

Jadłospis 25.04.2025 r. – 01.05.2025 r.

PIĄTEK 25.04.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), serek śniadaniowy naturalny 150 g (7), blok drobiowy 30 g (1,10) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), serek śniadaniowy naturalny 150 g (7), blok drobiowy 30 g (1,10) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), serek śniadaniowy naturalny 150 g (7), blok drobiowy 30 g (1,10) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Serek śniadaniowy naturalny 150 g (7), blok drobiowy 30 g (1,10) na sałacie 5 g, sałatka z pomidora 50 g, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z jajkiem gotowanym (1,3,7)
	OBIAD	Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), ryba smażona 100 g (1,3,4,6,8,9), surówka z kapusty białej 100 g (3,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), kotlety z ryby parowane 90 g (1,3,4,6,8,9), sos jarzynowy 100 g (1,6,7,8,9), ziemniak z koperkiem 250 g	Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), pulpety z ryby gotowane 90 g (1,3,4,6,8,9), sos jarzynowy 100 g (1,6,7,8,9), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), ryba smażona 100 g (1,3,4,6,8,9), sos jarzynowy 100 g (1,6,7,8,9), ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)
	KOLACJA	Parówka delikatesowa na gorąco 80 g (1,10), ser topiony Hochland 18 g (7), sałatka z białej rzodkiewki, ogórka kiszzonego z olejem 50 g (3,7,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Parówka delikatesowa na gorąco 80 g (1,10), ser topiony Hochland 18 g (7), sałatka z białej rzodkiewki, ogórka kiszzonego z olejem 50 g (3,7,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Parówka delikatesowa 80 g (1,10), twaróg 30 g (7), sałatka z sałaty i roszponki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Parówka delikatesowa na gorąco 80 g (1,10), ser topiony Hochland 18 g (7), sałatka z białej rzodkiewki, ogórka kiszzonego z olejem 50 g (3,7,10), masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml
	POSIŁEK DODATKOWY	Kisiel z jabłkiem 150 g	Kisiel z jabłkiem 150 g	Kisiel z jabłkiem 150 g	Kisiel z jabłkiem 150 g
	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2041,1 kcal, białko ogółem 75 g, tłuszcz ogółem 54,4 g	Wartość energetyczna 2100,1 kcal, białko ogółem 74,6 g, tłuszcz ogółem 60,8	Wartość energetyczna 2033,5 kcal, białko ogółem 67,8 g, tłuszcz ogółem 56,2 g, w tym	Wartość energetyczna 2097,6 kcal, białko ogółem 73,1 g, tłuszcz ogółem 53,4 g, w tym

		w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,4 g, węglowodany ogółem 353,8 g, w tym cukry proste 52,4 g, błonnik pokarmowy 28,9 g, sól 6,7 g	g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12,3 g, węglowodany ogółem 348,2 g, w tym cukry proste 41,4 g, błonnik pokarmowy 18,4 g, sól 7 g	kwasy tłuszczowe nasycone 12,7 g, węglowodany ogółem 361,8 g, w tym cukry proste 52,2 g, błonnik pokarmowy 14,1 g, sól 6,4 g	kwasy tłuszczowe nasycone 11,8 g, węglowodany ogółem 338,8 g, w tym cukry proste 24,4 g, błonnik pokarmowy 28,1 g, sól 7,8 g
--	--	--	---	--	--

SOBOTA 26.04. 2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), szynka wieprzowa gotowana 50 g (1,10) na sałacie 5 g, dżem 25 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), szynka wieprzowa gotowana 50 g (1,10) na sałacie 5 g, dżem 25 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), szynka wieprzowa gotowana 50 g (1,10) na sałacie 5 g, dżem 25 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Szynka gotowana 50 g (1,10), twaróg 30 g (7) na sałacie 5 g, sałatka z rzodkiewki 35 g, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z kiełbasą szynkową (1,7)
	OBIAD	Zupa ziemniaczana z zacierką i pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290 g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna 200 g (1)	Zupa ziemniaczana z zacierką i pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290 g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna 200 g (1)	Zupa ziemniaczana z zacierką i pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy gotowany w jarzynach 180 g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna 200 g (1)	Zupa ziemniaczana z zacierką i pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), schab duszony 90 g (1,6,8,9), surówka z jarzyn mieszanych 100 g (1,6,8,9),10, ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)
	KOLACJA	Ser żółty 50 g (1,10), blok szynkowy 30 g (1,10), sałatka z selera naciowego i jabłka 50 g (7,10), masło 15 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Ser żółty 50 g (1,10), blok szynkowy 30 g (1,10), sałatka z selera naciowego i jabłka 50 g (7,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Blok szynkowy 50 g (1,10), twaróg 30 g (7) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Ser żółty 50 g (1,10), blok szynkowy 30 g (1,10), sałatka z selera naciowego i jabłka 50 g (7,10), masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml
	POSIŁEK DODATKOWY	Pomarańcza 100 g	Pomarańcza 100 g	Pomarańcza 100 g	Pomarańcza 100 g

	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2262 kcal, białko ogółem 73 g, tłuszcz ogółem 52,3 g , w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,4 g, węglowodany ogółem 345,6 g, w tym cukry proste 52,5 g, błonnik pokarmowy 26,6 g, sól 5,4 g	Wartość energetyczna 2095,2 kcal, białko ogółem 76 g , tłuszcz ogółem 56,8 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 16,8 g, węglowodany ogółem 352,9 g, w tym cukry proste 53,5 g, błonnik pokarmowy 17 g, sól 5,4 g	Wartość energetyczna 2082,4 kcal, białko ogółem 72,1 g, tłuszcz ogółem 54,1 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14 g, węglowodany ogółem 346,5 g, w tym cukry proste 52,3 g , błonnik pokarmowy 19,4 g, sól 5,9 g	Wartość energetyczna 2089 kcal, białko ogółem 77 g, tłuszcz ogółem 53,1 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 15,3 g, węglowodany ogółem 353,1 g, w tym cukry proste 31,6 g, błonnik pokarmowy 26,8 g , sól 6,5 g
--	-----------------------------	--	--	--	--

NIEDZIELA 27.04.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7), serdelka na gorąco 80 g (1,10), serek Hochland 18 g (7), pomidor 50 g, masło 15 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1)	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7), serdelka na gorąco 80 g (1,10), serek Hochland 18 g (7), pomidor 50 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1)	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) , serdelka na gorąco 80 g (1,10), miód 25 g , jabłko pieczone 90 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1)	Serdelka na gorąco 80 g (1,10), serek Hochland 18 g (7), pomidor 50 g, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)
	OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9), kotlet devolay 90 g (1,3,6,7,8,9), surówka z kapusty białej i pora 100 g (3,7,10), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3,6,7,8,9),filet drobiowy duszony w sosie własnym 190 g (1,6,7,8,9), fasolka szparagowa oprószana 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy gotowany w sosie 190 g (1,6,7,8,9), marchewka oprószana 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3, 6,7,8,9), filet drobiowy duszony 90 g (1,6,8,9), surówka z kapusty białej i pora 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (7,10)
	KOLACJA	Kiełbasa szynkowa 50 g (1,10), twaróg z koperkiem 50 g (7) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Kiełbasa szynkowa 50 g (1,10), twaróg z koperkiem 50 g (7) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Kiełbasa szynkowa 50 g (1,10), twaróg z koperkiem 50 g (7) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Kiełbasa szynkowa 50 g (1,10), twaróg z koperkiem 50 g (7) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml

	POSIŁEK DODATKOWY	Jabłko 90 g	Jabłko 90 g	Jabłko 90 g	Jabłko 90 g
	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2031,7 kcal, białko ogółem 76,4 g, tłuszcz ogółem 53,1 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 17,8 g, węglowodany ogółem 346,7 g, w tym cukry proste 53,6 g, błonnik pokarmowy 27,8 g, sól 7,4 g	Wartość energetyczna 2082,2 kcal, białko ogółem 74,2 g, tłuszcz ogółem 56,2 g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11,9 g, węglowodany ogółem 341,1 g, w tym cukry proste 56,5 g, błonnik pokarmowy 19,1 g, sól 7,8 g	Wartość energetyczna 2080 kcal, białko ogółem 76,1 g, tłuszcz ogółem 51,6 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 16,9 g, węglowodany ogółem 348,7 g, w tym cukry proste 53,3 g, błonnik pokarmowy 17,8 g, sól 7,2 g	Wartość energetyczna 2083,1 kcal, białko ogółem 76,9 g, tłuszcz ogółem 57,5 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,4 g, węglowodany ogółem 344,5 g, w tym cukry proste 56,4 g, błonnik pokarmowy 28,3 g, sól 8,4 g

PONIEDZIAŁEK 28.04.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), twaróg krajanka 50 g (7), jajko gotowane 25 g (30 na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), twaróg krajanka 50 g (7), jajko gotowane 25 g (30 na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), twaróg krajanka 50 g (7), blok szynkowy 30 g (1,10) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), twaróg krajanka 50 g (7), jajko gotowane 25 g (30 na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z kiełbasą szynkową (1,7,10)
	OBIAD	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9), makaron z kapustą, boczkiem i kiełbasą zwyczajną 390 g (1,3,6,8,9,10)	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9), makaron z sosem mięsno – pomidorowym z soczewicą 390 g (1,3,6,7,8,9)	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9), makaron z sosem mięsnym 390 g (1,3,6,8,9), szpinak oprószany 100 g (1,7)	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9), gołąbki 100 g (1,3,6,8,9,10), jarzyny z wody 100 g (6,8,9,10), ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem (1,7)

	KOLACJA	Pasta z kurczaka 50 g (1,6,7,8,9) , ser żółty 30 g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix i rzodkiewki z sosem winegret 50 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Pasta z kurczaka 50 g (1,6,7,8,9), ser żółty 30 g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix i rzodkiewki z sosem winegret 50 g, masło 15 g (7) , chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Pasta z kurczaka 50 g (1,6,7,8,9), twarożek 30 g (7) na sałacie 5g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Pasta z kurczaka 50 g (1,6,7,8,9) , ser żółty 30 g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix i rzodkiewki z sosem winegret 50 g, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml
	POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt owocowy 150 g (7)	Jogurt owocowy 150 g (7)	Jogurt owocowy 150 g (7)	Jogurt naturalny 150 g (7)
	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2053,2 kcal, białko ogółem 72,8 g, tłuszcz ogółem 59,2 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,4 g, węglowodany ogółem 349,3 g w tym cukry proste 57,4 g, błonnik pokarmowy 25,6 g, sól 6,1 g	Wartość energetyczna 2077,3 kcal, białko ogółem 72,7 g tłuszcz ogółem 53,4 g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 15,3 g, węglowodany ogółem 345,1 g , w tym cukry proste 54,1 g, błonnik pokarmowy 19,1 g, sól 5,1 g	Wartość energetyczna 2086,4 kcal, białko ogółem 70,6 g, tłuszcz ogółem 53,6 g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11,4 g, węglowodany ogółem 332,9 g, w tym cukry proste 52, 4 g, błonnik pokarmowy 18,5 g, sól 5,9 g	Wartość energetyczna 2043,8 kcal, białko ogółem 78,2 g, tłuszcz ogółem 52,4 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,5 g, węglowodany ogółem 343,8 g, w tym cukry proste 53,8 g, błonnik pokarmowy 26,8 g, sól 6,9 g

WTOREK 29.04.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie 5 g, kiełbasa szynkowa 50 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie 5 g, kiełbasa szynkowa 50 g (1,10),, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), pasta z białek 50 g (3,7) na sałacie 5 g, kiełbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie 5 g, kiełbasa szynkowa 30 g (1,10), sałatka z ogórka kiszzonego 50 g (10), masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)

	OBIAD	Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), kotlet mielony 90 g (1,3,6,8,9), surówka z kapusty pekińskiej 100 g (3,7,10), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie 190 g (1,3,6,7,8,9), buraczki oprószone 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), pulpety drobiowo-wieprzowe gotowane w sosie śmietanowym (1,3,6,7,8,9), buraczki oprószone 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone 90 g (1,3,6,8,9), sałatka z buraczków 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)
	KOLACJA	Parówka delikatesowa 80 g (1,10), ser topiony Hochland 18 (7), sałatka z sałaty, rukoli i pomidora z sosem winegret 50 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Parówka delikatesowa 80 g (1,10), ser topiony Hochland 18 (7), sałatka z sałaty, rukoli i pomidora z sosem winegret 50 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Parówka delikatesowa 80 g (1,10), twaróg 30 g (7), sałatka z sałaty i rukoli z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Parówka delikatesowa 80 g (1,10), ser topiony Hochland 18 (7), sałatka z sałaty, rukoli i pomidora z sosem winegret 50 g, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml
	POSIŁEK DODATKOWY	Mandarynka	Mandarynka	Mandarynka	Mandarynka
	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2058,7 kcal, białko ogółem 72,6 g, tłuszcz ogółem 56 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 16,6 g, węglowodany ogółem 348,1 g, w tym cukry proste 37,6 g, błonnik pokarmowy 24,8 g, sól 7,1 g	Wartość energetyczna 2092,7 kcal, białko ogółem 74,6 g, tłuszcz ogółem 53,3 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 19,3 g, węglowodany ogółem 354,7 g, w tym cukry proste 37,2 g, błonnik pokarmowy 17,6 g, sól 7,2 g	Wartość energetyczna 2060,7 kcal, białko ogółem 74,8 g, tłuszcz ogółem 55,9 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,5 g, węglowodany ogółem 348,6 g, w tym cukry proste 37,8 g, błonnik pokarmowy 16,9 g, sól 6,8 g	Wartość energetyczna 2059,8 kcal, białko ogółem 78,9 g, tłuszcz ogółem 51,7 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,2 g, węglowodany ogółem 338,1 g, w tym cukry proste 23,7 g, błonnik pokarmowy 26,8 g, sól 7,4 g

ŚRODA 30.04.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), pasta z twarogu i chrzanu 50 g (7,10) na sałacie 5 g, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 15 g (7)	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), pasta z twarogu i chrzanu 50 g (7,10) na sałacie 5 g, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 15 g (7),	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), twaróg 50 g (7) na sałacie 5 g, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), pasta z twarogu i chrzanu 50 g (7,10) na sałacie 5 g, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb razowy

		chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z jajkiem (1,3,7)
	OBIAD	Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone w sosie własnym 190 g (1,6,7,8,9), marchewka z groszkiem oprószana 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone w sosie własnym 190 g (1,6,7,8,9), marchewka z groszkiem oprószana 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe gotowane w sosie 190 g (1,6,8,9), marchewka oprószana 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartka drobiowa duszona 100 g (1,6,8,9), marchewka z groszkiem 100 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)
	KOLACJA	Salatka jarzynowa 100 g (1,3,6,7,8,9) na sałacie 5 g, blok drobiowy 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Salatka jarzynowa 100 g (1,3,6,7,8,9) na sałacie 5 g, blok drobiowy 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Salatka jarzynowa z białkiem 100 g (1,3,6,7,8,9) na sałacie 5 g, blok drobiowy 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Salatka jarzynowa 100 g (1,3,6,7,8,9) na sałacie 5 g, blok drobiowy 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml
	POSIŁEK DODATKOWY	Kisiel z jabłkiem 150 g	Kisiel z jabłkiem 150 g	Kisiel z jabłkiem 150 g	Kisiel z jabłkiem 150 g
	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2078 kcal, białko ogółem 77,7 g, tłuszcz ogółem 58,7 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 16,2 g, węglowodany ogółem 347,8 g, w tym cukry proste 38,1 g, błonnik pokarmowy 29,5 g, sól 6,7 g	Wartość energetyczna 2039,7 kcal, białko ogółem 64,3 g, tłuszcz ogółem 59 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 17,2 g, węglowodany ogółem 336,7 g, w tym cukry proste 33,3 g, błonnik pokarmowy 19,8 g, sól 5,9 g	Wartość energetyczna 2090,7 kcal, białko ogółem 74,6 g, tłuszcz ogółem 53,4 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 15,8 g, węglowodany ogółem 336,8 g, w tym cukry proste 56,4 g, błonnik pokarmowy 17,8 g, sól 6,1 g	Wartość energetyczna 2094,8 kcal, białko ogółem 63,1 g, tłuszcz ogółem 54,7 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,7 g, węglowodany ogółem 334,4 g, w tym cukry proste 35,6 g, błonnik pokarmowy 26,8 g, sól 5,7 g

CZWARTEK 01.05.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (1,7), serdelka na gorąco (1,10), serek Hochland 18 g (7), pomidor 50 g, masło 15 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (1,7), serdelka na gorąco (1,10), serek Hochland 18 g (7), pomidor 50 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (1,7), serdelka na gorąco (1,10), dżem 25 g, jabłko parowane, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Serdelka na gorąco (1,10), serek Hochland 18 g (7), pomidor 50 g, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (3) herbata czarna napar bez cukru 250 ml II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)
	OBIAD	Rosół z makaronem 300 ml (1,36,8,9), kotlet schabowy 100 g (1,6,6,8,9), surówka z jarzyn mieszanych 100 g (3,6,7,8,9,10), ziemniaki z koperkiem 250 g	Rosół z makaronem 300 ml (1,36,8,9), schab duszony w sosie 190 g (1,6,7,8,9), jarzyny oprószane 100 g (1,6,7,8,9), ziemniaki z koperkiem 250 g	Rosół z makaronem 300 ml (1,36,8,9), schab gotowany w sosie 190 g (1,6,7,8,9), jarzyny oprószane 100 g (1,6,7,8,9), ziemniaki z koperkiem 250 g	Rosół z makaronem 300 ml (1,36,8,9), schab duszony 90 g (6,8,9), jarzyny gotowane 100 g (1,6,8,9), ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)
	KOLACJA	Ser żółty 50 g (7), kielbasa szynkowa 30 g (1,10), sałatka z białej rzodkiewki, ogórka kiszzonego i koperku z sosem winegret 50 g (10), masło 15 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Ser żółty 50 g (7), kielbasa szynkowa 30 g (1,10), sałatka z białej rzodkiewki, ogórka kiszzonego i koperku z sosem winegret 50 g (10), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Kielbasa szynkowa 50 g (1,10), twaróg 30 g (7), sałatka z sałaty i koperku z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Ser żółty 50 g (7), kielbasa szynkowa 30 g (1,10), sałatka z białej rzodkiewki, ogórka kiszzonego i koperku z sosem winegret 50 g (10), , masło 15 g, chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml
	POSIŁEK DODATKOWY	Pomarańcza 100 g	Pomarańcza 100 g	Pomarańcza 100 g	Pomarańcza 100 g
	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2035,4 kcal, białko ogółem 68,5 g, tłuszcz ogółem 53,3 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12,1 g węglowodany ogółem 339,9 g, w tym cukry proste 33,3	Wartość energetyczna 2033,6 kcal, białko ogółem 66,9 g, tłuszcz ogółem 51,7 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18 g , węglowodany ogółem 338,8 g, w tym cukry proste 33,8 g,	Wartość energetyczna 2024,5 kcal, białko ogółem 72 g, tłuszcz ogółem 55,4 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,1 g, węglowodany ogółem 340,7 g, w tym cukry proste 26 g ,	Wartość energetyczna 2075,3 kcal, białko ogółem 61,4 g, tłuszcz ogółem 53,1 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 10,7 g, węglowodany ogółem 332,9 g , w tym cukry proste 14,5 g, błonnik pokarmowy 27,8 g, sól 7,4 g

		g, błonnik pokarmowy 28,2 g, sól 6,8 g	błonnik pokarmowy 17,7 g, sól 6,5 g	błonnik pokarmowy 16,8 g , sól 6,1 g	
--	--	---	--	---	--

***Zastrzega się prawo do modyfikacji w jadłospisie**

WYKAZ ALERGENÓW:

Alergen nr 1 – mąki zawierające gluten tj. z pszenicy, żyta, jęczmienia, owsa, orkisz i produkty pochodne;

Alergen nr 2 – skorupiaki i produkty pochodne;

Alergen nr 3 – jaja i produkty pochodne;

Alergen nr 4 – ryby i produkty pochodne;

Alergen nr 5 – produkty zawierające niewielkie ilości orzeszków ziemnych (arachidowych);

Alergen nr 6 – produkty zawierające niewielkie ilość soi, sezamu, gorczycy;

Alergen nr 7 – mleko i produkty pochodne;

Alergen nr 8 – orzechy;

Alergen nr 9 – seler i produkty pochodne;

Alergen 10 – gorczyca i produkty pochodne

Alergen 11 – nasiona sezamu i produkty pochodne

Alergen 12 – dwutlenek siarki

Alergen 13 - łubin

