

JADŁOSPIS MEDISON (karta 2)

Dzień tygodnia	Rodzaj diety	Śniadanie		Obiad		Kolacja		Dodatki
			waga		waga		waga	
SOBOTA 20.06	Zwykła 2190kcal 81,3gB; 58,6gT; 333,3gW 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
		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 wiosenna	100g			
		Kawa zbożowa	200ml	Kompot	200 ml	Herbata owocowa	200g	
	lekkostrawna 2023kcal 76,7gB; 51,7gT; 312,7gW Alergeny: 1,6,7,9	Zupa mleczna z płatkami owsianymi	250ml	Zupa krupnik ryżowy	350 ml	Wędlina drobiowa Pasta z twarogu Pomidor b/s	40g 30g 15g	Podwieczerek: owoc 100g
		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 2199kcal 91,4gB; 64,9gT; 312,8gW Alergeny: 1,6,7,9	Zupa mleczna z płatkami owsianymi	250ml	Zupa grochowa	350 ml	Wędlina drobiowa Pasta z twarogu 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 wiosenna	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 21.06	Zwykła 2632kcal 103,4gB; 111,3gT; 304,2gW 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; 301,0gW 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; 240,6gW 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 22.06	Zwykła 2374kcal 106,4gB; 69,5gT; 330,6gW 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; 325,6gW 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; 301,4gW 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 23.06	Zwykła 2085kcal 81,5gB; 72,8gT; 265,8gW Alergeny: 1,3,6,7,9,10	Zupa mleczna z ryżem	250ml	Zupa kalafiorowa	350 ml	Polędwica sopocka Pasta jajeczna Ogórek	40g 30g 15g	Dodatkowy posiłek dla cukrzyków Jabłko 1 szt.
			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	Mizeria ze śmietaną	100g			
			Herbata zwykła	200ml	Kompot	200 ml	Herbata owocowa	200g	
		lekkostrawna 2010kcal 81,5gB; 60,4gT; 274,2gW Alergeny: 1,3,6,7,9,10	Zupa mleczna z ryżem	250ml	Zupa kalafiorowa	350 ml	Polędwica sopocka Pasta jajeczna Ogórek b/s	40g 30g 15g	Podwieczorek: Jagłanka z jabłkiem 150g.; cukrzyca – jogurt naturalny 1szt.
			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	Mizeria z jogurtem	100g			
			Herbata zwykła	200ml	Kompot	200 ml	Herbata owocowa	200g	
		Cukrzyca 2037kcal 84,6gB; 70,6gT; 255,4gW Alergeny: 1,3,6,7,9,10	Zupa mleczna z ryżem brązowym	250ml	Zupa kalafiorowa	350 ml	Polędwica sopocka 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	Mizeria z jogurtem	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	
	ŚRODA 24.06	Zwykła 2257kcal 100,8gB; 70,4gT; 305,1gW 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: Galaretką 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; 306,9gW 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; 307,6gW 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 25.06	Zwykła 2667kcal 87,5gB; 111,4gT; 328,6gW 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; 314,5gW 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; 287,8gW 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 26.06	Zwykła	2272kcal 89,8gB; 82,5gT; 292,5gW Alergeny: 1,3,4,6,7,9,10	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi	250ml	Zupa szczawiowa z jajkiem	350 ml	Sałátka jarzynowa z majonezem	150g	Dodatkowy posiłek dla cukrzyków Maślanka 150ml, wafel ryżowy			
			Ser żółty	40g	Ryba panierowana	110g	Wędlina drobiowa	30g				
			Wędlina wieprzowa	20g			Masło roślinne	15 g				
			Ogórek kiszony	15g	Ziemniaki	100g	Pieczywo pszenne	120 g				
			Masło roślinne	15g	Kapusta kiszona	100g						
			Pieczywo pszenne	120g	Kompot bez cukru	200 ml	Herbata owocowa	200g				
			Kawa zbożowa	200ml								
			lekkostrawna	1954kcal 83,1gB; 57,0gT; 277,2gW Alergeny: 1,3,4,6,7,9	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi	250ml	Zupa marchwianka	350 ml		Sałátka jarzynowa z jogurtem	150g	Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt. Cukrzyca – jogurt naturalny 1szt.
					Serek kanapkowy	40g	Ryba pieczona	110g		Wędlina drobiowa	30g	
					Wędlina drobiowa	20g				Masło roślinne	15 g	
					Ogórek b/s	15g	Ziemniaki	200g		Pieczywo pszenne	120 g	
					Masło roślinne	15g	Pieczony kalafior	100g				
	Pieczywo pszenne	120g			Kompot bez cukru	200 ml	Herbata owocowa	200g				
	Cukrzyca	2135kcal 94,3gB; 69,6gT; 282,8gW Alergeny: 1,3,4,6,7,9	Zupa mleczna z musli 5 zbóż	250ml	Zupa szczawiowa z jajkiem	350 ml	Sałátka jarzynowa z jogurtem	150g	Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji Wędlina wieprzowa 40g, masło 15g pieczywo razowe 60g			
			Serek kanapkowy	40g	Ryba pieczona	110g	Wędlina drobiowa	30g				
			Wędlina drobiowa	20g			Masło roślinne	15 g				
			Ogórek kiszony	15g	Ziemniaki	200g	Pieczywo razowe	120 g				
			Masło roślinne	15g	Kapusta kiszona	100g						
Pieczywo razowe	120g	Kompot bez cukru	200ml	Herbata owocowa	200g							
papkowata	MIX	MIX	300g	MIX	350g	MIX	300g					