

Jadłospis na poniedziałek 2025-04-21

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 polędwica sopocka wieprzowa 50g (1) (6)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Owoc 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa rosół z makaronem 400g (9) (1)
- Udo z kurczaka gotowane 150g
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Sałata z pomidorem w jogurcie 120g (7)
- Ciasto strucla serowa 100g (1) (3) (6) (7) (11)
- Herbata owocowa 250g

• 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: jogurt naturalny 150g (7)

Wartości odżywcze

Energia: 10004.92 KJ / 2394.38 Kcal; **Białko:** 102.26 g; **Tłuszcz:** 65.03 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 19.64 g; **Sód:** 876.23 mg; **Węglowodany:** 320.98 g; **Cukier:** 39.47 g **Błonnik spożywczy:** 18.32 g;

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

• 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

• Obiad

- Bulion warzywny z makaronem i natką pietruszki 400g (9) (1)
- Udo z kurczaka gotowane bez skóry 150g
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Marchew z cukinią gotowane na parze z natką pietruszki 120g
- Herbata owocowa 250g

• 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: jogurt naturalny 150g (7)

Wartości odżywcze

Energia: 7892.34 KJ / 1894.18 Kcal; **Białko:** 83.6 g; **Tłuszcz:** 54.91 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 14.72 g; **Sód:** 366.75 mg; **Węglowodany:** 258.9 g; **Cukier:** 38.5 g **Błonnik spożywczy:** 15.54 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 polędwica sopocka wieprzowa 50g (1) (6)
- Sałata zielona 10g
- Ogórek kiszony krojony 40g
- Owoc 1 szt. 100g
- Chleb razowy 100g (1)

• Obiad

- Zupa rosół z makaronem razowym i natką pietruszki 400g (9) (1)
- Udo z kurczaka gotowane 150g
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Sałata z pomidorem w jogurcie 120g (7)
- Herbata owocowa bez cukru 250g
- Podwieczorek
- Owoc 1 szt. 100g

• Kolacja

- Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)
- Herbata bez cukru 250g
- Polędwica drobiowa Ani 50g (6)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Chleb razowy 100g (1)
- PN: chleb razowy 50g, miks tłuszczowy 5g, jajo 50g, sałata 15g, ogórek kiszony 50g + herbata b/c 250ml 420g (7) (1) (3)

Wartości odżywcze

Energia: 8076.68 KJ / 1941.92 Kcal; **Białko:** 88.35 g; **Tłuszcz:** 65.31 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 18.81 g; **Sód:** 2057.18 mg; **Węglowodany:** 244.73 g; **Cukier:** 15.84 g **Błonnik spożywczy:** 33.84 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 Lejek
Klaudia Lejek

Dieta łatwostrawna bezmleczna (2/ML)

• 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
- Zupa - kasza kukurydziana na wywarze warzywnym 400g (9)
- Owoc pieczony 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa rosół z makaronem 400g (9) (1)
- Udo z kurczaka gotowane 150g
- 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: Kisiel owocowy 250g

Wartości odżywcze

Energia: 9968.74 Kj / 2386.2 Kcal; **Białko:** 93.38 g; **Tłuszcz:** 62.49 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 13.45 g; **Sód:** 902.48 mg; **Węglowodany:** 368.36 g; **Cukier:** 46 g **Błonnik spożywczy:** 24.47 g;

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

• 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

• Obiad

- Zupa rosół z makaronem 400g (9) (1)
- Udo z kurczaka gotowane 150g
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Marchew z cukinią gotowane na parze z natką pietruszki 120g
- Ciasto strucla serowa 100g (1) (3) (6) (7) (11)
- Herbata owocowa 250g

• Podwieczorek

- Owoc 1 szt. 100g

• 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: jogurt naturalny 150g (7)

Wartości odżywcze

Energia: 10677.5 Kj / 2560.69 Kcal; **Białko:** 101.54 g; **Tłuszcz:** 78.78 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 23.86 g; **Sód:** 929.97 mg; **Węglowodany:** 332.24 g; **Cukier:** 46.76 g **Błonnik spożywczy:** 21.72 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 2025-04-22

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• 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• Polędwica drobiowa Ani 50g (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: Kefir 150g (7) |
|---|---|--|

Wartości odżywcze

Energia: 11167.88 Kj / 2675 Kcal; **Białko:** 89 g; **Tłuszcz:** 61.39 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 20.37 g; **Sód:** 2061.58 mg; **Węglowodany:** 443.21 g; **Cukier:** 45.78 g **Błonnik spożywczy:** 25.32 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 100g (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 cukiniowa (wywar z warzyw) 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• 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 (7) |
|---|---|---|

Wartości odżywcze

Energia: 8270.52 Kj / 1975.79 Kcal; **Białko:** 76.94 g; **Tłuszcz:** 33.9 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 11.73 g; **Sód:** 165.22 mg; **Węglowodany:** 345.94 g; **Cukier:** 47.12 g **Błonnik spożywczy:** 17.81 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 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• 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• Chleb razowy 100g (1)• PN: chleb razowy 50g, miks tłuszczowy 5g, polędwica drobiowa Ani 30g, sałata 15g, pomidor 50g + h b/c 250ml 420g (7) (1) (4) (8) |
|--|---|--|

Wartości odżywcze

Energia: 9317.48 Kj / 2240.13 Kcal; **Białko:** 80.6 g; **Tłuszcz:** 77.92 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 23.77 g; **Sód:** 1810.72 mg; **Węglowodany:** 298.48 g; **Cukier:** 18.32 g **Błonnik spożywczy:** 41.23 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)

• Śniadanie

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

• Obiad

- Zupa cukiniowa bez mleka 400g (9) (1)
- Makaron z mięsem i warzywami 350g (1) (9)
- Herbata owocowa 250g
- Owoc pieczony 1 szt. 100g

• 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

Wartości odżywcze

Energia: 9817.91 Kj / 2343.27 Kcal; **Białko:** 71.61 g; **Tłuszcz:** 41.98 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 7.81 g; **Sód:** 691.17 mg; **Węglowodany:** 431.15 g; **Cukier:** 47.32 g **Błonnik spożywczy:** 24.61 g;

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

• Śniadanie

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

• 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
- 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 (7)

Wartości odżywcze

Energia: 11802.14 Kj / 2815.3 Kcal; **Białko:** 97.13 g; **Tłuszcz:** 57.41 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 26.11 g; **Sód:** 2121.41 mg; **Węglowodany:** 480.34 g; **Cukier:** 54.46 g **Błonnik spożywczy:** 24.79 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 środa 2025-04-23

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)• Szyńka delikatesowa z kurcząt 50g (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Owoc 1 szt. 100g | <ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g (9) (7) (1)• Gulasz z indyka duszony 150g (1) (7)• Kasza jęczmienna wiejska gotowana 200g (1)• Marchew z groszkiem gotowana na parze z masłem 120g (1) (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: Ciasto drożdżowe 100g (1) (7) (3) |
|--|--|--|

Wartości odżywcze

Energia: 12454.42 KJ / 2966.57 Kcal; **Białko:** 105.38 g; **Tłuszcz:** 92.17 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 24.38 g; **Sód:** 822.5 mg; **Węglowodany:** 424.95 g; **Cukier:** 64.21 g **Błonnik spożywczy:** 26.85 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• Szyńka delikatesowa z kurcząt 50g (6)• 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)• Gulasz z indyka duszony 150g (1) (7)• Kasza jęczmienna wiejska gotowana 200g (1)• Warzywa po grecku z masłem i natką pietruszki 120g (1) (9) (7)• 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: 10735.05 KJ / 2558.91 Kcal; **Białko:** 88.57 g; **Tłuszcz:** 75.25 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 14.03 g; **Sód:** 254.37 mg; **Węglowodany:** 374.97 g; **Cukier:** 63.28 g **Błonnik spożywczy:** 22.11 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)• Szyńka delikatesowa z kurcząt 50g (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Owoc 1 szt. 100g• Chleb razowy 100g (1) | <ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g (9) (7) (1)• Gulasz z indyka duszony 150g (1) (7)• Kasza gryczana gotowana 200g• Surówka z ogórków kiszonych, papryki i cebulki 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• Papryka czerwona świeża 40g• Chleb razowy 100g (1)• PN: chleb razowy 50g, miks tłuszczowy 5g, ser żółty 30g, sałata 15g, pomidor 50g+ herbata b/c 250ml 420g (7) (1) |
|--|--|--|

Wartości odżywcze

Energia: 9656.08 KJ / 2320.36 Kcal; **Białko:** 102.24 g; **Tłuszcz:** 80.8 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 23.95 g; **Sód:** 2085.24 mg; **Węglowodany:** 278.24 g; **Cukier:** 15.81 g **Błonnik spożywczy:** 38.02 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)• Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g• Herbata z cukrem 250g• Zupa bezmleczna - płatki owsiane na wywarze warzywnym 400g (9) (1)• Szyńka delikatesowa z kurcząt 50g (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Owoc pieczony 1 szt. 100g | <ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa z dyni z natką pietruszki bez mleka 400g (9) (1)• Indyk gotowany 100g w warzywach (marchew, pietruszka, seler, natka) 120g 220g (9)• Kasza jęczmienna wiejska gotowana 200g (1)• Herbata owocowa 250g | <ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Chleb pszenny 120g (1)• Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g• Herbata z cukrem 250g• Połędwica drobiowa Ani 50g (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: Wafle ryżowe 40g• Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1) |
|---|---|--|

Wartości odżywcze

Energia: 8783.58 Kj / 1998.87 Kcal; **Białko:** 78.85 g; **Tłuszcz:** 29.16 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 7.21 g; **Sód:** 787.11 mg; **Węglowodany:** 373.85 g; **Cukier:** 44 g **Błonnik spożywczy:** 27.13 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 - płatki owsiane na mleku 400g (7) (1)• Szyńka delikatesowa z kurcząt 50g (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Owoc 1 szt. 100g | <ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa z dyni z natką pietruszki 400g (9) (1) (7)• Gulasz z indyka duszony 150g (1) (7)• Kasza jęczmienna wiejska gotowana 200g (1)• Warzywa po grecku z masłem i natką pietruszki 120g (1) (9) (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• Twarożek z natką pietruszki 80g (7)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 100g (1) (7) (3) |
|---|--|---|

Wartości odżywcze

Energia: 12453.3 Kj / 2970.44 Kcal; **Białko:** 102.8 g; **Tłuszcz:** 91.35 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 23.14 g; **Sód:** 899.27 mg; **Węglowodany:** 423.35 g; **Cukier:** 64.24 g **Błonnik spożywczy:** 26.66 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 2025-04-24

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 jaglana na mleku 2% 400g (7)• Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g (3) (7)• Pomidor 40g• Sałata zielona 10g• 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• Wędlina polędwica sopocka wieprzowa 50g (1) (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: Sałatka jarzynowa z ryżem 150g |
|---|---|--|

Wartości odżywcze

Energia: 10180.79 KJ / 2456.87 Kcal; **Białko:** 94.61 g; **Tłuszcz:** 86.5 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 17.33 g; **Sód:** 819.9 mg; **Węglowodany:** 328.51 g; **Cukier:** 42.09 g **Błonnik spożywczy:** 21.78 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)• Pomidor 40g• Sałata zielona 10g• 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• Bukiet jarzyn (marchew, seler, pietruszka) gotowany 120g (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• Wędlina polędwica sopocka wieprzowa 50g (1) (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g (7) |
|--|---|--|

Wartości odżywcze

Energia: 7835.46 KJ / 1878.86 Kcal; **Białko:** 89.52 g; **Tłuszcz:** 47.56 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 13.08 g; **Sód:** 358.21 mg; **Węglowodany:** 269.15 g; **Cukier:** 43.82 g **Błonnik spożywczy:** 16.45 g;

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

- | | | |
|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Śniadanie• Mięso tłuszczone do smarowania 10g (7)• Herbata bez cukru 250g• Zupa mleczna - kasza jaglana na mleku 2% 400g (7)• 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• Mięso tłuszczone do smarowania 10g (7)• Herbata bez cukru 250g• Wędlina polędwica sopocka wieprzowa 50g (1) (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Chleb razowy 100g (1)• PN: chleb razowy 50g, mięso tłuszczone 5g, twaróg 30g, sałata 15g, rzodkiewka 50g + herbata b/c 250ml 420g (7) (1) (4) (8) |
|--|---|---|

Wartości odżywcze

Energia: 9292.63 KJ / 2243.97 Kcal; **Białko:** 91.99 g; **Tłuszcz:** 90.59 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 18.44 g; **Sód:** 1387.74 mg; **Węglowodany:** 261.4 g; **Cukier:** 16.25 g **Błonnik spożywczy:** 35.97 g;

Dieta łatwostrawna bezmleczna (2/ML)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • Herbata z cukrem 250g • Pasta z białka jaja z natką pietruszki bez mleka 50g (3) • Pomidor 40g • Sałata zielona 10g • Zupa - kasza jaglana na wywarze warzywnym 400g (9) • Owoc 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa pomidorowa z makaronem bez mleka 400g (9) (1) • Sztuka mięsa schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g • Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g • Bukiet jarzyn (marchew, seler, pietruszka) gotowany 120g (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 • Wędlina polędwica sopocka wieprzowa 50g (1) (6) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1) • Posiłek nocny: Kisiel owocowy 250g
---	---	--

Wartości odżywcze

Energia: 10213.37 KJ / 2457.58 Kcal; **Białko:** 97.01 g; **Tłuszcz:** 66.16 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 10.01 g; **Sód:** 877.92 mg; **Węglowodany:** 373.63 g; **Cukier:** 51.31 g **Błonnik spożywczy:** 23.08 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) • Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g (3) (7) • Pomidor 40g • Sałata zielona 10g • 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) • Bukiet jarzyn (marchew, seler, pietruszka) gotowany 120g (9) • 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 • Wędlina polędwica sopocka wieprzowa 50g (1) (6) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Posiłek nocny: Sałatka jarzynowa z ryżem 150g
---	--	---

Wartości odżywcze

Energia: 10006.28 KJ / 2404.56 Kcal; **Białko:** 94.71 g; **Tłuszcz:** 76.49 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 20.1 g; **Sód:** 858.26 mg; **Węglowodany:** 340.4 g; **Cukier:** 54.3 g **Błonnik spożywczy:** 24.06 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 piątek 2025-04-25

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 brokułowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7)• Filet rybny z tilapii pieczony 100g (4) (1)• Ziemniaki gotowane z koperkiem 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• 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: 9831.88 Kj / 2360.32 Kcal; **Białko:** 105.99 g; **Tłuszcz:** 68.88 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 24.56 g; **Sód:** 880.48 mg; **Węglowodany:** 329.75 g; **Cukier:** 40.58 g **Błonnik spożywczy:** 21.02 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 koperkowa z ziemniakami (wywar z warzyw) 400g (9) (1)• Filet rybny z tilapii pieczony 100g (4) (1)• Ziemniaki gotowane z koperkiem 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• 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: 9051.32 Kj / 2178.25 Kcal; **Białko:** 98.17 g; **Tłuszcz:** 68.07 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 21.32 g; **Sód:** 319.94 mg; **Węglowodany:** 290.32 g; **Cukier:** 39.99 g **Błonnik spożywczy:** 16.96 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 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (4p) (6/S)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Mięso tłuszczone 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 brokułowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7) • Filet rybny z tilapii pieczony 100g (4) (1) • Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g • Surówka z buraczków i jabłek z olejem 120g • Herbata owocowa bez cukru 250g • Podwieczorek • Jogurt naturalny 150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Mięso tłuszczone do smarowania 10g (7) • Herbata bez cukru 250g • Pasta jajeczna z natką pietruszki 80g (3) (7) • Sałata zielona 10g • Rzodkiewki 40g • Chleb razowy 100g (1) • PN: chleb razowy 50g, mięso tłuszczone 5g, ser żółty 30g, sałata 15g, pomidor 50g+ herbata b/c 250ml 420g (7) (1)
---	---	--

Wartości odżywcze

Energia: 9021.29 Kj / 2172.1 Kcal; **Białko:** 99.34 g; **Tłuszcz:** 64.56 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 22.25 g; **Sód:** 1767.48 mg; **Węglowodany:** 283.9 g; **Cukier:** 9.68 g **Błonnik spożywczy:** 35.7 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 • Zupa - ryż na wywarze warzywnym 400g (9) • Owoc pieczony 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (9) (1) • Filet rybny z tilapii pieczony 100g (4) (1) • 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 • Pasta z białka jaja z natką pietruszki bez mleka 50g (3) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 30g • Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1)
---	---	--

Wartości odżywcze

Energia: 10363.61 Kj / 2491.76 Kcal; **Białko:** 71.93 g; **Tłuszcz:** 59.1 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 8.74 g; **Sód:** 785.15 mg; **Węglowodany:** 421.68 g; **Cukier:** 38.85 g **Błonnik spożywczy:** 27.33 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 - 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 koperkowa z ziemniakami 400g (9) (1) • Filet rybny z tilapii pieczony 100g (4) (1) • Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g • Buraczki tarte gotowane 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 • 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: 10505.09 Kj / 2523.2 Kcal; **Białko:** 111.73 g; **Tłuszcz:** 75.83 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 29.75 g; **Sód:** 965.74 mg; **Węglowodany:** 341.42 g; **Cukier:** 40.98 g **Błonnik spożywczy:** 20.27 g;

mgr inż. dietetyki
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 sobota 2025-04-26

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

Dieta łatwostrawna (3p) (2)

- | | | |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Śniadanie• Bułka pszenna 100g (1)• Mięso tłuszczowe 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 barszcz czerwony z ziemniakami 400g (9) (1) (7)• Pulpet wieprzowy pieczony 100g (1) (3)• Ryż biały gotowany 200g• Sos koperkowy 100g (1) (7)• Sałata z pomidorem i koperkiem z olejem 120g• Herbata owocowa 250g | <ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Chleb pszenno-żytni 120g (1)• Mięso tłuszczowe do smarowania 10g (7)• Herbata z cukrem 250g• Twarożek z natką pietruszki 80g (7)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g (7) |
|---|--|---|

Wartości odżywcze

Energia: 10304.48 Kj / 2470.56 Kcal; **Białko:** 91.37 g; **Tłuszcz:** 74.26 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 18.96 g; **Sód:** 870.21 mg; **Węglowodany:** 367.3 g; **Cukier:** 65.14 g **Błonnik spożywczy:** 20.34 g;

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

- | | | |
|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Śniadanie• Bułka pszenna 100g (1)• Mięso tłuszczowe 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)• Pulpet wieprzowy pieczony 100g (1) (3)• Ryż biały gotowany 200g• Sos koperkowy 100g (1) (7)• Warzywa po grecku z masłem i natką pietruszki 120g (1) (9) (7)• Herbata owocowa 250g | <ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Bułka pszenna 100g (1)• Mięso tłuszczowe do smarowania 5g (7)• Herbata z cukrem 250g• Twarożek z natką pietruszki 80g (7)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g (7) |
|---|--|--|

Wartości odżywcze

Energia: 9035.34 Kj / 2162.28 Kcal; **Białko:** 84.85 g; **Tłuszcz:** 61.08 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 16.36 g; **Sód:** 348.63 mg; **Węglowodany:** 324.54 g; **Cukier:** 63.24 g **Błonnik spożywczy:** 17.32 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 - kasza kukurydziana na mleku 400g (7) • Wędlina połędwica sopocka wieprzowa 50g (1) (6) • Sałata zielona 10g • Ogórek kiszony krojony 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) • Pulpet wieprzowy pieczony 100g (1) (3) • Ryż brązowy gotowany 200g • Sos koperkowy 100g (1) (7) • 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 • Twarożek z natką pietruszki 80g (7) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Chleb razowy 100g (1) • PN: chleb razowy 50g, miks tłuszczowy 5g, jajo 50g, sałata 15g, ogórek kiszony 50g + herbata b/c 250ml 420g (7) (1) (3)
---	--	--

Wartości odżywcze

Energia: 9566.85 KJ / 2304.19 Kcal; **Białko:** 91.78 g; **Tłuszcz:** 80.53 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 20.93 g; **Sód:** 2091.38 mg; **Węglowodany:** 305.7 g; **Cukier:** 20.44 g **Błonnik spożywczy:** 40.56 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 • Wędlina połędwica 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) • Pulpet wieprzowy pieczony 100g (1) (3) • Ryż biały gotowany 200g • Sos koperkowy bez mleka 100g (1) • Warzywa po grecku - dieta 120g (9) (1) • 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
--	---	--

Wartości odżywcze

Energia: 10601.89 KJ / 2499.29 Kcal; **Białko:** 89.02 g; **Tłuszcz:** 65.56 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 10.96 g; **Sód:** 860.87 mg; **Węglowodany:** 423.62 g; **Cukier:** 44.42 g **Błonnik spożywczy:** 27.4 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 połędwica 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) • Pulpet wieprzowy pieczony 100g (1) (3) • Ryż biały gotowany 200g • Sos koperkowy 100g (1) (7) • Warzywa po grecku z masłem i natką pietruszki 120g (1) (9) (7) • 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 • Twarożek z natką pietruszki 80g (7) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g (7)
---	---	--

Wartości odżywcze

Energia: 10528.5 KJ / 2520.09 Kcal; **Białko:** 92.21 g; **Tłuszcz:** 76.75 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 23.61 g; **Sód:** 902.7 mg; **Węglowodany:** 374.88 g; **Cukier:** 71.5 g **Błonnik spożywczy:** 23.5 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 niedzielę 2025-04-27

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 wielowocowa 40g
- Owoc 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa grysikowa z ziemniakami z zieleńką 400g (9) (1)
- Potrawka z kurczaka z koprem duszona 150g (1) (7) (9)
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Bukiet warzyw (marchew, brokuł, kalafior) gotowanych na parze z tłuszczem 120g (7)
- Herbata owocowa 250g

• 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 (7)

Wartości odżywcze

Energia: 8463.84 KJ / 2205.77 Kcal; **Białko:** 91.5 g; **Tłuszcz:** 56.34 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 20.01 g; **Sód:** 699.67 mg; **Węglowodany:** 338.56 g; **Cukier:** 43.7 g **Błonnik spożywczy:** 22.24 g;

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

• Śniadanie

- Bułka pszenna 100g (1)
- Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)
- Jogurt naturalny 100g (7)
- Twaróg chudy 40g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Marmolada wielowocowa 40g
- Owoc 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa grysikowa z ziemniakami z zieleńką (wywar z warzyw) 400g (9) (1)
- Potrawka z kurczaka z koprem duszona 150g (1) (7) (9)
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Marchew z cukinią gotowane na parze z natką pietruszki 120g
- Herbata owocowa 250g

• 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 (7)

Wartości odżywcze

Energia: 7297.84 KJ / 1932.71 Kcal; **Białko:** 82.91 g; **Tłuszcz:** 43.55 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 9.53 g; **Sód:** 201.88 mg; **Węglowodany:** 308.64 g; **Cukier:** 42.74 g **Błonnik spożywczy:** 18.35 g;

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

• 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
- Papryka czerwona świeża 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
- Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 120g
- Herbata owocowa bez cukru 250g
- Podwieczorek
- Jogurt naturalny 150g (7)

• Kolacja

- Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)
- Herbata bez cukru 250g
- Polędwica drobiowa Ani 50g (6)
- 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: 8460.62 KJ / 2033.54 Kcal; **Białko:** 76.14 g; **Tłuszcz:** 71.34 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 21.51 g; **Sód:** 2079.75 mg; **Węglowodany:** 260.26 g; **Cukier:** 13.41 g **Błonnik spożywczy:** 36.15 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

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 • Zupa bezmleczna - płatki owsiane na wywarze warzywnym 400g (9) (1) • Marmolada wieloowocowa 50g • Owoc 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa grysikowa z ziemniakami z zielenią 400g (9) (1) • Potrawka z kurczaka z koprem duszona bez mleka 150g (1) (9) • 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 • Posiłek nocny: Kisiel owocowy 250g • Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1)
--	--	---

Wartości odżywcze

Energia: 8891.61 Kj / 2120.49 Kcal; **Białko:** 62.18 g; **Tłuszcz:** 35.95 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 7.12 g; **Sód:** 797.25 mg; **Węglowodany:** 394.09 g; **Cukier:** 47.23 g **Błonnik spożywczy:** 24.95 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 kurczaka z koprem duszona 150g (1) (7) (9) • Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g • Marchew z cukinią gotowane na parze z natką pietruszki 120g • Herbata owocowa 250g • Podwieczorek • Jogurt owocowy 150g (7) 	<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 (7)
---	---	--

Wartości odżywcze

Energia: 9081.29 Kj / 2359.14 Kcal; **Białko:** 92.83 g; **Tłuszcz:** 62.54 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 17.31 g; **Sód:** 827.03 mg; **Węglowodany:** 360.4 g; **Cukier:** 64.7 g **Błonnik spożywczy:** 23.35 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

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 exelsa</i>), pistacje (<i>Pistacia vera</i>), orzechy makadamie lub orzechy Queensland (<i>Macadamia ternifolia</i>) i produkty pochodne Seler zwyczajny i produkty pochodne
9	Gorzczyca i produkty pochodne
10	Nasiona sezamu i produkty pochodne
11	Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO ₂
12	Łubin i produkty pochodne
13	Mięczaki i produkty pochodne
14	