Kj / 2406.73 Kcal; Białko: 90.79 g; Tłuszcz: 57.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 9.02 g; Sód: 1057.94 mg; Węglowodany: 391.35 g; Cukier: 68.09 g Błonnik spożywczy: 20.09 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 połędwica 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: 9882.38 Kj / 2364.62 Kcal; Białko: 83.46 g; Tłuszcz: 44.2 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 8.61 g; Sód: 1105.05 mg; Węglowodany: 417.98 g; Cukier: 55.83 g Błonnik spożywczy: 23.21 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 • 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 • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 100g (1) (7) (3) • Sałatka jarzynowa z rybą 150g (9) (4)
Wartości odżywcze		
Energia: 13423.25 Kj / 3195.66 Kcal; Białko: 101.05 g; Tłuszcz: 84.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 21.91 g; Sód: 2333.86 mg; Węglowodany: 510.88 g; Cukier: 64.84 g Błonnik spożywczy: 30.06 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 2025-03-11

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

Dieta łatwostrawna (3p) (2)

• 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
- Sałata z pomidorem w jogurcie 120g (7)
- Herbata owocowa 250g

• Kolacja

- Chleb pszenno-żytni 120g (1)
- Mięso tłuszczone 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: 8831.79 Kj / 2207.42 Kcal; **Białko:** 80.8 g; **Tłuszcz:** 47.66 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 17.52 g; **Sód:** 930.73 mg; **Węglowodany:** 362.36 g; **Cukier:** 39.43 g **Błonnik spożywczy:** 20.74 g;

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

• Śniadanie

- Bułka pszenna 100g (1)
- Mięso tłuszczone do smarowania 5g (7)
- Jogurt naturalny 150g (7)
- Twaróg chudy 40g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Marmolada wieloowocowa 40g
- Owoc pieczony 1 szt. 100g

• 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

• Kolacja

- Bułka pszenna 100g (1)
- Mięso tłuszczone 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: 8307.23 Kj / 1987.69 Kcal; **Białko:** 92.59 g; **Tłuszcz:** 34.29 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 10.31 g; **Sód:** 350.29 mg; **Węglowodany:** 315.68 g; **Cukier:** 38.46 g **Błonnik spożywczy:** 18.01 g;

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

• Śniadanie

- Mięso tłuszczone 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)

• 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)

• Kolacja

- Mięso tłuszczone do smarowania 10g (7)
- Herbata bez cukru 250g
- Pasta z ciecierzycy 80g
- Sałata zielona 10g
- Papryka czerwona świeża 40g
- PN: chleb razowy 50g, mięso tłuszczone 5g, ser żółty 30g, sałata 15g, pomidor 50g+ 150g (7) (1)
- Chleb razowy 100g (1)

Wartości odżywcze

Energia: 8660.78 Kj / 2175.67 Kcal; **Białko:** 91.43 g; **Tłuszcz:** 70.11 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 26.02 g; **Sód:** 2164.82 mg; **Węglowodany:** 283.25 g; **Cukier:** 9.18 g **Błonnik spożywczy:** 39.62 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

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 - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1) 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	<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 • Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1) • Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 30g 30g
Wartości odżywcze		
Energia: 9815.71 Kj / 2345.76 Kcal; Białko: 87.08 g; Tłuszcz: 37.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 6.74 g; Sód: 789.62 mg; Węglowodany: 418.78 g; Cukier: 38.46 g Błonnik spożywczy: 26.81 g;		

Dieta łatwostrawna połoźnicza (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 - 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 • 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) 	<ul style="list-style-type: none"> • 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: 10399 Kj / 2587.08 Kcal; Białko: 87.53 g; Tłuszcz: 64.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 21.94 g; Sód: 1060.87 mg; Węglowodany: 411.66 g; Cukier: 50.01 g Błonnik spożywczy: 23.65 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 2025-03-12

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 pomidorowa z makaronem 400g (9) (1) (7)• Sztuka mięsa schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g• 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)• 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: 12294.27 Kj / 2943.92 Kcal; Białko: 110.08 g; Tłuszcz: 108.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18.88 g; Sód: 853.59 mg; Węglowodany: 388.66 g; Cukier: 60.85 g Błonnik spożywczy: 22.42 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 pomidorowa z makaronem (wywar z warzyw) 400g (9) (1) (7)• Sztuka mięsa schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g• 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)• 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: 10952.46 Kj / 2618.9 Kcal; Białko: 103.18 g; Tłuszcz: 89.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 13.97 g; Sód: 315.95 mg; Węglowodany: 356.41 g; Cukier: 63.65 g Błonnik spożywczy: 18.87 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 • 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) • Sztuka mięsa schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g • 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 • 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 • Chleb razowy 100g (1) • PN:chleb razowy 50g,miks tłuszczowy 5g,ser żółty 30g,salata15g,ogórek kiszony50g+herbata b/c 250 ml 420g (7) (1)
Wartości odżywcze		
Energia: 9711.23 KJ / 2343.03 Kcal; Białko: 106.21 g; Tłuszcz: 94.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24.09 g; Sód: 2037.25 mg; Węglowodany: 263.08 g; Cukier: 16.28 g Błonnik spożywczy: 36.55 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) • Sztuka mięsa schab wieprzowy gotowany 100g • 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 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: 11104.22 KJ / 2641.4 Kcal; Białko: 99.29 g; Tłuszcz: 84.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 12.37 g; Sód: 866.64 mg; Węglowodany: 396.4 g; Cukier: 43.28 g Błonnik spożywczy: 24.28 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) • Sztuka mięsa schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g • Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g • Sos pieczeniowy z natką pietruszki 100g (1) (7) • 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 • Twarożek z natką pietruszki 80g (7) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 100g (1) (7) (3)
Wartości odżywcze		
Energia: 13032.76 KJ / 3117.2 Kcal; Białko: 118.45 g; Tłuszcz: 111.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24.32 g; Sód: 972.96 mg; Węglowodany: 412.17 g; Cukier: 64.62 g Błonnik spożywczy: 23.74 g;		

Jadłospis na czwartek 2025-03-13

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

Dieta łatwostrawna (3p) (2)

• Śniadanie

- Bułka pszenna 100g (1)
- Mięso tłuszczowe 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

• Obiad

- Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g (9) (7) (1)
- Gulasz z szynki wieprzowej duszony 150g (1) (7)
- Ryż biały gotowany 200g
- Surówka z buraczków i jabłek z olejem 120g
- Herbata owocowa 250g

• Kolacja

- Chleb pszenno-żytni 120g (1)
- Mięso tłuszczowe 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: 9607.14 KJ / 2309.77 Kcal; **Białko:** 88.31 g; **Tłuszcz:** 61.9 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 16 g; **Sód:** 765.63 mg; **Węglowodany:** 351.89 g; **Cukier:** 43.19 g **Błonnik spożywczy:** 22.15 g;

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

• Śniadanie

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

• 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

• Kolacja

- Chleb pszenno-żytni 120g (1)
- Mięso tłuszczowe 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: 7647.27 KJ / 1840.21 Kcal; **Białko:** 70.89 g; **Tłuszcz:** 42.15 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 12.06 g; **Sód:** 787.66 mg; **Węglowodany:** 287.61 g; **Cukier:** 40.55 g **Błonnik spożywczy:** 17.81 g;

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

• Śniadanie

- Mięso tłuszczowe 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)

• Obiad

- Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g (9) (7) (1)
- 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

• Kolacja

- Mięso tłuszczowe 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, mięso tłuszczowe 5g, twaróg 30g, sałata 15g, pomidor 50g + h b/c 250ml 420g (7) (1) (4) (8)

Wartości odżywcze

Energia: 9416.82 KJ / 2264.98 Kcal; **Białko:** 97.18 g; **Tłuszcz:** 77.57 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 24.15 g; **Sód:** 1776.17 mg; **Węglowodany:** 289.61 g; **Cukier:** 17.32 g **Błonnik spożywczy:** 41.3 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) • Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g • Herbata z cukrem 250g • Szyńka 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: 8930.51 Kj / 2132.55 Kcal; **Białko:** 80.06 g; **Tłuszcz:** 31.42 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 7.49 g; **Sód:** 770.66 mg; **Węglowodany:** 387.43 g; **Cukier:** 50.43 g **Błonnik spożywczy:** 22.27 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 jaglana na mleku 2% 400g (7) • Szyńka 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: 9844.69 Kj / 2364.32 Kcal; **Białko:** 89.77 g; **Tłuszcz:** 69.84 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 24.43 g; **Sód:** 1182.75 mg; **Węglowodany:** 344.59 g; **Cukier:** 50.41 g **Błonnik spożywczy:** 23.35 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 2025-03-14

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 - 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• Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z olejem 120g• Herbata owocowa 250g | <ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Chleb pszenno-żytny 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: 10024.78 Kj / 2410.65 Kcal; **Białko:** 104.83 g; **Tłuszcz:** 74.82 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 24.98 g; **Sód:** 870.4 mg; **Węglowodany:** 329.42 g; **Cukier:** 44.08 g **Błonnik spożywczy:** 20.82 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• Twarożek z natką pietruszki 100g (7)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Owoc pieczony 1 szt. 100g | <ul style="list-style-type: none">• 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 | <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: 9309.51 Kj / 2238.99 Kcal; **Białko:** 99.65 g; **Tłuszcz:** 69.28 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 21.99 g; **Sód:** 343.97 mg; **Węglowodany:** 301.83 g; **Cukier:** 46.87 g **Błonnik spożywczy:** 18.83 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 - ryż na mleku 400g (7)• Twarożek z natką pietruszki 100g (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)• 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) | <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• Rzodkiewki 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: 9227.13 Kj / 2225.08 Kcal; **Białko:** 99.74 g; **Tłuszcz:** 69.58 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 22.66 g; **Sód:** 1757.4 mg; **Węglowodany:** 283.57 g; **Cukier:** 13.18 g **Błonnik spożywczy:** 35.5 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) • 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: 10653 Kj / 2564.51 Kcal; **Białko:** 77.73 g; **Tłuszcz:** 66.95 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 10.21 g; **Sód:** 817.73 mg; **Węglowodany:** 414.88 g; **Cukier:** 42.73 g **Błonnik spożywczy:** 26.54 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: 10763.28 Kj / 2583.94 Kcal; **Białko:** 113.2 g; **Tłuszcz:** 77.03 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 30.42 g; **Sód:** 989.77 mg; **Węglowodany:** 352.93 g; **Cukier:** 47.85 g **Błonnik spożywczy:** 22.14 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 2025-03-15

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)• 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)• Pulpet drobiowy z indyka pieczony 100g (1) (3)• 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)• Miks tłuszczowy 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: 10666.93 Kj / 2593.5 Kcal; Białko: 95.07 g; Tłuszcz: 70.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 22.17 g; Sód: 908.73 mg; Węglowodany: 389.09 g; Cukier: 40 g Błonnik spożywczy: 25.4 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• 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)• Pulpet drobiowy z indyka gotowany 100g (1) (3)• 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)• Miks tłuszczowy 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: 8933.53 Kj / 2187.59 Kcal; Białko: 76.34 g; Tłuszcz: 46.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 12.43 g; Sód: 961.09 mg; Węglowodany: 356.96 g; Cukier: 40 g Błonnik spożywczy: 23.96 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) • Pulpet drobiowy z indyka pieczony 100g (1) (3) • Kasza gryczana gotowana 200g • Sos pieczeniowy z natką pietruszki 100g (1) (7) • Surówka z kapusty kiszzonej 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 • 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: 9779.34 Kj / 2346.31 Kcal; **Białko:** 94.25 g; **Tłuszcz:** 73.69 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 17.8 g; **Sód:** 2114.82 mg; **Węglowodany:** 311.06 g; **Cukier:** 19.74 g **Błonnik spożywczy:** 40.31 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) • Pulpet drobiowy z indyka pieczony 100g (1) (3) • 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-jarzywna 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: 10115.13 Kj / 2379.56 Kcal; **Białko:** 84.81 g; **Tłuszcz:** 58.8 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 8.21 g; **Sód:** 912.3 mg; **Węglowodany:** 409.31 g; **Cukier:** 46.66 g **Błonnik spożywczy:** 29.16 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) • Pulpet drobiowy z indyka pieczony 100g (1) (3) • 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 • 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: 11631.88 Kj / 2784.16 Kcal; **Białko:** 99.78 g; **Tłuszcz:** 75.69 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 22.76 g; **Sód:** 1081.2 mg; **Węglowodany:** 412.08 g; **Cukier:** 49.99 g **Błonnik spożywczy:** 25.65 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
Klaudia Lefek

Jadłospis na niedzielę 2025-03-16

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

Dieta łatwostrawna (3p) (2)

• 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

• 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

• Kolacja

- Chleb pszenno-żytni 120g (1)
- Mięso tłuszczowe 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: 8635.55 KJ / 2260.13 Kcal; **Białko:** 90.95 g; **Tłuszcz:** 67.3 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 15.16 g; **Sód:** 705.58 mg; **Węglowodany:** 325.07 g; **Cukier:** 43.7 g **Błonnik spożywczy:** 20.56 g;

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

• Śniadanie

- Bułka pszenna 100g (1)
- Mięso tłuszczowe do smarowania 5g (7)
- Jogurt naturalny 150g (7)
- Twaróg chudy 40g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Marmolada wieloowocowa 40g
- Owoc pieczony 1 szt. 100g

• 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

• Kolacja

- Bułka pszenna 100g (1)
- Mięso tłuszczowe 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: 7064.68 KJ / 1874.48 Kcal; **Białko:** 84.06 g; **Tłuszcz:** 36.53 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 9.06 g; **Sód:** 270.01 mg; **Węglowodany:** 297.12 g; **Cukier:** 45.37 g **Błonnik spożywczy:** 17.51 g;

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

• Śniadanie

- Mięso tłuszczowe 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)

• 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

• Kolacja

- Mięso tłuszczowe do smarowania 10g (7)
- Herbata bez cukru 250g
- Polędwica drobiowa Ani 50g (6)
- Sałata zielona 10g
- Ogórek kiszony krojony 40g
- PN: chleb razowy 50g, mięso tłuszczowe 5g, twaróg 30g, sałata 15g, pomidor 50g + h b/c 250ml 150g (7) (1) (4) (8)
- Chleb razowy 100g (1)

Wartości odżywcze

Energia: 8412.71 KJ / 2025.04 Kcal; **Białko:** 73.21 g; **Tłuszcz:** 75.95 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 20.15 g; **Sód:** 1996.53 mg; **Węglowodany:** 254.91 g; **Cukier:** 17.12 g **Błonnik spożywczy:** 35.85 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
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 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenno-żytni 120g (1) • Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 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: 9899.96 Kj / 2366.09 Kcal; Białko: 78.21 g; Tłuszcz: 47.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 11.68 g; Sód: 878.73 mg; Węglowodany: 410.81 g; Cukier: 56.94 g Błonnik spożywczy: 24.91 g;		

Dieta łatwostrawna położnicza (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 • Podwieczorek • Owoc 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • 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: serek wiejski 200g 200g (7)
Wartości odżywcze		
Energia: 8397.7 Kj / 2194.11 Kcal; Białko: 90.46 g; Tłuszcz: 56.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 16.16 g; Sód: 740.77 mg; Węglowodany: 336.21 g; Cukier: 53.63 g Błonnik spożywczy: 23.52 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

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