

JADŁOSPIS MEDISON (karta 2)

Dzień tygodnia	Rodzaj diety	Śniadanie		Obiad		Kolacja		Dodatki
			waga		waga		waga	
SOBOTA 28.03	Zwykła 2164kcal 82,3gB; 56,8gT; 15gNKT; 331,0gW; 83g cukrów; 28g błonnik; 2,9g Na Alergeny: 1,6,7,9	Zupa mleczna z płatkami owsianymi	250ml	Zupa grochowa	350 ml	Wędlina wieprzowa Serek topiony Pomidor	40g 1 szt. 15g	Dodatkowy posiłek dla cukrzyków Maślanka 150ml Podwieczorek: owoc 100g
		Dżem owocowy Wędlina drobiowa Ogórek	25g 40g 15g	Gulasz z żołądków drobiowych	200g	Masło roślinne	15 g	
		Masło roślinne	15g	Kasza pęczak	200g	Pieczywo pszenne	120 g	
		Pieczywo pszenne	120g	Surówka z białej rzodkwi	100g			
		Kawa zbożowa	200ml	Kompot	200 ml	Herbata owocowa	200g	
	lekkostrawna 2023kcal 76,7gB; 51,7gT; 13g NKT; 312,7gW; 78g cukrów; 26g błonnik; 2,8g Na Alergeny: 1,6,7,9	Zupa mleczna z płatkami owsianymi	250ml	Zupa krupnik ryżowy	350 ml	Wędlina drobiowa Pasta z twarożku Pomidor b/s	40g 30g 15g	
		Dżem owocowy Wędlina drobiowa Ogórek b/s	25g 40g 15g	Gulasz z żołądków drobiowych	200g	Masło roślinne	15 g	
		Masło roślinne	15g	Kasza jęczmienna	200g	Pieczywo pszenne	120 g	
		Pieczywo pszenne	120g	Pieczona marchew	100g			
		Kawa zbożowa	200ml	Kompot bez cukru	200 ml	Herbata owocowa	200g	
	Cukrzyca 2173kcal 92,4gB; 63,1gT; 16g NKT; 310,5gW; 75g cukrów; 32g błonnik; 2,6g Na Alergeny: 1,6,7,9	Zupa mleczna z płatkami owsianymi	250ml	Zupa grochowa	350 ml	Wędlina drobiowa Pasta z twarożku Pomidor	40g 30g 15g	Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji Wędlina drobiowa 40g, masło 15g, pieczywo razowe 60g
		Pasztet Wędlina drobiowa Ogórek	40g 40g 15g	Gulasz z żołądków drobiowych	200g	Masło roślinne	15 g	
		Masło roślinne	15g	Kasza pęczak	200g	Pieczywo razowe	120 g	
		Pieczywo razowe	120g	Surówka z białej rzodkwi	100g			
		Kawa zbożowa	200ml	Kompot bez cukru	200 ml	Herbata owocowa	200g	
	papkowata	MIX	300g	MIX	450g	MIX	300g	

JADŁOSPIS MEDISON

data	Dzień tygodnia	Rodzaj diety	Śniadanie		Obiad		Kolacja		Dodatki
				waga		waga		waga	
	NIEDZIELA 29.03	Zwykła 2632kcal 103,4gB; 111,3gT; 35g NKT; 304,2gW; 93g cukrów; 18g błonnik; 3,3g Na Alergeny: 1,3,6,7,9	Zupa mleczna z kaszą jaglaną	250ml	Zupa rosół drobiowy z makaronem	350 ml	Kiełbaska gotowana Ketchup łagodny	1szt. 15g	Dodatkowy posiłek dla cukrzyków Sok pomidorowy 150ml Podwieczorek: Ciasto – porcja; cukrzyca - jogurt naturalny 1szt.
			Jajecznica z cebulą Wędlina drobiowa Ogórek	2 jaja 20g 15g	Kotlet schabowy	110g	Masło roślinne	15 g	
			Masło roślinne	15g	Ziemniaki z koprem	200g	Pieczywo pszenne	120 g	
			Pieczywo pszenne	120g	Salatka szwedzka	100g			
			Herbata zwykła	200ml	Kompot	200 ml	Herbata owocowa	200g	
		lekkostrawna 2453kcal 92,0gB; 97,9gT; 34g NKT; 301,0gW; 93g cukrów; 18g błonnik; 3,7g Na Alergeny: 1,3,6,7,9,10	Zupa mleczna z kaszą jaglaną	250ml	Zupa rosół drobiowy z makaronem	350 ml	Parówka na ciepło Pomidor b/s	2szt. 15g	Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji Wędlina wieprzowa 40g, masło 15g pieczywo razowe 60g
			Pasta jajeczna Wędlina drobiowa Ogórek b/s	50g 20g 15g	Bitka wieprzowa w sosie pieczeniowym	110g + 80g sos	Masło roślinne	15 g	
			Masło roślinne	15g	Ziemniaki gotowane	200g	Pieczywo pszenne	120 g	
			Pieczywo pszenne	120g	Gotowany brokuł	100g			
			Herbata zwykła	200ml	Kompot	200 ml	Herbata owocowa	200g	
		Cukrzyca 2192kcal 90,3gB; 96,5gT; 34g NKT; 240,6gW; 64g cukrów; 32g błonnik; 3,3g Na Alergeny: 1,3,6,7,9,10	Zupa mleczna z ryżem brązowym	250ml	Zupa rosół drobiowy z makaronem razowym	350 ml	Kiełbaska na ciepło Pomidor	1szt. 15g	Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji Wędlina wieprzowa 40g, masło 15g pieczywo razowe 60g
			Pasta jajeczna Wędlina drobiowa Ogórek	50g 20g 15g	Bitka wieprzowa w sosie pieczeniowym	110g + 80g sos	Masło roślinne	15 g	
			Masło roślinne	15g	Ziemniaki gotowane	200g	Pieczywo razowe	120 g	
			Pieczywo razowe	120g	Salatka szwedzka	100g			
			Herbata zwykła	200ml	Kompot bez cukru	200 ml	Herbata owocowa	200g	
		papkowata	MIX	300g	MIX	350g	MIX	300g	

JADŁOSPIS MEDISON

data	Dzień tygodnia	Rodzaj diety	Śniadanie		Obiad		Kolacja		Dodatki
				waga		waga		waga	
	PONIEDZIAŁEK 30.03	Zwykła 2374kcal 106,4gB; 69,5gT; 20g NKT; 330,6gW; 90g cukrów; 18g błonnik; 2,9g Na Alergeny: 1,3,6,7,9	Zupa mleczna z płatkami owsianymi	250ml	Żurek z ziemniakami i jajkiem	350 ml	Ser żółty Wędlina wieprzowa Ogórek kiszony	20g 40g 15g	Dodatkowy posiłek dla cukrzyków Kefir naturalny 150ml, Podwieczorek: Wafelek 1szt.; cukrzyca – ciastko zbożowe 1szt.
			Pasta z twarogu Miód Pomidor	30g 25g 15g	Potrąka z kurczaka	200g	Masło roślinne	15 g	
			Masło roślinne	15g	Ryż biały	200g	Pieczywo pszenne	120 g	
			Pieczywo pszenne	120g	Surówka z buraczków	100g			
			Kawa zbożowa	200ml	Kompot	200 ml	Herbata owocowa	200g	
		lekkostrawna 2281kcal 97,8gB; 65,2gT; 20g NKT; 325,6gW; 88g cukrów; 18g błonnik; 2,8g Na Alergeny: 1,3,6,7,9	Zupa mleczna z płatkami owsianymi	250ml	Bulion warzywny z ziemniakami	350 ml	Serek kanapkowy Wędlina drobiowa Ogórek b/s	20g 40g 15g	
			Pasta z twarogu Miód Pomidor b/s	30g 25g 15g	Potrąka z kurczaka	200g	Masło roślinne	15 g	
			Masło roślinne	15g	Ryż biały	200g	Pieczywo pszenne	120 g	
			Pieczywo pszenne	120g	Surówka z buraczków	100g			
			Kawa zbożowa	200ml	Kompot	200 ml	Herbata owocowa	200g	
		Cukrzyca 2326kcal 107,1gB; 76,8gT; 22g NKT; 301,4gW; 52g cukrów; 28g błonnik; 2,6g Na Alergeny: 1,3,6,7,9	Zupa mleczna z płatkami owsianymi	250ml	Żurek z ziemniakami i jajkiem	350 ml	Serek kanapkowy Wędlina wieprzowa Ogórek kiszony	20g 40g 15g	Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji Wędlina drobiowa 40g, masło 15g pieczywo razowe 60g
			Pasta z twarogu Wędlina drobiowa Pomidor	30g 20g 15g	Potrąka z kurczaka	200g	Masło roślinne	15 g	
			Masło roślinne	15g	Ryż brązowy	200g	Pieczywo razowe	120 g	
			Pieczywo razowe	120g	Surówka szefa kuchni	100g			
			Kawa zbożowa	200ml	Kompot bez cukru	200 ml	Herbata owocowa	200g	
papkowata	MIX	300g	MIX	350g	MIX	300g			

JADŁOSPIS MEDISON

data	Dzień tygodnia	Rodzaj diety	Śniadanie		Obiad		Kolacja		Dodatki	
				waga		waga		waga		
	WTOREK 31.03	Zwykła 2124kcal 81,5gB; 74,8gT; 24g NKT; 270,8gW; 64g cukrów; 18g błonnik; 2,9g Na Alergeny: 1,3,6,7,9,10	Zupa mleczna z ryżem	250ml	Zupa kalafiorowa	350 ml	Południca sopočka Pasta jajeczna Ogórek	40g 30g 15g	Dodatkowy posiłek dla cukrzyków Jabłko 1 szt. Podwieczorek: Jagłanka z jabłkiem 150g.; cukrzyca – jogurt naturalny 1szt.	
			Dżem owocowy Wędlina drobiowa Pomidor	25g 30g 15g	Kotlet mielony	120g	Masło roślinne	15 g		
			Masło roślinne	15g	Ziemniaki	200g	Pieczywo pszenne	120 g		
			Pieczywo pszenne	120g	Surówka z kapusty pekińskiej	100g				
		lekkostrawna 2022kcal 82,5gB; 59,4gT; 19g NKT; 278,2gW; 65g cukrów; 18g błonnik; 2,8g Na Alergeny: 1,3,6,7,9,10	Zupa mleczna z ryżem	250ml	Zupa kalafiorowa	350 ml	Południca sopočka Pasta jajeczna Ogórek b/s	40g 30g 15g		
			Dżem owocowy Wędlina drobiowa Pomidor b/s	25g 30g 15g	Kotlet mielony gotowany na parze	120g	Masło roślinne	15 g		
			Masło roślinne	15g	Ziemniaki	200g	Pieczywo pszenne	120 g		
			Pieczywo pszenne	120g	Gotowana fasolka szparagowa	100g				
		Cukrzyca 2111kcal 84,6gB; 76,6gT; 24g NKT; 260,4gW; 50g cukrów; 22g błonnik; 2,6g Na Alergeny: 1,3,6,7,9,10	Zupa mleczna z ryżem brązowym	250ml	Zupa kalafiorowa	350 ml	Południca sopočka Pasta jajeczna Ogórek	40g 30g 15g		Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji Wędlina wieprzowa 40g , masło 15g, pieczywo razowe 60g
			Pasta drobiowo-wieprzowa Wędlina drobiowa Pomidor b/s	30g 30g 15g	Kotlet mielony gotowany na parze	120g	Masło roślinne	15 g		
			Masło roślinne	15g	Ziemniaki	200g	Pieczywo razowe	120 g		
			Pieczywo razowe	120g	Surówka z kapusty pekińskiej	100g				
papkowata	MIX	300g	MIX	350g	MIX	300g				

JADŁOSPIS MEDISON

data	Dzień tygodnia	Rodzaj diety	Śniadanie		Obiad		Kolacja		Dodatki
				waga		waga		waga	
	ŚRODA 1.04	Zwykła 2257kcal 100,8gB; 70,4gT; 23g NKT; 305,1gW; 93g cukrów; 16g błonnik; 2,9g Na Alergeny: 1,3,6,7,9	Zupa mleczna z płatkami miodowymi	250ml	Zupa z zielonego groszku	350 ml	Paszтет drobiowy Ser żółty Ogórek kiszony	30g 30g 15g	Dodatkowy posiłek dla cukrzyków Kefir naturalny 150ml, wafel ryżowy Podwieczorek: Galaretkę 150g
			Wędlina drobiowa Wędlina wieprzowa Sałata masłowa	30g 30g 1 liść	Kurczak gotowany w sosie jarzynowym	120g + 80g sos	Masło roślinne	15 g	
			Masło roślinne	15g	Ziemniaki	200g	Pieczywo pszenne	120 g	
			Pieczywo pszenne	120g	Surówka z marchewki	100g			
			Kawa zbożowa	200ml	Kompot bez cukru	200 ml	Herbata owocowa	200g	
		lekkostrawna 2215cal 96,2gB; 67,0gT; 22g NKT; 306,9gW; 96g cukrów; 16g błonnik; 2,9g Na Alergeny: 1,3,6,7,9	Zupa mleczna z płatkami miodowymi	250ml	Zupa z zielonego groszku (lekko zmiksowana)	350 ml	Paszтет drobiowy Serek kanapkowy Ogórek b/s	30g 30g 15g	
			Wędlina drobiowa (2 rodzaje) Sałata masłowa	60g 1 liść	Kurczak gotowany w sosie jarzynowym	120g + 80g sos	Masło roślinne	15 g	
			Masło roślinne	15g	Ziemniaki	200g	Pieczywo pszenne	120 g	
			Pieczywo pszenne	120g	Surówka z marchewki	100g			
			Kawa zbożowa	200ml	Kompot bez cukru	200 ml	Herbata owocowa	200g	
		Cukrzyca 2310kcal 98,1gB; 76,3gT; 25g NKT; 307,6gW; 88g cukrów; 22g błonnik; 2,9g Na Alergeny: 1,3,6,7,9	Zupa mleczna z musli 5 zbóż	250ml	Zupa z zielonego groszku	350 ml	Paszтет drobiowy Serek kanapkowy Ogórek kiszony	30g 30g 15g	Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji Jajko gotowane 50g, masło 15g, pieczywo razowe 60g
			Wędlina drobiowa Wędlina wieprzowa Sałata masłowa	30g 30g 1 liść	Kurczak gotowany w sosie jarzynowym	120g + 80g sos	Masło roślinne	15 g	
			Masło roślinne	15g	Ryż brązowy	200g	Pieczywo razowe	120 g	
			Pieczywo razowe	120g	Surówka z marchewki	100g			
			Kawa zbożowa	200ml	Kompot bez cukru	200ml	Herbata owocowa	200g	
		papkowata	MIX	300g	MIX	350g	MIX	300g	

JADŁOSPIS MEDISON

data	Dzień tygodnia	Rodzaj diety	Śniadanie		Obiad		Kolacja		Dodatki
				waga		waga		waga	
	CZWARTEK 2.04	Zwykła 2667kcal 87,5gB; 111,4gT; 35g NKT; 328,6gW; 106g cukrów; 15g błonnik; 2,9g Na Alergeny: 1,3,6,7,9	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi	250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami	350 ml	Wędlina drobiowa Serek topiony Ogórek	40g 1 szt. 15g	Dodatkowy posiłek dla cukrzyków Sok pomidorowy 150ml, Podwieczorek: Soczek owocowy 1szt.; cukrzyca - owoc 100g
			Parówka drobiowa Ketchup łagodny	2 szt. 15g	Gulasz drobiowy z warzywami	200g	Masło roślinne	15 g	
			Masło roślinne	15g	Kasza jęczmienna	200g	Pieczywo pszenne	120 g	
			Pieczywo pszenne	120g	Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem	100g			
			Herbata zwykła	200ml	Kompot bez cukru	200 ml	Herbata owocowa	200g	
		lekkostrawna 2494kcal 90,5gB; 96,9gT; 31g NKT; 314,5gW; 100g cukrów; 18g błonnik; 2,9g Na Alergeny: 1,3,6,7,9	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi	250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami	350 ml	Wędlina drobiowa Pasta z twarogu Ogórek b/s	40g 30g 15g	
			Parówka drobiowa Pomidor b/s	2 szt. 15g	Gulasz drobiowy, wersja lekkostrawna	200g	Masło roślinne	15 g	
			Masło roślinne	15g	Kasza jęczmienna	200g	Pieczywo pszenne	120 g	
			Pieczywo pszenne	120g	Gotowany brokuł	100g			
			Herbata zwykła	200ml	Kompot bez cukru	200 ml	Herbata owocowa	200g	
		Cukrzyca 2516kcal 86,6gB; 113,2gT; 36g NKT; 287,8gW; 78g cukrów; 23g błonnik; 2,6g Na Alergeny: 1,6,7,9	Zupa mleczna z płatkami owsianymi	250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami	350 ml	Wędlina drobiowa Pasta z twarogu Ogórek	40g 30g 15g	Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji Wędlina drobiowa 40g, masło 15g, pieczywo razowe 60g
			Parówka drobiowa Pomidor	2 szt. 15g	Gulasz drobiowy z warzywami	200g	Masło roślinne	15 g	
			Masło roślinne	15g	Kasza pęczak	200g	Pieczywo razowe	120 g	
			Pieczywo razowe	120g	Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem	100g			
			Herbata zwykła	200ml	Kompot bez cukru	200 ml	Herbata owocowa	200g	
		papkowata	MIX	300g	MIX	350g	MIX	300g	

JADŁOSPIS MEDISON

data	Dzień tygodnia	Rodzaj diety	Śniadanie		Obiad		Kolacja		Dodatki
				waga		waga		waga	
	PIĄTEK 3.04	Zwykła 2128kcal 87,4gB; 68,3gT; 20g NKT; 282,8gW; 90g cukrów; 19g błonnik; 2,2g Na Alergeny: 1,3,4,6,7,9,10	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi	250ml	Zupa szczawiowa z jajkiem	350 ml	Pasta jajeczna Pasta z twarogu Pomidor	30g 30g 15g	Dodatkowy posiłek dla cukrzyków Maślanka 150ml, wafel ryżowy Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt. Cukrzyca – jogurt naturalny 1szt.
			Ser żółty Pasta warzywna Ogórek kiszony	30g 30g 15g	Ryba panierowana	110g	Masło roślinne	15 g	
			Masło roślinne	15g	Ziemniaki	100g	Pieczywo pszenne	120 g	
			Pieczywo pszenne	120g	Kapusta kiszona	100g			
			Kawa zbożowa	200ml	Kompot bez cukru	200 ml	Herbata owocowa	200g	
		lekkostrawna 1921kcal 78,0gB; 56,2gT; 15g NKT; 275,3gW; 92g cukrów; 17g błonnik; 1,9g Na Alergeny: 1,3,4,6,7,9	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi	250ml	Zupa marchwianka	350 ml	Pasta jajeczna Pasta z twarogu Pomidor	30g 30g 15g	
			Serek kanapkowy Pasta warzywna Ogórek b/s	30g 30g 15g	Ryba pieczona	110g	Masło roślinne	15 g	
			Masło roślinne	15g	Ziemniaki	200g	Pieczywo pszenne	120 g	
			Pieczywo pszenne	120g	Pieczony kalafior	100g			
			Kawa zbożowa	200ml	Kompot bez cukru	200 ml	Herbata owocowa	200g	
		Cukrzyca 2010kcal 93,2gB; 60,1gT; 17g NKT; 272,3gW; 72g cukrów; 20g błonnik; 1,9g Na Alergeny: 1,3,4,6,7,9	Zupa mleczna z musli 5 zbóż	250ml	Zupa szczawiowa z jajkiem	350 ml	Pasta jajeczna Pasta z twarogu Pomidor	30g 30g 15g	Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji Wędlina wieprzowa 40g, masło 15g pieczywo razowe 60g
			Serek kanapkowy Pasta warzywna Ogórek kiszony	30g 30g 15g	Ryba pieczona	110g	Masło roślinne	15 g	
			Masło roślinne	15g	Ziemniaki	200g	Pieczywo razowe	120 g	
			Pieczywo razowe	120g	Kapusta kiszona	100g			
			Kawa zbożowa	200ml	Kompot bez cukru	200ml	Herbata owocowa	200g	
		papkowata	MIX	300g	MIX	350g	MIX	300g	