

# Jadłospis na poniedziałek 2025-04-07

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

## Dieta łatwostrawna (3p) (2)

- |  |   |  |
|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li><li>• Miks tłuszczowy do smarowania 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 250g</li><li>• Zupa mleczna - kasza kukurydziana na mleku 400g ( 7 )</li><li>• Wędlina połędwica sopocka wieprzowa 50g ( 1 ) ( 6 )</li><li>• Sałata zielona 10g</li><li>• Pomidor 40g</li><li>• Owoc 1 szt. 100g</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )</li><li>• Makaron pszenny ze szpinakiem i twarogiem 350g ( 1 ) ( 7 ) ( 9 )</li><li>• Herbata owocowa 250g</li><li>• Owoc 1 szt. 100g</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Chleb pszenno-żytni 120g ( 1 )</li><li>• Miks tłuszczowy do smarowania 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 250g</li><li>• Sałata zielona 10g</li><li>• Pomidor 40g</li><li>• Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 100g ( 1 ) ( 7 ) ( 3 )</li><li>• Sałatka jarzynowa z rybą 150g ( 9 ) ( 4 )</li></ul> |
|--|---|--|

### Wartości odżywcze

**Energia:** 11875.35 Kj / 2833.67 Kcal; **Białko:** 87.43 g; **Tłuszcz:** 76.72 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 13.34 g; **Sód:** 1050.3 mg; **Węglowodany:** 457.52 g; **Cukier:** 73.76 g **Błonnik spożywczy:** 28.01 g;

## Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

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

### Wartości odżywcze

**Energia:** 10381.29 Kj / 2469.14 Kcal; **Białko:** 91.64 g; **Tłuszcz:** 57.09 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 9.02 g; **Sód:** 1081.23 mg; **Węglowodany:** 406.88 g; **Cukier:** 72.8 g **Błonnik spożywczy:** 20.86 g;

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

- |  |   |   |
|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Miks tłuszczowy do smarowania 10g ( 7 )</li><li>• Herbata bez cukru 250g</li><li>• Zupa mleczna - kasza kukurydziana na mleku 400g ( 7 )</li><li>• Wędlina połędwica sopocka wieprzowa 50g ( 1 ) ( 6 )</li><li>• Sałata zielona 10g</li><li>• Papryka czerwona świeża 40g</li><li>• Owoc 1 szt. 100g</li><li>• Chleb razowy 100g ( 1 )</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )</li><li>• Makaron razowy ze szpinakiem i twarogiem 350g ( 7 ) ( 9 ) ( 1 )</li><li>• Herbata owocowa bez cukru 250g</li><li>• Owoc 1 szt. 100g</li><li>• Podwieczorek</li><li>• Jogurt naturalny 150g ( 7 )</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Miks tłuszczowy do smarowania 10g ( 7 )</li><li>• Herbata bez cukru 250g</li><li>• Sałata zielona 10g</li><li>• Pomidor 40g</li><li>• Sałatka jarzynowa z rybą 150g ( 9 ) ( 4 )</li><li>• PN: chleb razowy 50g, miks tłuszczowy 5g, jajo 50g, sałata 15g, ogórek kiszony 50g + herbata b/c 250ml 150g ( 7 ) ( 1 ) ( 3 )</li><li>• Chleb razowy 100g ( 1 )</li></ul> |
|--|---|---|

### Wartości odżywcze

**Energia:** 9356.8 Kj / 2248.22 Kcal; **Białko:** 85.17 g; **Tłuszcz:** 59.07 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 17.44 g; **Sód:** 2121.77 mg; **Węglowodany:** 333.61 g; **Cukier:** 21.86 g **Błonnik spożywczy:** 41.2 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"> <li>• Śniadanie</li> <li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li> <li>• Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Wędlina polędwica sopocka wieprzowa 50g ( 1 ) ( 6 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Owoc pieczony 1 szt. 100g</li> <li>• Zupa - ryż na wywarze warzywnym 400g ( 9 )</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiad</li> <li>• Zupa cukiniowa bez mleka 400g ( 9 ) ( 1 )</li> <li>• Makaron z mięsem i warzywami 350g ( 1 ) ( 9 )</li> <li>• Herbata owocowa 250g</li> <li>• Owoc pieczony 1 szt. 100g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolacja</li> <li>• Chleb pszenno-żytni 120g ( 1 )</li> <li>• Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Pasta rybno-jarzynowa 150g ( 4 ) ( 9 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g ( 9 ) ( 1 )</li> <li>• Posiłek nocny: Kisiel owocowy 250g</li> </ul>
<b>Wartości odżywcze</b>		
<b>Energia:</b> 9882.38 Kj / 2364.62 Kcal; <b>Białko:</b> 83.46 g; <b>Tłuszcz:</b> 44.2 g; <b>Kwasy tłuszczowe nasycone:</b> 8.61 g; <b>Sód:</b> 1105.05 mg; <b>Węglowodany:</b> 417.98 g; <b>Cukier:</b> 55.83 g <b>Błonnik spożywczy:</b> 23.21 g;		

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

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Śniadanie</li> <li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li> <li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Zupa mleczna - kasza kukurydziana na mleku 400g ( 7 )</li> <li>• Wędlina polędwica sopocka wieprzowa 50g ( 1 ) ( 6 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Owoc 1 szt. 100g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiad</li> <li>• Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )</li> <li>• Makaron pszenny ze szpinakiem i twarogiem 350g ( 1 ) ( 7 ) ( 9 )</li> <li>• Herbata owocowa 250g</li> <li>• Owoc 1 szt. 100g</li> <li>• Podwieczorek</li> <li>• Jogurt naturalny 150g ( 7 )</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolacja</li> <li>• Chleb pszenno-żytni 120g ( 1 )</li> <li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 100g ( 1 ) ( 7 ) ( 3 )</li> <li>• Sałatka jarzynowa z rybą 150g ( 9 ) ( 4 )</li> </ul>
<b>Wartości odżywcze</b>		
<b>Energia:</b> 12328.05 Kj / 2939.67 Kcal; <b>Białko:</b> 93.77 g; <b>Tłuszcz:</b> 78.42 g; <b>Kwasy tłuszczowe nasycone:</b> 18.67 g; <b>Sód:</b> 1146.6 mg; <b>Węglowodany:</b> 466.86 g; <b>Cukier:</b> 73.76 g <b>Błonnik spożywczy:</b> 28.01 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 2025-04-08

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
- Salata z pomidorem w jogurcie 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)
- Salata 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)
- 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

### • 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)
- Miks tłuszczowy do smarowania 5g (7)
- Herbata z cukrem 250g
- Polędwica drobiowa Ani 50g (6)
- Salata 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

- Miks tłuszczowy do smarowania 10g (7)
- Ser żółty 50g (7)
- Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250g (1) (7)
- Salata 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
- Salata z pomidorem w jogurcie 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
- Salata zielona 10g
- Papryka czerwona świeża 40g
- Chleb razowy 100g (1)
- PN: chleb razowy 50g, miks tłuszczowy 5g, twaróg 30g, salata 15g, rzodkiewka 50g + herbata b/c 250ml 420g (7) (1) (4) (8)

### Wartości odżywcze

**Energia:** 8513.43 Kj / 2141.06 Kcal; **Białko:** 84.08 g; **Tłuszcz:** 70.54 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 21.99 g; **Sód:** 1900.44 mg; **Węglowodany:** 282.61 g; **Cukier:** 9.15 g **Błonnik spożywczy:** 39.84 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"> <li>• Śniadanie</li> <li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li> <li>• Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Marmolada wieloowocowa 50g</li> <li>• Owoc pieczony 1 szt. 100g</li> <li>• Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g ( 9 ) ( 1 )</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiad</li> <li>• Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 400g ( 9 ) ( 1 )</li> <li>• Filet drobiowy z kurczaka gotowany 100g</li> <li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li> <li>• Marchew z cukinią gotowane na parze z natką pietruszki 120g</li> <li>• Herbata owocowa 250g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolacja</li> <li>• Chleb pszenny 120g ( 1 )</li> <li>• Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Polędwica drobiowa Ani 50g ( 6 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g ( 9 ) ( 1 )</li> <li>• Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 30g 30g</li> </ul>
---	--	--

#### 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 położnicza (4p) (C2/S)

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Śniadanie</li> <li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li> <li>• Twaróg półtłusty 40g ( 7 )</li> <li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Zupa mleczna - kasza manna na mleku 400g ( 1 ) ( 7 )</li> <li>• Marmolada wieloowocowa 40g</li> <li>• Owoc 1 szt. 100g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiad</li> <li>• Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 400g ( 9 ) ( 1 )</li> <li>• Kotlet mielony wieprzowy pieczony 100g ( 3 ) ( 1 )</li> <li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li> <li>• Marchew z cukinią gotowane na parze z natką pietruszki 120g</li> <li>• Herbata owocowa 250g</li> <li>• Podwieczorek</li> <li>• Kawa zbożowa na mleku 250g ( 7 ) ( 1 )</li> <li>• Biszkopty 40g ( 1 ) ( 3 ) ( 6 )</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolacja</li> <li>• Chleb pszenno-żytni 120g ( 1 )</li> <li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Polędwica drobiowa Ani 50g ( 6 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Posiłek nocny: Kefir 150g 150g ( 7 )</li> </ul>
--	--	---

#### 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

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 2025-04-09

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

Dieta łatwostrawna (3p) (2)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li><li>• Mięso tłuszczone do smarowania 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 250g</li><li>• Zupa mleczna - płatki owsiane na mleku 400g ( 7 ) ( 1 )</li><li>• Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g ( 3 ) ( 7 )</li><li>• Sałata zielona 10g</li><li>• Pomidor 40g</li><li>• Owoc 1 szt. 100g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa pomidorowa z makaronem 400g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )</li><li>• Sztuka mięsa schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g</li><li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li><li>• Sos pieczeniowy z natką pietruszki 100g ( 1 ) ( 7 )</li><li>• Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z olejem 120g</li><li>• Herbata owocowa 250g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Chleb pszenno-żytni 120g ( 1 )</li><li>• Mięso tłuszczone do smarowania 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 250g</li><li>• Twarożek z natką pietruszki 80g ( 7 )</li><li>• Sałata zielona 10g</li><li>• Pomidor 40g</li><li>• Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 100g ( 1 ) ( 7 ) ( 3 )</li></ul>
Wartości odżywcze		
<b>Energia:</b> 12294.27 KJ / 2943.92 Kcal; <b>Białko:</b> 110.08 g; <b>Tłuszcz:</b> 108.97 g; <b>Kwasy tłuszczowe nasycone:</b> 18.88 g; <b>Sód:</b> 853.59 mg; <b>Węglowodany:</b> 388.66 g; <b>Cukier:</b> 60.85 g <b>Błonnik spożywczy:</b> 22.42 g;		

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li><li>• Mięso tłuszczone do smarowania 5g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 250g</li><li>• Pasta z białka jaja z natką pietruszki 50g ( 7 ) ( 3 )</li><li>• Sałata zielona 10g</li><li>• Pomidor 40g</li><li>• Owoc pieczony 1 szt. 100g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa pomidorowa z makaronem (wywar z warzyw) 400g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )</li><li>• Sztuka mięsa schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g</li><li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li><li>• Warzywa po grecku - dieta 120g ( 9 ) ( 1 )</li><li>• Herbata owocowa 250g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li><li>• Mięso tłuszczone do smarowania 5g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 250g</li><li>• Twarożek z natką pietruszki 80g ( 7 )</li><li>• Sałata zielona 10g</li><li>• Pomidor 40g</li><li>• Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 100g ( 1 ) ( 7 ) ( 3 )</li></ul>
Wartości odżywcze		
<b>Energia:</b> 10935.99 KJ / 2614.82 Kcal; <b>Białko:</b> 102.89 g; <b>Tłuszcz:</b> 88.98 g; <b>Kwasy tłuszczowe nasycone:</b> 13.92 g; <b>Sód:</b> 337.1 mg; <b>Węglowodany:</b> 356.5 g; <b>Cukier:</b> 65.28 g <b>Błonnik spożywczy:</b> 19.21 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 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (4p) (6/S)

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Śniadanie</li> <li>• Miks tłuszczowy do smarowania 10g ( 7 )</li> <li>• Herbata bez cukru 250g</li> <li>• Zupa mleczna - płatki owsiane na mleku 400g ( 7 ) ( 1 )</li> <li>• Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g ( 3 ) ( 7 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Rzodkiewki 40g</li> <li>• Owoc 1 szt. 100g</li> <li>• Chleb razowy 100g ( 1 )</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiad</li> <li>• Zupa pomidorowa z makaronem razowym 400g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )</li> <li>• Sztuka mięsa schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g</li> <li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li> <li>• Sos pieczeniowy z natką pietruszki 100g ( 1 ) ( 7 )</li> <li>• Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z olejem 120g</li> <li>• Herbata owocowa bez cukru 250g</li> <li>• Podwieczorek</li> <li>• Owoc 1 szt. 100g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolacja</li> <li>• Miks tłuszczowy do smarowania 10g ( 7 )</li> <li>• Herbata bez cukru 250g</li> <li>• Twarożek z natką pietruszki 80g ( 7 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Chleb razowy 100g ( 1 )</li> <li>• PN:chleb razowy 50g,miks tłuszczowy 5g,ser żółty 30g,salata15g,ogórek kiszony50g+herbata b/c 250 ml 420g ( 7 ) ( 1 )</li> </ul>
<b>Wartości odżywcze</b>		
<b>Energia:</b> 9711.23 Kj / 2343.03 Kcal; <b>Białko:</b> 106.21 g; <b>Tłuszcz:</b> 94.17 g; <b>Kwasy tłuszczowe nasycone:</b> 24.09 g; <b>Sód:</b> 2037.25 mg; <b>Węglowodany:</b> 263.08 g; <b>Cukier:</b> 16.28 g <b>Błonnik spożywczy:</b> 36.55 g;		

### Dieta łatwostrawna bezmleczna (2/ML)

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Śniadanie</li> <li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li> <li>• Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Pasta jajeczna z natką pietruszki bez mleka 80g ( 3 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Owoc pieczony 1 szt. 100g</li> <li>• Zupa - ryż na wywarze warzywnym 400g ( 9 )</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiad</li> <li>• Zupa pomidorowa z makaronem bez mleka 400g ( 9 ) ( 1 )</li> <li>• Sztuka mięsa schab wieprzowy gotowany 100g</li> <li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li> <li>• Warzywa po grecku - dieta 120g ( 9 ) ( 1 )</li> <li>• Herbata owocowa 250g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolacja</li> <li>• Chleb pszenny 120g ( 1 )</li> <li>• Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Pasta mięsno-jarzynowa 80g ( 9 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g ( 9 ) ( 1 )</li> <li>• Posiłek nocny: Wafle ryżowe 40g 40g</li> </ul>
<b>Wartości odżywcze</b>		
<b>Energia:</b> 11087.74 Kj / 2637.32 Kcal; <b>Białko:</b> 99 g; <b>Tłuszcz:</b> 84.46 g; <b>Kwasy tłuszczowe nasycone:</b> 12.32 g; <b>Sód:</b> 887.78 mg; <b>Węglowodany:</b> 396.48 g; <b>Cukier:</b> 44.91 g <b>Błonnik spożywczy:</b> 24.62 g;		

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

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Śniadanie</li> <li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li> <li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Zupa mleczna - płatki owsiane na mleku 400g ( 7 ) ( 1 )</li> <li>• Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g ( 3 ) ( 7 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Owoc 1 szt. 100g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiad</li> <li>• Zupa pomidorowa z makaronem 400g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )</li> <li>• Sztuka mięsa schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g</li> <li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li> <li>• Sos pieczeniowy z natką pietruszki 100g ( 1 ) ( 7 )</li> <li>• Warzywa po grecku z masłem i natką pietruszki 120g ( 1 ) ( 9 ) ( 7 )</li> <li>• Herbata owocowa 250g</li> <li>• Podwieczorek</li> <li>• Jogurt naturalny 150g ( 7 )</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolacja</li> <li>• Chleb pszenno-żytni 120g ( 1 )</li> <li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Twarożek z natką pietruszki 80g ( 7 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 100g ( 1 ) ( 7 ) ( 3 )</li> </ul>
<b>Wartości odżywcze</b>		
<b>Energia:</b> 13022.8 Kj / 3113.52 Kcal; <b>Białko:</b> 118.46 g; <b>Tłuszcz:</b> 110.87 g; <b>Kwasy tłuszczowe nasycone:</b> 25.28 g; <b>Sód:</b> 973.14 mg; <b>Węglowodany:</b> 412.19 g; <b>Cukier:</b> 64.62 g <b>Błonnik spożywczy:</b> 23.74 g;		

# Jadłospis na czwartek 2025-04-10

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

## Dieta łatwostrawna (3p) (2)

### • Śniadanie

- Bułka pszenna 100g ( 1 )
- Miks tłuszczowy do smarowania 10g ( 7 )
- Herbata z cukrem 250g
- Zupa mleczna - kasza jaglana na mleku 2% 400g ( 7 )
- Szyńka 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 )
- Miks tłuszczowy do smarowania 10g ( 7 )
- Herbata z cukrem 250g
- Polędwica drobiowa Ani 50g ( 6 )
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Posiłek nocny: Sałatka jarzynowa z ryżem 150g 150g

### Wartości odżywcze

**Energia:** 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 )
- Miks tłuszczowy do smarowania 5g ( 7 )
- Herbata z cukrem 250g
- Szyńka 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 )
- Miks tłuszczowy do smarowania 5g ( 7 )
- Herbata z cukrem 250g
- Polędwica drobiowa Ani 50g ( 6 )
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g 150g ( 7 )

### Wartości odżywcze

**Energia:** 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

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

### • Obiad

- Zupa 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

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

### Wartości odżywcze

**Energia:** 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 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"> <li>• Śniadanie</li> <li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li> <li>• Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Szynka delikatesowa z kurcząt 50g ( 6 )</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Owoc pieczony 1 szt. 100g</li> <li>• Zupa - kasza jaglana na wywarze warzywnym 400g ( 9 )</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiad</li> <li>• Zupa z dyni z natką pietruszki bez mleka 400g ( 9 ) ( 1 )</li> <li>• Gulasz z szynki wieprzowej duszony bez mleka 150g ( 1 )</li> <li>• Ryż biały gotowany 200g</li> <li>• Marchew gotowana na parze 120g</li> <li>• Herbata owocowa 250g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolacja</li> <li>• Chleb pszenny 120g ( 1 )</li> <li>• Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Połędwica drobiowa Ani 50g ( 6 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Posiłek nocny: Kisiel owocowy 250g</li> <li>• Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g ( 9 ) ( 1 )</li> </ul>
<b>Wartości odżywcze</b>		
<b>Energia:</b> 8911.84 KJ / 2127.75 Kcal; <b>Białko:</b> 81.4 g; <b>Tłuszcz:</b> 32.59 g; <b>Kwasy tłuszczowe nasycone:</b> 7.41 g; <b>Sód:</b> 767.46 mg; <b>Węglowodany:</b> 382.47 g; <b>Cukier:</b> 50.37 g <b>Błonnik spożywczy:</b> 22.7 g;		

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

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Śniadanie</li> <li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li> <li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Zupa mleczna - kasza jaglana na mleku 2% 400g ( 7 )</li> <li>• Szynka delikatesowa z kurcząt 50g ( 6 )</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Owoc 1 szt. 100g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiad</li> <li>• Zupa z dyni z natką pietruszki 400g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )</li> <li>• Gulasz z szynki wieprzowej duszony 150g ( 1 ) ( 7 )</li> <li>• Ryż biały gotowany 200g</li> <li>• Surówka z buraczków i jabłek z olejem 120g</li> <li>• Herbata owocowa 250g</li> <li>• Podwieczorek</li> <li>• Owoc 1 szt. 100g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolacja</li> <li>• Chleb pszenno-żytni 120g ( 1 )</li> <li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li> <li>• Ser żółty 50g ( 7 )</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Posiłek nocny: Sałatka jarzynowa z ryżem 150g 150g</li> </ul>
<b>Wartości odżywcze</b>		
<b>Energia:</b> 9844.69 KJ / 2364.32 Kcal; <b>Białko:</b> 89.77 g; <b>Tłuszcz:</b> 69.84 g; <b>Kwasy tłuszczowe nasycone:</b> 24.43 g; <b>Sód:</b> 1182.75 mg; <b>Węglowodany:</b> 344.59 g; <b>Cukier:</b> 50.41 g <b>Błonnik spożywczy:</b> 23.35 g;		

mgr inż. dietetyki  
*Klaudia Lefek*  
 Klaudia Lefek

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



# Jadłospis na piątek 2025-04-11

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

## Dieta łatwostrawna (3p) (2)

### • Śniadanie

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

### • Obiad

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

### • Kolacja

- Chleb pszenno-żytni 120g ( 1 )
- Miks tłuszczowy do smarowania 10g ( 7 )
- Herbata z cukrem 250g
- Pasta jajeczna z natką pietruszki 80g ( 3 ) ( 7 )
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g ( 7 )

### Wartości odżywcze

**Energia:** 10075.5 Kj / 2427.84 Kcal; **Białko:** 103.56 g; **Tłuszcz:** 82.26 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 25.34 g; **Sód:** 857.59 mg; **Węglowodany:** 316.92 g; **Cukier:** 39.9 g **Błonnik spożywczy:** 20.77 g;

## Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)

### • Śniadanie

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

### • Obiad

- Zupa cukiniowa (wywar z warzyw) 400g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )
- Filet rybny z tilapii pieczony 100g ( 4 ) ( 1 )
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Warzywa po grecku z masłem i natką pietruszki 120g ( 1 ) ( 9 ) ( 7 )
- Herbata owocowa 250g

### • Kolacja

- Bułka pszenna 100g ( 1 )
- Miks tłuszczowy do smarowania 5g ( 7 )
- Herbata z cukrem 250g
- Pasta z białka jaja z natką pietruszki 80g ( 7 ) ( 3 )
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g ( 7 )

### Wartości odżywcze

**Energia:** 9037.34 Kj / 2172.9 Kcal; **Białko:** 98.82 g; **Tłuszcz:** 69.28 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 22.95 g; **Sód:** 320.86 mg; **Węglowodany:** 286.31 g; **Cukier:** 42.16 g **Błonnik spożywczy:** 18.07 g;

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

### • Śniadanie

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

### • Obiad

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

### • Kolacja

- Miks tłuszczowy do smarowania 10g ( 7 )
- Herbata bez cukru 250g
- Pasta jajeczna z natką pietruszki 80g ( 3 ) ( 7 )
- Sałata zielona 10g
- Rządki 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:** 9277.84 Kj / 2242.27 Kcal; **Białko:** 98.46 g; **Tłuszcz:** 77.02 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 23.02 g; **Sód:** 1744.59 mg; **Węglowodany:** 271.08 g; **Cukier:** 9 g **Błonnik spożywczy:** 35.45 g;

### Dieta łatwostrawna bezmleczna (2/ML)

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Śniadanie</li> <li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li> <li>• Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Dżem truskawkowy 50g</li> <li>• Owoc pieczony 1 szt. 100g</li> <li>• Zupa - ryż na wywarze warzywnym 400g ( 9 )</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiad</li> <li>• Zupa cukiniowa bez mleka 400g ( 9 ) ( 1 )</li> <li>• Filet rybny z tilapii pieczony 100g ( 4 ) ( 1 )</li> <li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li> <li>• Warzywa po grecku - dieta 120g ( 9 ) ( 1 )</li> <li>• Herbata owocowa 250g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolacja</li> <li>• Chleb pszenny 120g ( 1 )</li> <li>• Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Pasta jajeczna z natką pietruszki bez mleka 80g ( 3 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g ( 9 ) ( 1 )</li> <li>• Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 30g 30g</li> </ul>
---	--	---

#### Wartości odżywcze

**Energia:** 10382.29 Kj / 2500.55 Kcal; **Białko:** 74.25 g; **Tłuszcz:** 65.07 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 9.58 g; **Sód:** 816.06 mg; **Węglowodany:** 406.89 g; **Cukier:** 43.84 g **Błonnik spożywczy:** 26.64 g;

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

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Śniadanie</li> <li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li> <li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Zupa mleczna - ryż na mleku 400g ( 7 )</li> <li>• Twarożek z natką pietruszki 100g ( 7 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Owoc 1 szt. 100g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiad</li> <li>• Zupa cukiniowa 400g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )</li> <li>• Filet rybny z tilapii pieczony 100g ( 4 ) ( 1 )</li> <li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li> <li>• Warzywa po grecku z masłem i natką pietruszki 120g ( 1 ) ( 9 ) ( 7 )</li> <li>• Herbata owocowa 250g</li> <li>• Podwieczorek</li> <li>• Jogurt naturalny 150g ( 7 )</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolacja</li> <li>• Chleb pszenno-żytni 120g ( 1 )</li> <li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Pasta jajeczna z natką pietruszki 80g ( 3 ) ( 7 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 1 szt. 150g ( 7 )</li> </ul>
---	---	---

#### Wartości odżywcze

**Energia:** 10491.11 Kj / 2517.85 Kcal; **Białko:** 112.37 g; **Tłuszcz:** 77.03 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 31.38 g; **Sód:** 966.66 mg; **Węglowodany:** 337.41 g; **Cukier:** 43.15 g **Błonnik spożywczy:** 21.37 g;

mgr inż. dietetyki  
*Klaudia Lefek*  
**Klaudia Lefek**

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

# Jadłospis na sobota 2025-04-12

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

Dieta łatwostrawna (3p) (2)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li><li>• Miks tłuszczowy do smarowania 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 250g</li><li>• Zupa mleczna - kasza kukurydziana na mleku 400g ( 7 )</li><li>• Kielbasa żywiecka 50g ( 6 ) ( 10 )</li><li>• Sałata zielona 10g</li><li>• Pomidor 40g</li><li>• Owoc 1 szt. 100g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa koperkowa z ziemniakami 400g ( 9 ) ( 1 )</li><li>• Pulpet drobiowy z indyka pieczony 100g ( 1 ) ( 3 )</li><li>• Kasza jęczmienna wiejska gotowana 200g ( 1 )</li><li>• Sos pieczeniowy z natką pietruszki 100g ( 1 ) ( 7 )</li><li>• Bukiet warzyw (marchew, brokuł, kalafior) gotowanych na parze z tłuszczem 120g ( 7 )</li><li>• Herbata owocowa 250g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Chleb pszenno-żytni 120g ( 1 )</li><li>• Miks tłuszczowy do smarowania 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 250g</li><li>• Twarożek z natką pietruszki 80g ( 7 )</li><li>• Sałata zielona 10g</li><li>• Pomidor 40g</li><li>• Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 150g ( 7 )</li></ul>
Wartości odżywcze		
<b>Energia:</b> 10666.93 KJ / 2593.5 Kcal; <b>Białko:</b> 95.07 g; <b>Tłuszcz:</b> 70.62 g; <b>Kwasy tłuszczowe nasycone:</b> 22.17 g; <b>Sód:</b> 908.73 mg; <b>Węglowodany:</b> 389.09 g; <b>Cukier:</b> 40 g <b>Błonnik spożywczy:</b> 25.4 g;		

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li><li>• Miks tłuszczowy do smarowania 5g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 250g</li><li>• Polędwica drobiowa Ani 50g ( 6 )</li><li>• Sałata zielona 10g</li><li>• Pomidor 40g</li><li>• Owoc pieczony 1 szt. 100g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa koperkowa z ziemniakami (wywar z warzyw) 400g ( 9 ) ( 1 )</li><li>• Pulpet drobiowy z indyka gotowany 100g ( 1 ) ( 3 )</li><li>• Kasza jęczmienna wiejska gotowana 200g ( 1 )</li><li>• Sos pieczeniowy z natką pietruszki 100g ( 1 ) ( 7 )</li><li>• Marchew z cukinią gotowane na parze z natką pietruszki 120g</li><li>• Herbata owocowa 250g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Chleb pszenno-żytni 120g ( 1 )</li><li>• Miks tłuszczowy do smarowania 5g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 250g</li><li>• Twarożek z natką pietruszki 80g ( 7 )</li><li>• Sałata zielona 10g</li><li>• Pomidor 40g</li><li>• Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g 150g ( 7 )</li></ul>
Wartości odżywcze		
<b>Energia:</b> 8933.53 KJ / 2187.59 Kcal; <b>Białko:</b> 76.34 g; <b>Tłuszcz:</b> 46.95 g; <b>Kwasy tłuszczowe nasycone:</b> 12.43 g; <b>Sód:</b> 961.09 mg; <b>Węglowodany:</b> 356.96 g; <b>Cukier:</b> 40 g <b>Błonnik spożywczy:</b> 23.96 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 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (4p) (6/S)

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Śniadanie</li> <li>• Miks tłuszczowy do smarowania 10g ( 7 )</li> <li>• Herbata bez cukru 250g</li> <li>• Zupa mleczna - kasza kukurydziana na mleku 400g ( 7 )</li> <li>• Kielbasa żywiecka 50g ( 6 ) ( 10 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Papryka czerwona świeża 40g</li> <li>• Owoc 1 szt. 100g</li> <li>• Chleb razowy 100g ( 1 )</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiad</li> <li>• Zupa koperkowa z ziemniakami 400g ( 9 ) ( 1 )</li> <li>• Pulpet drobiowy z indyka pieczony 100g ( 1 ) ( 3 )</li> <li>• Kasza gryczana gotowana 200g</li> <li>• Sos pieczeniowy z natką pietruszki 100g ( 1 ) ( 7 )</li> <li>• Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 120g</li> <li>• Herbata owocowa bez cukru 250g</li> <li>• Podwieczorek</li> <li>• Owoc 1 szt. 100g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolacja</li> <li>• Miks tłuszczowy do smarowania 10g ( 7 )</li> <li>• Herbata bez cukru 250g</li> <li>• Twarożek z natką pietruszki 80g ( 7 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• PN: chleb razowy 50g,miks tłuszczowy 5g,jajo 50g,sałata 15g,ogórek kiszony 50g + herbata b/c 250ml 150g ( 7 ) ( 1 ) ( 3 )</li> <li>• Chleb razowy 100g ( 1 )</li> </ul>
---	--	--

## 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"> <li>• Śniadanie</li> <li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li> <li>• Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Kielbasa żywiecka 50g ( 6 ) ( 10 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Zupa - kasza kukurydziana na wywarze warzywnym 400g ( 9 )</li> <li>• Owoc pieczony 1 szt. 100g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiad</li> <li>• Zupa koperkowa z ziemniakami 400g ( 9 ) ( 1 )</li> <li>• Pulpet drobiowy z indyka pieczony 100g ( 1 ) ( 3 )</li> <li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 150g</li> <li>• Marchew z cukinią gotowane na parze z natką pietruszki 120g</li> <li>• Herbata owocowa 250g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolacja</li> <li>• Chleb pszenny 120g ( 1 )</li> <li>• Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Pasta mięsno-jarzywna 80g ( 9 )</li> <li>• Sałata zielona 15g</li> <li>• Posiłek nocny: Wafle ryżowe 40g 40g</li> <li>• Zupa - kasza manna na wywarze warzywnym 400g ( 9 ) ( 1 )</li> <li>• Owoc pieczony 1 szt. 100g</li> </ul>
---	--	---

## 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"> <li>• Śniadanie</li> <li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li> <li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Zupa mleczna - kasza kukurydziana na mleku 400g ( 7 )</li> <li>• Kielbasa żywiecka 50g ( 6 ) ( 10 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Owoc 1 szt. 100g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiad</li> <li>• Zupa koperkowa z ziemniakami 400g ( 9 ) ( 1 )</li> <li>• Pulpet drobiowy z indyka pieczony 100g ( 1 ) ( 3 )</li> <li>• Kasza jęczmienna wiejska gotowana 200g ( 1 )</li> <li>• Sos pieczeniowy z natką pietruszki 100g ( 1 ) ( 7 )</li> <li>• Marchew z cukinią gotowane na parze z natką pietruszki 120g</li> <li>• Herbata owocowa 250g</li> <li>• Podwieczorek</li> <li>• Budyń śmietankowy 200g ( 7 )</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolacja</li> <li>• Chleb pszenno-żytni 120g ( 1 )</li> <li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li> <li>• Herbata z cukrem 250g</li> <li>• Twarożek z natką pietruszki 80g ( 7 )</li> <li>• Sałata zielona 10g</li> <li>• Pomidor 40g</li> <li>• Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g 150g ( 7 )</li> </ul>
--	--	---

## 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;

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 2025-04-13

Arion Szpital Biłgoraj | Centrala

Dieta łatwostrawna (3p) (2)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li><li>• Twaróg półtłusty 40g ( 7 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 250g</li><li>• Zupa mleczna - płatki owsiane na mleku 400g ( 7 ) ( 1 )</li><li>• Marmolada wieloowocowa 40g</li><li>• Owoc 1 szt. 100g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa rosół z makaronem 400g ( 9 ) ( 1 )</li><li>• Udo z kurczaka gotowane 150g</li><li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li><li>• Sałata z pomidorem i koperkiem z olejem 120g</li><li>• Herbata owocowa 250g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Chleb pszenno-żytni 120g ( 1 )</li><li>• Miks tłuszczowy do smarowania 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 250g</li><li>• Polędwica drobiowa Ani 50g ( 6 )</li><li>• Sałata zielona 10g</li><li>• Pomidor 40g</li><li>• Posiłek nocny: serek wiejski 200g 200g ( 7 )</li></ul>
Wartości odżywcze		
<b>Energia:</b> 9358.84 KJ / 2434.94 Kcal; <b>Białko:</b> 110.81 g; <b>Tłuszcz:</b> 82.43 g; <b>Kwasy tłuszczowe nasycone:</b> 19.3 g; <b>Sód:</b> 790.6 mg; <b>Węglowodany:</b> 314.04 g; <b>Cukier:</b> 42.47 g <b>Błonnik spożywczy:</b> 18.74 g;		

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li><li>• Miks tłuszczowy do smarowania 5g ( 7 )</li><li>• Jogurt naturalny 150g ( 7 )</li><li>• Twaróg chudy 40g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 250g</li><li>• Marmolada wieloowocowa 40g</li><li>• Owoc pieczony 1 szt. 100g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Bulion warzywny z makaronem i natką pietruszki 400g ( 9 ) ( 1 )</li><li>• Udo z kurczaka gotowane bez skóry 150g</li><li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li><li>• Marchew z dynią gotowana na parze z natką pietruszki 120g</li><li>• Herbata owocowa 250g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Bułka pszenna 100g ( 1 )</li><li>• Miks tłuszczowy do smarowania 5g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 250g</li><li>• Polędwica drobiowa Ani 50g ( 6 )</li><li>• Sałata zielona 10g</li><li>• Pomidor 40g</li><li>• Posiłek nocny: serek wiejski 200g 200g ( 7 )</li></ul>
Wartości odżywcze		
<b>Energia:</b> 7787.97 KJ / 2049.3 Kcal; <b>Białko:</b> 103.91 g; <b>Tłuszcz:</b> 51.65 g; <b>Kwasy tłuszczowe nasycone:</b> 13.2 g; <b>Sód:</b> 355.04 mg; <b>Węglowodany:</b> 286.1 g; <b>Cukier:</b> 44.14 g <b>Błonnik spożywczy:</b> 15.69 g;		

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (4p) (6/S)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Miks tłuszczowy do smarowania 10g ( 7 )</li><li>• Ser żółty 50g ( 7 )</li><li>• Herbata bez cukru 250g</li><li>• Zupa mleczna - płatki owsiane na mleku 400g ( 7 ) ( 1 )</li><li>• Sałata zielona 10g</li><li>• Pomidor 40g</li><li>• Owoc 1 szt. 100g</li><li>• Chleb razowy 100g ( 1 )</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa rosół z makaronem razowym i natką pietruszki 400g ( 9 ) ( 1 )</li><li>• Udo z kurczaka gotowane 150g</li><li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li><li>• Sałata z pomidorem i koperkiem z olejem 120g</li><li>• Herbata owocowa bez cukru 250g</li><li>• Podwieczorek</li><li>• Owoc 1 szt. 100g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Miks tłuszczowy do smarowania 10g ( 7 )</li><li>• Herbata bez cukru 250g</li><li>• Polędwica drobiowa Ani 50g ( 6 )</li><li>• Sałata zielona 10g</li><li>• Ogórek kiszony krojony 40g</li><li>• PN: chleb razowy 50g, miks tłuszczowy 5g, twaróg 30g, sałata 15g, pomidor 50g + h b/c 250ml 150g ( 7 ) ( 1 ) ( 4 ) ( 8 )</li><li>• Chleb razowy 100g ( 1 )</li></ul>
Wartości odżywcze		
<b>Energia:</b> 9136 KJ / 2199.85 Kcal; <b>Białko:</b> 93.07 g; <b>Tłuszcz:</b> 91.08 g; <b>Kwasy tłuszczowe nasycone:</b> 24.29 g; <b>Sód:</b> 2081.55 mg; <b>Węglowodany:</b> 243.89 g; <b>Cukier:</b> 15.89 g <b>Błonnik spożywczy:</b> 34.03 g;		

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

mgr inż. dietetyki  
*Klaudia Lefek*  
Klaudia Lefek

### Dieta łatwostrawna bezmleczna (2/ML)

• Śniadanie

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

• 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

• Kolacja

- Chleb pszenno-żytni 120g ( 1 )
- Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g
- Herbata z cukrem 250g
- Połudwica 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 połoźnicza (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
- Marchew z dynią gotowana na parze z natką pietruszki 120g
- Herbata owocowa 250g
- Podwieczorek
- Owoc 1 szt. 100g

• Kolacja

- Chleb pszenno-żytni 120g ( 1 )
- Masło ekstra 82% 10g ( 7 )
- Herbata z cukrem 250g
- Połudwica drobiowa Ani 50g ( 6 )
- Sałata zielona 10g
- Pomidor 40g
- Posiłek nocny: serek wiejski 200g 200g ( 7 )

#### Wartości odżywcze

**Energia:** 9120.99 Kj / 2368.93 Kcal; **Białko:** 110.31 g; **Tłuszcz:** 71.58 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone:** 20.3 g; **Sód:** 825.8 mg; **Węglowodany:** 325.18 g; **Cukier:** 52.4 g **Błonnik spożywczy:** 21.7 g;

mgr inż. dietetyki  
*Klaudia Lefek*  
Klaudia Lefek

GOMI Żywnienie Sp. z o.o.  
ul. Modrzewiowa 31  
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 <sub>2</sub>
13	Łubin i produkty pochodne
14	Mięczaki i produkty pochodne