

Jadłospis 04.04.2025 r. – 10.04.2025 r.

PIĄTEK 04.04.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300 ml , pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie 5 g, blok szynkowy 30 g (1,10), 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 , pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie 5 g, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Płatki owsiane na mleku 300 ml , pasta z białek 50 g (3,7) na sałacie 5 g, blok szynkowy 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, blok szynkowy 30 g (1,10), papryka czerwona 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 serem żółtym (1,7)
	OBIAD	Zupa grochowa 300 ml (1,6,8,9,10), ryż na mleku z musiem jabłkowym 290 g (1,7)	Zupa marchwiowa 300 ml (1,6,7,8,9), ryż na mleku z musiem jabłkowym 290 g (1,7)	Zupa marchwiowa 300 ml (1,6,7,8,9), ryż na mleku z musiem jabłkowym 290 g (1,7)	Zupa marchwiowa 300 ml (1,6,7,8,9), filet drobiowy duszony 90 g (1,6,7,8,9), surówka z kiszonej kapusty 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)
	KOLACJA	Ryba w galarecie 150 g (1,4,6,8,9,10), ser topiony Hochland 18 g (7), sałatka z sałaty mix z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Ryba w galarecie 150 g (1,4,6,8,9,10), ser topiony Hochland 18 g (7), sałatka z sałaty mix z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Ryba w galarecie 150 g (1,4,6,8,9,10), miód 25 g, sałatka z roszponki, sałaty i sałaty mix z sosem 35 g, winegret masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Ryba w galarecie 150 g (1,4,6,8,9,10), ser topiony Hochland 18 g (7), sałatka z sałaty mix z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml
	POSIŁEK DODATKOWY	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g

	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2034,9 kcal, białko ogółem 69,3 g, tłuszcz ogółem 56,8 g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,9 g, węglowodany ogółem 344,9 g, w tym cukry proste 51,6 g, błonnik pokarmowy 26,9 g, sól 6,9 g	Wartość energetyczna 2054,8 kcal, białko ogółem 68,8 g, tłuszcz ogółem 56,3 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,4 g, węglowodany ogółem 353,8 g, w tym cukry proste 52,9 g, błonnik pokarmowy 19,4 g, sól 7,3 g	Wartość energetyczna 2035,8 kcal , białko ogółem 69,4 g, tłuszcz ogółem 54,9 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12,9 g, węglowodany ogółem 354,9 g, w tym cukry proste 53,9 g, błonnik pokarmowy 16,1 g, sól 6,9 g	Wartość energetyczna 2089 kcal, białko ogółem 71,9 g, tłuszcz ogółem 43,5 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12,9 g, węglowodany ogółem 344, 6 g, w tym cukry proste 36,8 g, błonnik pokarmowy 28,9 g, sól 7,8 g
--	-----------------------------	--	---	--	--

SOBOTA 05.04.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Ryż na mleku 300 ml (1,7), pasta z twarogu i chrzanu 50 g (7,10) na sałacie 5 g, kiełbasa krakowska 30 g (1,10) , masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Ryż na mleku 300 ml (1,7), pasta z twarogu i chrzanu 50 g (7,10) na sałacie 5 g, kiełbasa krakowska 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Ryż na mleku 300 ml (1,7), pasta z twarogu (7) na sałacie 5 g, kiełbasa szynkowa 30 g (1,10), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Pasta z twarogu i chrzanu 50 g (7,10) na sałacie 5 g, kiełbasa krakowska 30 g (1,10), ogórek kiszony 50 g (10), masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1) II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)
	OBIAD	Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 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 ze szpinakiem 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 ze szpinakiem 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy gotowany w jarzynach 290 g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna 200 g (1)	Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 300 ml (1,6,7,8,9), klopsiki mielone 90 g (1,3,6,8,9), surówka z jarzyn mieszanych 100 g (3,7,9), ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)
	KOLACJA	Ser żółty 50 g (7), blok drobiowy 30 g (1,10), sałatka z sałaty i rzodkiewki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Ser żółty 50 g (7), blok drobiowy 30 g (1,10), sałatka z sałaty i rzodkiewki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Blok drobiowy 50 g (1,10), twaróg 30 g (7), sałatka z sałaty i koperku 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Ser żółty 50 g (7), blok drobiowy 30 g (1,10), sałatka z sałaty i rzodkiewki z sosem winegret 35 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 2038,4 kcal, białko ogółem 69,9 g, tłuszcz ogółem 56,3 g , w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12,8 g, węglowodany ogółem 345,9 g, w tym cukry proste 348,3 g, błonnik pokarmowy 23,9 g, sól 6,4 g	Wartość energetyczna 2042,9 kcal, białko ogółem 67,8 g , tłuszcz ogółem 54,3 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12,9 g, węglowodany ogółem 359,4 g, w tym cukry proste 37,1 g, błonnik pokarmowy 16,8 g, sól 7,2 g	Wartość energetyczna 2053,2 kcal, białko ogółem 70,3 g, tłuszcz ogółem 48,9 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11,8 g, węglowodany ogółem 346,9 g, w tym cukry proste 34,8 g , błonnik pokarmowy 15,9 g, sól 5,4 g	Wartość energetyczna 2073,4 kcal, białko ogółem 76,5 g, tłuszcz ogółem 46,9 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 113 g, węglowodany ogółem 357,3 g, w tym cukry proste 33,9 g, błonnik pokarmowy 20,9 g, sól 6,3 g

NIEDZIELA 06.04.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (1,7), serdelka na gorąco 90 g (1,10), ser 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 90 g (1,10), ser Hochland 18 g (7), pomidor 50 g,, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 (1)	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (1,7), serdelka na gorąco 90 g (1,10), miód 25 g, sałatka z sałaty i pietruszki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Serdelka na gorąco 90 g (1,10), ser Hochland 18 g (7), pomidor 50 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 170 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z kietbasą szynkową (1,7,10)
	OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (1,6,7,8,9), kotlet drobiowy 90 g (1,3,6,7,8,9), surówka z kapusty białej i pora 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (1,6,7, 8,9), filet drobiowy duszony w sosie 190 g (1,6,7,8,9), marchew z fasolką szparagową i kalafiorem oprószana 100 g (1,7), kalafiorem oprószana 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), filet drobiowy gotowany w sosie koperkowym 190 g (1,6,7,8,9), marchewka oprószana 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy duszony 90 g (1,6,8,9), marchewka z fasolką i kalafiorem 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (7,10)

	KOLACJA	Szynka gotowana 50 g (1,10), ser żółty 30 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)	Szynka gotowana 50 g (1,10), ser żółty 30 g (7) na sałacie 5 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, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Szynka gotowana 50 g (1,10), ser żółty 30 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	Budyń 150 g (1,7)	Budyń 150 g (1,7)	Budyń 150 g (1,7)	Jabłko 90 g
	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2053,9 kcal, białko ogółem 71,5 g, tłuszcz ogółem 56,3 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24,3 g, węglowodany ogółem 346,7 g, w tym cukry proste 45,7 g, błonnik pokarmowy 25,8 g, sól 7,6 g	Wartość energetyczna 2064,3 kcal, białko ogółem 75,6 g, tłuszcz ogółem 55,6 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 21,9 g, węglowodany ogółem 343,8 g, w tym cukry proste 39,9 g, błonnik pokarmowy 17,9 g, sól 7,9 g	Wartość energetyczna 2061,3 kcal, białko ogółem 74,3 g, tłuszcz ogółem 55,3 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,8 g, węglowodany ogółem 344,6 g, w tym cukry proste 36,9 g, błonnik pokarmowy 17,9 g, sól 7,4 g	Wartość energetyczna 2089,4 kcal, białko ogółem 73,8 g, tłuszcz ogółem 55,9 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,9 g, węglowodany ogółem 346,9 g, w tym cukry proste 44,9 g, błonnik pokarmowy 25,9 g, sól 7,9 g

PONIEDZIAŁEK 07.04.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), twaróg krajanka 50 g (7), kiełbasa szynkowa 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)	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), twaróg krajanka 50 g (7), kiełbasa szynkowa 30 g (1,10) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), twaróg krajanka 50 g (7), kiełbasa szynkowa 30 g (1,10) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Twaróg krajanka 50 g (7), kiełbasa szynkowa 30 g (1,10) na sałacie 5 g, papryka czerwona 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 (1,3,7)
	OBIAD	Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), risotto z jarzynami z sosem	Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), risotto z	Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9),	Zupa ziemniaczana z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), gotąbki 120 g (1,6,8,9,10),

		mięсно – pomidorowym 290 g (1,6,7,8,9)	jarzynami z sosem mięsno – pomidorowym 290 g (1,6,7,8,9)	risotto z jarzynami z sosem mięsnym 290 g (1,6,7,8,9)	surówka z tartej marchewki i jabłka, ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)
	KOLACJA	Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9) na sałacie 5 g, ser topiony 30 g (7), masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9) na sałacie 5 g, ser topiony 30 g (7), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9) na sałacie 5 g, dżem 25 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9) na sałacie 5 g, ser topiony 30 g (7), masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml
	POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt naturalny 150 g (7)	Jogurt naturalny 150 g (7)	Jogurt naturalny 150 g (7)	Jogurt naturalny 150 g (7)
	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2035,8 kcal, białko ogółem 72,9 g, tłuszcz ogółem 53,9 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 16,9 g, węglowodany ogółem 348,9 g w tym cukry proste 56,8 g, błonnik pokarmowy 26,8 g, sól 6,9 g	Wartość energetyczna 2047,8 kcal, białko ogółem 71,5 g, tłuszcz ogółem 52,8 g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 15,8 g, węglowodany ogółem 344,7 g, w tym cukry proste 55,5 g, błonnik pokarmowy 16,9 g, sól 6,8 g	Wartość energetyczna 2046,6 kcal, białko ogółem 54,6 g, tłuszcz ogółem 52,7 g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,8 g, węglowodany ogółem 349,6 g, w tym cukry proste 55,9 g, błonnik pokarmowy 16,7 g, sól 6,4 g	Wartość energetyczna 2102 kcal, białko ogółem 73,4 g, tłuszcz ogółem 51,9 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,3 g, węglowodany ogółem 349,6 g, w tym cukry proste 35,6 g, błonnik pokarmowy 27,8 g, sól 7,7 g

WTOREK 08.04.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie 5 g, blok drobiowy 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie 5 g, blok drobiowy 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), pasta z białek 50 g (3,7) na sałacie 5 g, blok drobiowy 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, 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

					II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z szynką gotowaną (1,7,10)
	OBIAD	Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie koperkowym 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), klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie koperkowym 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 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 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 na gorąco 80 g (1,10), ser żółty (7), sałatka z sałaty, sałaty mix i roszponki z sosem winegret 35 g, 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 30 g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix 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), twarożek 30 g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix 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 żółty 30 g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix i roszponki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml
	POSIŁEK DODATKOWY	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g
	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2048,9 kcal, białko ogółem 71,8 g, tłuszcz ogółem 53,8 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,8 g, węglowodany ogółem 338,9 g, w tym cukry proste 56,4 g, błonnik pokarmowy 25,6 g, sól 6,7 g	Wartość energetyczna 2051,8 kcal, białko ogółem 71,4 g, tłuszcz ogółem 54,6 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,9 g, węglowodany ogółem 343,5 g, w tym cukry proste 46,9 g, błonnik pokarmowy 17,9 g, sól 5,9 g	Wartość energetyczna 2049,9 kcal, białko ogółem 71,6 g, tłuszcz ogółem 53,4 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,9 g, węglowodany ogółem 346,9 g, w tym cukry proste 53,8 g, błonnik pokarmowy 17,9 g, sól 7,8 g	Wartość energetyczna 2103,4 kcal, białko ogółem 73,9 g, tłuszcz ogółem 53,8 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 15,9 g, węglowodany ogółem 347,9 g, w tym cukry proste 26,9 g, błonnik pokarmowy 23,6 g, sól 6,8 g

ŚRODA 09.04.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), blok szynkowy 50 g (1,10), miód 25 g, sałatka z sałaty, rukoli i pomidora z sosem winegret 50 g, masło, 15 g (7) chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1), kawa zbożowa napar 250 ml (1)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), blok szynkowy 50 g (1,10), miód 25 g, sałatka z sałaty, rukoli i pomidora z sosem winegret 50 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa napar 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7),), blok szynkowy 50 g (1,10), miód 25 g, sałatka z sałaty i rukoli z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa napar 250 ml	Blok szynkowy 50 g (1,10), serek Hochland 18 g (7), sałatka z sałaty, rukoli, pomidora z sosem winegret 50 g, masło 15 g (7), herbata czarna napar bez cukru 250 ml II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)
	OBIAD	Zupa, szpinakowa 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone w marchewce 190 g (1,6,8,9), ryż biały 200 g	Zupa, szpinakowa 300 ml (1,6,8,9), ćwiartki drobiowe duszone w marchewce 190 g (1,6,7,8,9), ryż biały 200 g	Zupa, szpinakowa 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe gotowane w marchewce 190 g (1,6,8,9), ryż biały 200 g	Zupa, szpinakowa 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone 100 g (1,6,8,9), marchew z groszkiem 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)
	KOLACJA	Sałatka jarzynowa 100 g (1,3,6,7,8,9,10) na sałacie 5 g, kielbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Sałatka jarzynowa 100 g (1,3,6,7,8,9,10) na sałacie 5 g, kielbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Sałatka jarzynowa z białkiem 100 g (1,3,6,7,8,9) na sałacie 5 g, kielbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Sałatka jarzynowa 100 g (1,3,6,7,8,9,10) na sałacie 5 g, kielbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 170 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 2069,9 kcal, białko ogółem 69 g, tłuszcz ogółem 54,9 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,9 g, węglowodany ogółem 349,9 g, w tym cukry proste 54,9	Wartość energetyczna 2066,3 kcal, białko ogółem 66,5 g, tłuszcz ogółem 53,9 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,9 g, węglowodany ogółem 348,9 g, w tym cukry proste 53,9 g,	Wartość energetyczna 2064,8 kcal, białko ogółem 66,8 g, tłuszcz ogółem 49,9 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,9 g, węglowodany ogółem 349,8 g, w tym cukry proste 56,9i	Wartość energetyczna 2107,9 kcal, białko ogółem 71,9 g, tłuszcz ogółem 56,9 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,6 g, węglowodany ogółem 351,9 g, w tym cukry proste 36,9 g, błonnik pokarmowy 26 g, sól 8,6 g

		g, błonnik pokarmowy 26,9 g, sól 6,6 g	błonnik pokarmowy 18,4 g, sól 6,9 g	g, błonnik pokarmowy 16,3 g, sól 6,3 g	
--	--	--	-------------------------------------	--	--

CZWARTEK 10.04.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100 g (7), blok drobiowy 30 g (1,10) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100 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 homogenizowany owocowy 100 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 ogórka kiszzonego 50 g (10), 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 szynką gotowaną (1,7,10)
	OBIAD	Krupnik 300 ml (1,6,8,9), bigos z kiełbasą 100 g (1,6,8,9,10), ziemniaki z koperkiem 250 g	Krupnik 300 ml (1,6,8,9), gulasz ze schabu duszony w sosie 190 g (1,6,7,8,9), szpinak oprószany 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Krupnik 300 ml (1,6,8,9), gulasz gotowany ze schabu 190 g (1,6,7,8,9), szpinak oprószany 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Krupnik 300 ml (1,6,8,9), bitka ze schabu 90 g (1,6,8,9,10), szpinak 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)
	KOLACJA	Metka łososiowa 50 g (1,6,8,9,10) na sałacie 5 g, twaróg 30 g (1,7), masło 15 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g	Pasta z mięsa 50 g (1,6,8,9) na sałacie 5 g, twaróg 30 g (7), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Pasta z mięsa 50 g (1,6,8,9) na sałacie 5 g, twaróg 30 g (7), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Pasta z mięsa 50 g (1,6,8,9) na sałacie 5 g, twaróg 30 g (7), masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml

		(1), kawa zbożowa 250 ml (1)			
	POSIŁEK DODATKOWY	Budyń 150 g (1,7)	Budyń 150 g (1,7)	Budyń 150 g (1,7)	Jabłko 90 g
	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2039,8 kcal, białko ogółem 74,3 g, tłuszcz ogółem 45,9 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 16,6 g węglowodany ogółem 359,8 g, w tym cukry proste 22,8 g, błonnik pokarmowy 26,9 g, sól 6,8 g	Wartość energetyczna 2057,9 kcal, białko ogółem 73,8 g, tłuszcz ogółem 53,4 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 16,9 g, węglowodany ogółem 357,9 g, w tym cukry proste 24,9 g, błonnik pokarmowy 17,7 g, sól 6,9 g	Wartość energetyczna 2049,9 kcal, białko ogółem 73,8 g, tłuszcz ogółem 49,8 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,9 g, węglowodany ogółem 349,8 g, w tym cukry proste 38,9 g, błonnik pokarmowy 16,8 g, sól 5,3 g	Wartość energetyczna 2108,6 kcal, białko ogółem 73,9 g, tłuszcz ogółem 46,9 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 15,9 g, węglowodany ogółem 349,9 g, w tym cukry proste 33,4 g, błonnik pokarmowy 25,8 g, sól 6,6 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