

Jadłospis na poniedziałek 2025-03-03

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

Dieta łatwostrawna (3p) (2)

• Śniadanie

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

• Obiad

- Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7)
- Gulasz z szynki wieprzowej duszony 150g (1) (7)
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Surówka z marchwi i jabłka z olejem 120g
- Herbata owocowa 250g

• 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: 11526.94 Kj / 2752.8 Kcal; **Białko:** 91.66 g; **Tłuszcz:** 84.8 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 15.63 g; **Sód:** 1532.21 mg; **Węglowodany:** 414.64 g; **Cukier:** 66.24 g **Błonnik spożywczy:** 27.7 g;

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

• Śniadanie

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

• Obiad

- Zupa cukiniowa (wywar z warzyw) 400g (9) (1) (7)
- Gulasz z szynki wieprzowej duszony 150g (1) (7)
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Marchew gotowana na parze 120g
- Herbata owocowa 250g

• Kolacja

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

Wartości odżywcze

Energia: 9553.78 Kj / 2269.92 Kcal; **Białko:** 92.98 g; **Tłuszcz:** 59.15 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 11.12 g; **Sód:** 587.82 mg; **Węglowodany:** 348.45 g; **Cukier:** 63.89 g **Błonnik spożywczy:** 18.72 g;

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

• Śniadanie

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

• Obiad

- Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7)
- Gulasz z szynki wieprzowej duszony 150g (1) (7)
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Surówka z marchwi i jabłka z olejem 120g
- Herbata owocowa bez cukru 250g
- Podwieczorek
- Jogurt naturalny 150g (7)

• Kolacja

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

Wartości odżywcze

Energia: 8998.9 Kj / 2170.73 Kcal; **Białko:** 90.82 g; **Tłuszcz:** 67.23 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 19.91 g; **Sód:** 2884.91 mg; **Węglowodany:** 289.45 g; **Cukier:** 14.34 g **Błonnik spożywczy:** 39.79 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 polędwica sopocka wieprzowa 50g (1) (6) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Zupa - kasza kukurydziana na wywarze warzywnym 400g (9) • Owoc 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa cukiniowa bez mleka 400g (9) (1) • Gulasz z szynki wieprzowej duszony bez mleka 150g (1) • Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g • Marchew gotowana na parze 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 • Pasta rybno-jarzynowa 150g (4) (9) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 30g 30g • Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1)
---	--	--

Wartości odżywcze

Energia: 9185.5 Kj / 2194.39 Kcal; **Białko:** 90.52 g; **Tłuszcz:** 36.25 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 8.68 g; **Sód:** 1162.41 mg; **Węglowodany:** 386.2 g; **Cukier:** 43.86 g **Błonnik spożywczy:** 29.75 g;

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

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • Masło ekstra 82% 10g (7) • Herbata z cukrem 250g • Zupa mleczna - kasza kukurydziana na mleku 400g (7) • Wędlina polędwica sopocka wieprzowa 50g (1) (6) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Owoc 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa cukiniowa 400g (9) (1) (7) • Gulasz z szynki wieprzowej duszony 150g (1) (7) • Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g • 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: 11664.49 Kj / 2779.64 Kcal; **Białko:** 97.15 g; **Tłuszcz:** 84.58 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 23.26 g; **Sód:** 1197.63 mg; **Węglowodany:** 409.72 g; **Cukier:** 64.85 g **Błonnik spożywczy:** 26.85 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 wtorek 2025-03-04

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

Dieta łatwostrawna (3p) (2)

• Śniadanie

- Bułka pszenna 100g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Zupa mleczna - kasza manna na mleku 400g (1) (7)
- Kielbasa żywiecka 50g (6) (10)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Owoc 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa pomidorowa z ryżem 400g (9) (1) (7)
- Filet drobiowy z kurczaka gotowany 100g
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Sałata zielona z jogurtem 120g (7)
- Herbata owocowa 250g

• Kolacja

- Chleb pszenno-żytni 120g (1)
- Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Połędwica drobiowa Ani 50g (6)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Posiłek nocny: Kefir 150g 150g (7)

Wartości odżywcze

Energia: 8699.92 KJ / 2079.21 Kcal; **Białko:** 99.18 g; **Tłuszcz:** 50.58 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 17.49 g; **Sód:** 905.07 mg; **Węglowodany:** 307.53 g; **Cukier:** 43.29 g **Błonnik spożywczy:** 16.51 g;

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

• Śniadanie

- Bułka pszenna 100g (1)
- Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)
- Jogurt naturalny 150g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Szyunka delikatesowa z kurcząt 50g (6)
- Pomidor 40g
- Sałata zielona 10g
- Owoc pieczony 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa pomidorowa z ryżem (wywar z warzyw) 400g (7) (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)
- Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Połędwica drobiowa Ani 50g (6)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Posiłek nocny: Kefir 150g 150g (7)

Wartości odżywcze

Energia: 8051.67 KJ / 1935.61 Kcal; **Białko:** 93.52 g; **Tłuszcz:** 45.49 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 11.98 g; **Sód:** 344.26 mg; **Węglowodany:** 278 g; **Cukier:** 38.93 g **Błonnik spożywczy:** 16.12 g;

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

• Śniadanie

- Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)
- Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250g (1) (7)
- Kielbasa żywiecka 50g (6) (10)
- Sałata zielona 10g
- Papryka czerwona świeża 40g
- Chleb razowy 100g (1)
- Owoc 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400g (9) (1) (7)
- Filet drobiowy z kurczaka gotowany 100g
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Sałata zielona z jogurtem 120g (7)
- Herbata owocowa bez cukru 250g
- Podwieczorek
- Kefir 150g (7)

• Kolacja

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

Wartości odżywcze

Energia: 8270.25 KJ / 1984.64 Kcal; **Białko:** 95.38 g; **Tłuszcz:** 64.36 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 16.44 g; **Sód:** 1450.38 mg; **Węglowodany:** 251.58 g; **Cukier:** 12.93 g **Błonnik spożywczy:** 37.73 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 • Kielbasa żywiecka 50g (6) (10) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Owoc 1 szt. 100g • Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1) 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa pomidorowa z ryżem bez mleka 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 pszenno-żytni 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: 9933.93 KJ / 2384.34 Kcal; Białko: 86.91 g; Tłuszcz: 56.3 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 7.14 g; Sód: 816.19 mg; Węglowodany: 385.67 g; Cukier: 47.38 g Błonnik spożywczy: 24.06 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 manna na mleku 400g (1) (7) • Kielbasa żywiecka 50g (6) (10) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Owoc 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa pomidorowa z ryżem 400g (9) (1) (7) • Filet drobiowy z kurczaka gotowany 100g • 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) • Biskopki 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: 10077.84 KJ / 2413.63 Kcal; Białko: 102.74 g; Tłuszcz: 66.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 21.08 g; Sód: 994.27 mg; Węglowodany: 352.31 g; Cukier: 50.48 g Błonnik spożywczy: 20.28 g;		

mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek
 Klaudia Lefek

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

Jadłospis na środa 2025-03-05

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

Dieta łatwostrawna (3p) (2)

• Śniadanie

- Bułka pszenna 100g (1)
- Mięso tłuszczowe do smarowania 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

• Obiad

- Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7)
- Ryż biały z jabłkami prażonymi 300g (7)
- Sos jogurtowy 100g (7)
- Herbata owocowa 250g
- Owoc 1 szt. 100g

• 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: Ciasto drożdżowe 100g (1) (7) (3)

Wartości odżywcze

Energia: 11643.48 KJ / 2767 Kcal; **Białko:** 82.09 g; **Tłuszcz:** 70.84 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 18.27 g; **Sód:** 734.78 mg; **Węglowodany:** 459.06 g; **Cukier:** 72.41 g **Błonnik spożywczy:** 21.4 g;

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

• Śniadanie

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

• Obiad

- Zupa z dyni z natką pietruszki (wywar z warzyw) 400g (9) (1) (7)
- Ryż biały z jabłkami prażonymi 300g (7)
- Sos jogurtowy 100g (7)
- Herbata owocowa 250g
- Owoc 1 szt. 100g

• 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: Ciasto drożdżowe 100g (1) (7) (3)

Wartości odżywcze

Energia: 9961.8 KJ / 2361.81 Kcal; **Białko:** 70.21 g; **Tłuszcz:** 54.16 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 13.31 g; **Sód:** 178.42 mg; **Węglowodany:** 404.9 g; **Cukier:** 71.65 g **Błonnik spożywczy:** 16.95 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
- Chleb razowy 100g (1)
- Owoc 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7)
- Ryż brązowy z warzywami 350g
- Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 120g
- Herbata owocowa bez cukru 250g
- Podwieczorek
- Jogurt naturalny 150g (7)

• Kolacja

- Mięso tłuszczowe do smarowania 10g (7)
- Herbata bez cukru 250g
- Twarożek z natką pietruszki 80g (7)
- Sałata zielona 10g
- Rzodkiewki 40g
- Chleb razowy 100g (1)
- PN: chleb razowy 50g,mięso tłuszczowe 5g,jajo 50g,sałata 15g,pomidor 50g +herbata b/c 420g (7) (1) (3)

Wartości odżywcze

Energia: 9092.02 KJ / 2192.09 Kcal; **Białko:** 84.08 g; **Tłuszcz:** 74.22 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 24.93 g; **Sód:** 2137.85 mg; **Węglowodany:** 284.3 g; **Cukier:** 11.78 g **Błonnik spożywczy:** 42.09 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 • 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 z dyni z natką pietruszki bez mleka 400g (9) (1) • Ryż biały z warzywami 350g • Herbata owocowa 250g • Owoc 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 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: 8906.97 KJ / 2095.02 Kcal; **Białko:** 48.27 g; **Tłuszcz:** 41.98 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 6.79 g; **Sód:** 665.43 mg; **Węglowodany:** 408.59 g; **Cukier:** 47.2 g **Błonnik spożywczy:** 26.92 g;

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

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka pszenna 100g (1) • 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 z dyni z natką pietruszki 400g (9) (1) (7) • Ryż biały z jabłkami prażonymi 300g (7) • Sos jogurtowy 100g (7) • 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 • Twarożek z natką pietruszki 80g (7) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 100g (1) (7) (3)
---	--	--

Wartości odżywcze

Energia: 11443.05 KJ / 2716.74 Kcal; **Białko:** 85.13 g; **Tłuszcz:** 63.49 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 17.96 g; **Sód:** 823.62 mg; **Węglowodany:** 453.68 g; **Cukier:** 72.61 g **Błonnik spożywczy:** 21.5 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 czwartek 2025-03-06

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)• Polędwica sopocka wieprzowa 50g (6) (10)• Pomidor 40g• Sałata zielona 10g• Owoc 1 szt. 100g	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 400g (9) (1)• Makaron z sosem z indyka i warzywami 350g (1) (9)• 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• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Sałatka jarzynowa z jajkiem 150g (9) (3)• Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 150g (7)
Wartości odżywcze		
Energia: 10034.64 Kj / 2461.23 Kcal; Białko: 80.23 g; Tłuszcz: 71.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 15.5 g; Sód: 1325.52 mg; Węglowodany: 377.73 g; Cukier: 41.14 g Błonnik spożywczy: 23.77 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 sopocka wieprzowa 50g (6) (10)• Pomidor 40g• Sałata zielona 10g	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa krupnik jaglany z ziemniakami (wywar z warzyw) 400g (9) (1)• Makaron z sosem z indyka i warzywami 350g (1) (9)• 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• Pasta mięsno-jarzynowa 80g (9)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: Kefir 150g 150g (7)
Wartości odżywcze		
Energia: 8262.2 Kj / 2039.31 Kcal; Białko: 79.18 g; Tłuszcz: 55.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 11.5 g; Sód: 606.37 mg; Węglowodany: 303.37 g; Cukier: 32.88 g Błonnik spożywczy: 16.11 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 - kasza jaglana na mleku 2% 400g (7)• Polędwica sopocka wieprzowa 50g (6) (10)• Sałata zielona 10g• Papryka czerwona świeża 40g• Chleb razowy 100g (1)• Owoc 1 szt. 100g	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 400g (9) (1)• Makaron razowy z sosem z indyka i warzywami 350g (1) (9)• 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• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Chleb razowy 100g (1)• Sałatka jarzynowa z jajkiem 150g (9) (3)• PN:chleb razowy 50g,miks tłuszczowy 5g,polędwica Ani 30g,sałata 15g,pomidor 50g + herbata b/c 250ml 420g (1) (7) (6)
Wartości odżywcze		
Energia: 9327.88 Kj / 2248.56 Kcal; Białko: 75.81 g; Tłuszcz: 74.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 15.74 g; Sód: 1852.86 mg; Węglowodany: 314.95 g; Cukier: 17.51 g Błonnik spożywczy: 40.02 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 • Połędwica sopocka wieprzowa 50g (6) (10) • 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 krupnik jaglany z ziemniakami 400g (9) (1) • Makaron z sosem z indyka i warzywami 350g (1) (9) • 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) • Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g • Herbata z cukrem 250g • Pasta mięsno-jarzynowa 80g (9) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Posiłek nocny: Kisiel owocowy 250g • Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1)
---	--	---

Wartości odżywcze

Energia: 10346.54 Kj / 2538.59 Kcal; **Białko:** 79.11 g; **Tłuszcz:** 59.28 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 9.63 g; **Sód:** 1174.44 mg; **Węglowodany:** 426.62 g; **Cukier:** 48.64 g **Błonnik spożywczy:** 25.89 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) • Wędlina połędwica sopocka wieprzowa 50g (1) (6) • Pomidor 40g • Sałata zielona 10g • Owoc 1 szt. 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 400g (9) (1) • Makaron z sosem z indyka i warzywami 350g (1) (9) • Marchew z cukinią gotowane 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 • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Sałatka jarzynowa z jajkiem 150g (9) (3) • Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 150g (7)
---	--	--

Wartości odżywcze

Energia: 10209.1 Kj / 2500.86 Kcal; **Białko:** 78.75 g; **Tłuszcz:** 71.11 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 18.29 g; **Sód:** 1282.38 mg; **Węglowodany:** 389.78 g; **Cukier:** 48.44 g **Błonnik spożywczy:** 25.99 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 2025-03-07

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 - 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• Bukiet warzyw (marchew, brokuł, kalafior) gotowanych na parze z tłuszczem 120g (7)• Herbata owocowa 250g	<ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Chleb pszenno-żytni 120g (1)• Mięso tłuszczone do smarowania 10g (7)• Herbata z cukrem 250g• 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: 10090.97 Kj / 2418.6 Kcal; Białko: 108.07 g; Tłuszcz: 73.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 30.75 g; Sód: 843.14 mg; Węglowodany: 333.23 g; Cukier: 44.08 g Błonnik spożywczy: 20.92 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• 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)• Mięso tłuszczone 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;		

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 • Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7) • Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250g (1) (7) • Twarożek z natką pietruszki 100g (7) • Sałata zielona 10g • Rzodkiewki 40g • Chleb razowy 100g (1) • 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 ogórków kiszonych, papryki i cebulki 120g • Herbata owocowa bez cukru 250g • Podwieczorek • Jogurt naturalny 150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7) • Herbata bez cukru 250g • Pasta jajeczna z natką pietruszki 80g (3) (7) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • PN: chleb razowy 50g, miks tłuszczowy 5g, ser żółty 30g, sałata 15g, pomidor 50g+ herbata b/c 250 ml 150g (7) (1) • Chleb razowy 100g (1)
---	---	--

Wartości odżywcze

Energia: 8606.55 Kj / 2077.53 Kcal; **Białko:** 93.41 g; **Tłuszcz:** 66.95 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 24.09 g; **Sód:** 2256.28 mg; **Węglowodany:** 257.65 g; **Cukier:** 13.75 g **Błonnik spożywczy:** 34.08 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 1 szt. 100g • Zupa - ryż na wywarze warzywnym 400g (9) 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa cukiniowa bez mleka 400g (9) (1) • Filet rybny z tilapii pieczony 100g (4) (1) • Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g • Warzywa po grecku z natką pietruszki 120g (1) (9) • Herbata owocowa 250g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenno-żytni 120g (1) • Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g • Herbata z cukrem 250g • Pasta z białka jaja z natką pietruszki bez mleka 80g (3) • Sałata zielona 10g • Pomidor 40g • Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1) • Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 30g 30g
--	---	--

Wartości odżywcze

Energia: 10266.64 Kj / 2470.02 Kcal; **Białko:** 70.67 g; **Tłuszcz:** 54.86 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 9.35 g; **Sód:** 824.12 mg; **Węglowodany:** 426.04 g; **Cukier:** 43.17 g **Błonnik spożywczy:** 28.96 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 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;

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

Jadłospis na sobota 2025-03-08

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)• Szyńska delikatesowa z kurcząt 50g (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Owoc 1 szt. 100g	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa wiejska z makaronem pszennym i zielenią 400g (1) (7) (9)• Pieczeń wieprzowa pieczona 100g (1) (3)• Kasza jęczmienna wiejska gotowana 200g (1)• Sos pietruszkowy 100g (1) (7)• Sałata z pomidorem i koperkiem 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• Twarożek z natką pietruszki 80g (7)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: Sałatka jarzynowa z ryżem 150g 150g
---	--	--

Wartości odżywcze

Energia: 11001.11 KJ / 2649.19 Kcal; **Białko:** 93.24 g; **Tłuszcz:** 86.4 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 18.93 g; **Sód:** 836.75 mg; **Węglowodany:** 370.39 g; **Cukier:** 42.62 g **Błonnik spożywczy:** 23.79 g;

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

<ul style="list-style-type: none">• Śniadanie• Bułka pszenna 100g (1)• Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)• Herbata z cukrem 250g• Szyńska delikatesowa z kurcząt 50g (6)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Owoc pieczony 1 szt. 100g	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa wiejska z makaronem pszennym i zielenią (wywar z warzyw) 400g (1) (7) (9)• Pieczeń wieprzowa pieczona 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• Bułka pszenna 100g (1)• Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)• Herbata z cukrem 250g• Twarożek z natką pietruszki 80g (7)• Sałata zielona 10g• Pomidor 40g• Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g 150g (7)
---	---	--

Wartości odżywcze

Energia: 7708.19 KJ / 1843.04 Kcal; **Białko:** 81.51 g; **Tłuszcz:** 42.07 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 13.31 g; **Sód:** 371.85 mg; **Węglowodany:** 284.12 g; **Cukier:** 41.84 g **Błonnik spożywczy:** 15.96 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)• Szyńska delikatesowa z kurcząt 50g (6)• Sałata zielona 10g• Papryka czerwona świeża 40g• Chleb razowy 100g (1)• Owoc 1 szt. 100g	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa wiejska z makaronem razowym i zielenią 400g (1) (7) (9)• Pieczeń wieprzowa pieczona 100g (1) (3)• Kasza gryczana gotowana 200g• Sos pietruszkowy 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• 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: 9991.27 KJ / 2406.68 Kcal; **Białko:** 97.67 g; **Tłuszcz:** 88.19 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 21.47 g; **Sód:** 1812.76 mg; **Węglowodany:** 291.73 g; **Cukier:** 16.55 g **Błonnik spożywczy:** 36.95 g;

mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek
Klaudia Lefek

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

Dieta łatwostrawna bezmleczna (2/ML)

• Śniadanie

- Bułka pszenna 100g (1)
- Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g
- Herbata z cukrem 250g
- Szynka delikatesowa z kurcząt 50g (6)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Zupa - kasza kukurydziana na wywarze warzywnym 400g (9)
- Owoc 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa wiejska z makaronem pszennym i zielenią bez mleka 400g (1) (9)
- Pieczeń wieprzowa pieczona 100g (1) (3)
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 150g
- Marchew z dynią gotowana na parze z natką pietruszki 120g
- Herbata owocowa 250g

• Kolacja

- Chleb pszenno-żytni 120g (1)
- Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g
- Herbata z cukrem 250g
- Pasta mięsno-jarzynowa 80g (9)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Posiłek nocny: Wafle ryżowe 40g 40g

Wartości odżywcze

Energia: 8596.89 Kj / 2020.01 Kcal; **Białko:** 74.65 g; **Tłuszcz:** 52.07 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 9.28 g; **Sód:** 816.73 mg; **Węglowodany:** 345.98 g; **Cukier:** 43.36 g **Błonnik spożywczy:** 24.46 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)
- Szynka delikatesowa z kurcząt 50g (6)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Owoc 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa wiejska z makaronem pszennym i zielenią 400g (1) (7) (9)
- Pieczeń wieprzowa pieczona 100g (1) (3)
- Kasza jęczmienna wiejska gotowana 200g (1)
- Sos pietruszkowy 100g (1) (7)
- Marchew z dynią gotowana na parze z natką pietruszki 120g
- Herbata owocowa 250g
- Podwieczorek
- Budyń śmietankowy 200g (7)

• 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: Sałatka jarzynowa z ryżem 150g 150g

Wartości odżywcze

Energia: 11553.69 Kj / 2769.98 Kcal; **Białko:** 99.13 g; **Tłuszcz:** 80.13 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 24.06 g; **Sód:** 962.09 mg; **Węglowodany:** 410.59 g; **Cukier:** 55.23 g **Błonnik spożywczy:** 25.33 g;

mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek
Klaudia Lefek

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

Jadłospis na niedziela 2025-03-09

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)• Udo z kurczaka gotowane 150g• 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-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: 9340.47 Kj / 2430.78 Kcal; Białko: 110.12 g; Tłuszcz: 82.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 19.3 g; Sód: 819.87 mg; Węglowodany: 314.11 g; Cukier: 42.46 g Błonnik spożywczy: 19.88 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)• Udo z kurczaka gotowane 150g• 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)• 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: 7794.84 Kj / 2050.85 Kcal; Białko: 103.81 g; Tłuszcz: 51.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 13.19 g; Sód: 386.58 mg; Węglowodany: 286.89 g; Cukier: 46.42 g Błonnik spożywczy: 16.15 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• Chleb razowy 100g (1)• Owoc 1 szt. 100g	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa rosół z makaronem razowym i natką pietruszki 400g (9) (1)• Udo z kurczaka gotowane 150g• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g• 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• 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: 9117.63 Kj / 2195.69 Kcal; Białko: 92.38 g; Tłuszcz: 91.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 24.3 g; Sód: 2110.82 mg; Węglowodany: 243.95 g; Cukier: 15.88 g Błonnik spożywczy: 35.17 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
- Zupa bezmleczna - płatki owsiane na wywarze warzywnym 400g (9) (1)
- Marmolada wieloowocowa 50g
- Owoc 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa rosół z makaronem 400g (9) (1)
- Udo z kurczaka gotowane 150g
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Bukiet jarzyn (marchew, seler, pietruszka) gotowany 120g (9)
- Herbata owocowa 250g

• Kolacja

- Chleb pszenno-żytni 120g (1)
- Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g
- Herbata z cukrem 250g
- Połędwica drobiowa Ani 50g (6)
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g (9) (1)
- Posiłek nocny: Kisiel owocowy 250g

Wartości odżywcze

Energia: 9413.51 Kj / 2248.62 Kcal; **Białko:** 77.49 g; **Tłuszcz:** 49.2 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 11.91 g; **Sód:** 902.05 mg; **Węglowodany:** 379.64 g; **Cukier:** 51.87 g **Błonnik spożywczy:** 24.44 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 - płatki owsiane na mleku 400g (7) (1)
- Marmolada wieloowocowa 40g
- Owoc 1 szt. 100g

• Obiad

- Zupa rosół z makaronem 400g (9) (1)
- Udo z kurczaka gotowane 150g
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Bukiet jarzyn (marchew, seler, pietruszka) gotowany 120g (9)
- Herbata owocowa 250g
- Podwieczorek
- Owoc 1 szt. 100g

• 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: 9127.86 Kj / 2370.48 Kcal; **Białko:** 110.21 g; **Tłuszcz:** 71.56 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 20.3 g; **Sód:** 857.34 mg; **Węglowodany:** 325.97 g; **Cukier:** 54.68 g **Błonnik spożywczy:** 22.16 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