

Jadłospis 16.05.2025 r. – 22.05.2025 r.

PIĄTEK 16.05.2025 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, jajko gotowane 25 g (3), 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 twarogu i chrzanu 50 g (7,10) na sałacie 5 g, jajko gotowane 25 g (3), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), pasta z twarogu 50 g (7) na sałacie 5 g, kietbasa szynkowa 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Pasta z twarogu i chrzanu 50 g (7,10) na sałacie 5 g, jajko gotowane 25 g (3), tarta marchewka 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 grysikowa 300 ml (1,6,8,9), ryba smażona 100 g (1,3,4,6,7,8,9), surówka z kiszonej kapusty 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), kotlety z ryby parowane 90 g (1,3,4,6,8,9,10), fasolka szparagowa z marchewką oprószana (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), pulpety z ryby gotowane w sosie koperkowym 190 g (1,3,4,6,7,8,9), szpinak oprószany 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), ryba smażona 100 g (1,3,4,6,8,9), surówka z kiszonej kapusty 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)
	KOLACJA	Pasta z mięsa 50 g (1,5,6,8,9) 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 mięsa 50 g (1,5,6,8,9) 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 mięsa 50 g (1,5,6,8,9) na sałacie 5 g, miód 25 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Pasta z mięsa 50 g (1,5,6,8,9) 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	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	Wartość energetyczna 2054,8 kcal, białko ogółem 68,8 g, tłuszcz ogółem 56,3 g, w tym kwasy tłuszczowe	Wartość energetyczna 2035,8 kcal, białko ogółem 69,4 g, tłuszcz ogółem 54,9 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone	Wartość energetyczna 2089 kcal, białko ogółem 71,9 g, tłuszcz ogółem 43,5 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone

		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	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	12,9 g, węglowodany ogółem 354,9 g, w tym cukry proste 53,9 g, błonnik pokarmowy 16,1 g, sól 6,9 g	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 17.05.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), blok szynkowy 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)	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), blok szynkowy 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)	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), blok szynkowy 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)	Blok szynkowy 50 g (1,10), twaróg krajanka 30 g (7) na sałacie 5 g, sałatka z ogórka kiszzonego, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1) II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z szynką gotowaną (1,7,10)
	OBIAD	Zupa ziemniaczana z 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 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 pietruszką 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 z pietruszką 300 ml (1,6,7,8,9), bitka ze schabu 90 g (1,6,8,9), 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), kielbasa szynkowa 30 g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix i rukoli 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), kielbasa szynkowa 30 g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix i rukoli z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Twaróg krajanka 50 g (7), kielbasa szynkowa 30 g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix i rukoli 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 sałaty, sałaty mix i rukoli 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	Wartość energetyczna 2042,9 kcal, białko ogółem	Wartość energetyczna 2053,2 kcal, białko ogółem 70,3 g,	Wartość energetyczna 2073,4 kcal, białko ogółem 76,5 g,

		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	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	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	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 18.05.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Kawa zbożowa z mlekiem 250 m (1,7), serdelka na gorąco 90 g (1,10), serek Hochland 18 g (7), sałatka z sałaty, pomidora i koperku z sosem winegret 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 250 m (1,7), serdelka na gorąco 90 g (1,10), serek Hochland 18 g (7), sałatka z sałaty, pomidora i koperku z sosem winegret 50 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 (1)	Kawa zbożowa z mlekiem 250 m (1,7), serdelka na gorąco 90 g (1,10), miód 25 g, sałatka z sałaty i koperku z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Kawa zbożowa z mlekiem 250 m (1,7), serdelka na gorąco 90 g (1,10), serek Hochland 18 g (7), sałatka z sałaty, pomidora i koperku z sosem winegret 50 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 170 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z kiełbasą szynkową (1,7,10)
	OBIAD	Rosół z makaronem 300 ml (1,3,6,8,9), kotlet devolay 90 g (1,3,6,7,8,9), surówka z kapusty białej i pora 100 g (3,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Rosół z makaronem 300 ml (1,3,6,8,9) , filet drobiowy w sosie własnym 190 g (1,6,7,8,9), fasolka szparagowa z marchewką i kalafiorem oprószana 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Rosół z makaronem 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy gotowany w sosie śmietanowym 190 g (1,6,7,8,9), marchewka oprószana 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Rosół z makaronem 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy duszony 90 g (1,6,8,9), fasolka szparagowa z marchewką i kalafiorem 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (7,10)
	KOLACJA	Blok drobiowy 50 g (1,10), twarożek 30 g (7), surówka z selera naciowego, ogórka kiszzonego i jabłka 50 g (9,10), masło 15 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Blok drobiowy 50 g (1,10), twarożek 30 g (7), surówka z selera naciowego, ogórka kiszzonego i jabłka 50 g (9,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Blok drobiowy 50 g (1,10), twarożek 30 g (7) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Blok drobiowy 50 g (1,10), twarożek 30 g (7), surówka z selera naciowego, ogórka kiszzonego i jabłka 50 g (9,10), 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 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 19.05.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), twaróg krajanka 50 g (7) na sałacie 5 g, jajko gotowana 25 g (3), 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) na sałacie 5 g, jajko gotowana 25 g (3), 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) na sałacie 5 g, dżem 25 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) na sałacie 5 g, jajko gotowana 25 g (3), 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 sosem mięsno-pomidorowym 390 g (1,3,6,7,8,9,10)	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9), makaron z sosem mięsno-pomidorowym 390 g (1,3,6,7,8,9,10)	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9), makaron z sosem mięsnym 390 g (1,3,6,8,9)	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9), gotówki 120 g (1,6,8,9,10), surówka z tartej marchewki i jabłka 100 g, 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 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 (1,6,8,9) na sałacie 5 g, 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 (1,6,8,9) na sałacie 5 g, twaróg 30 g (7), sałatka z sałaty i sałaty mix z sosem winegret 35 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 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	Pomarańcza 100 g	Pomarańcza 100 g	Pomarańcza 100 g	Pomarańcza 100 g
	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 20.05.2025 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, blok drobiowy 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), 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)	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), 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), kotlet mielony 90	Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), klopsiki drobiowo-	Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), pulpety drobiowo-	Zupa grysikowa 300 ml (1,6,8,9), klopsiki drobiowo-

		g (1,3,6,7,8,9), sałatka z buraczków 100 g , ziemniaki z koperkiem 250 g	wieprzowe duszone w sosie własnym 190 g (1,3,6,7,8,9), sałatka z buraczków 100 g , ziemniaki z koperkiem 250 g	wieprzowe gotowane w sosie koperkowym 190 g (1,3,6,7,8,9), sałatka z buraczków 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g	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 Hochland 18 g (7), sałatka z selera naciowego i rzodkiewki z sosem winegret 35 g (9), 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 Hochland 18 g (7), sałatka z selera naciowego i rzodkiewki z sosem winegret 35 g (9), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Parówka delikatesowa na gorąco 80 g (1,10), dżem 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)	Parówka delikatesowa na gorąco 80 g (1,10),ser Hochland 18 g (7), sałatka z selera naciowego i rzodkiewki z sosem winegret 35 g (9),, 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 2050,7 kcal, białko ogółem 70,8 g, tłuszcz ogółem 55,8 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,2 g, węglowodany ogółem 354,6 g, w tym cukry proste 46,9 g, błonnik pokarmowy 26 g, sól 6,8 g	Wartość energetyczna 2030,7 kcal, białko ogółem 76,8 g, tłuszcz ogółem 53,5 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,3 g, węglowodany ogółem 353,9 g, w tym cukry proste 45,2 g, błonnik pokarmowy 18,5 g, sól 6,9 g	Wartość energetyczna 2046,1 kcal, białko ogółem 72,8 g, tłuszcz ogółem 52,6 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,6 g, węglowodany ogółem 356,8 g, w tym cukry proste 45,5 g, błonnik pokarmowy 16,8 g, sól 7 g	Wartość energetyczna 2139 kcal, białko ogółem 75,5 g, tłuszcz ogółem 51,9 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 16,4 g, węglowodany ogółem 357,7 g, w tym cukry proste 35,2 g, błonnik pokarmowy 24,9 g, sól 7,3 g

ŚRODA 21.05.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Ryż na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100 g (1,7), kietbasa szynkowa 30 g (1,10), pomidor 50 g, masło, 15 g (7) chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g	Ryż na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100 g (1,7), kietbasa szynkowa 30 g (1,10), pomidor 50 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa napar 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100 g (1,7), kietbasa szynkowa 30 g (1,10) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa napar 250 ml	Serek homogenizowany naturalny 100 g (7), kietbasa szynkowa 30 g (1,10) na sałacie 5 g, pomidor 50 g, masło 15 g (7), herbata czarna napar bez cukru 250 ml II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)

		(1), kawa zbożowa napar 250 ml (1)			
	OBIAD	Zupa makaronowa z pietruszką 300 ml (1,3,6,8,9), gulasz z żołądków drobiowych 190 g (1,6,7,8,9,10), surówka z tartej marchewki i jabłka 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa makaronowa z pietruszką 300 ml (1,3,6,8,9), gulasz z żołądków drobiowych 190 g (1,6,7,8,9,10), surówka z tartej marchewki i jabłka 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa makaronowa z pietruszką 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy gotowany w sosie śmietanowym 190 g (1,6,7,8,9), surówka z tartej marchewki i jabłka 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa makaronowa z pietruszką 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy duszony 90 g (1,6,8,9), fasolka szparagowa 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)
	KOLACJA	Salatka jarzynowa 100 g (1,3,6,7,8,9,10) na sałacie 5 g, blok szynkowy 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 (1,3,6,7,8,9,10) na sałacie 5 g, blok szynkowy 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 szynkowy 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Salatka jarzynowa 100 g (1,3,6,7,8,9,10) na sałacie 5 g, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 170 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 2080,2 kcal, białko ogółem 69 g, tłuszcz ogółem 55,8 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,8 g węglowodany ogółem 345,7 g, w tym cukry proste 53,8 g, błonnik pokarmowy 27,8 g, sól 5,6 g	Wartość energetyczna 2063,5 kcal, białko ogółem 64,8 g, tłuszcz ogółem 51,8 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12,5 g, węglowodany ogółem 343,8 g, w tym cukry proste 52,3 g, błonnik pokarmowy 17,6 g, sól 5,5 g	Wartość energetyczna 2062,7 kcal, białko ogółem 65,3 g, tłuszcz ogółem 53,8 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,8 g, węglowodany ogółem 355,6 g, w tym cukry proste 46,8 g, błonnik pokarmowy 16,3 g, sól 6,3 g	Wartość energetyczna 2102,9 kcal, białko ogółem 72,3 g, tłuszcz ogółem 54,6 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12,6 g, węglowodany ogółem 349,8 g, w tym cukry proste 25,8 g, błonnik pokarmowy 23 g, sól 7,6 g

CZWARTEK 22.05.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), blok drobiowy 50 g (1,10), miód 25 g, sałatka z sałaty i rukoli z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), blok drobiowy 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 250 ml (1)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), blok drobiowy 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 250 ml (1)	Blok drobiowy 50 g (1,10), twaróg 30 g (7), sałatka z sałaty, i rukoli z sosem winegret 35 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 kiełbasą szynkową (1,7,10)
	OBIAD	Żurek z maślanki z ryżem 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz ze schabu 190 g (1,5,6,8,9), szpinak oprószany 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Żurek z maślanki z ryżem 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz ze schabu 190 g (1,5,6,8,9), szpinak oprószany 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), gulasz gotowany ze schabu 190 g (1,6,8,9), szpinak oprószany 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Żurek z maślanki z ryżem 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz ze schabu 190 g (1,5,6,8,9), szpinak 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)
	KOLACJA	Ser żółty 50 g (1,7), kiełbasa szynkowa 30 g (1,10), sałatka z białej rzodkiewki, ogórka kiszzonego i koperku z sosem winegret 50 g, masło 15 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Ser żółty 50 g (1,7), kiełbasa szynkowa 30 g (1,10), sałatka z białej rzodkiewki, ogórka kiszzonego i koperku z sosem winegret 50 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), 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 (1,7), kiełbasa szynkowa 30 g (1,10), sałatka z białej rzodkiewki, ogórka kiszzonego i koperku 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	Pomarańcza 100 g	Pomarańcza 100 g	Pomarańcza 100 g	Pomarańcza 100 g
	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2045,2 kcal, białko ogółem 75,1 g, tłuszcz ogółem 56,4 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 17,8 g, węglowodany ogółem 362,8	Wartość energetyczna 2067,2 kcal, białko ogółem 72,2 g, tłuszcz ogółem 55,6 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 17,8 g, węglowodany ogółem 358,6	Wartość energetyczna 2049,1 kcal, białko ogółem 71,3 g, tłuszcz ogółem 53,8 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12,5 g, węglowodany ogółem 346,9	Wartość energetyczna 2102,9 kcal, białko ogółem 72,3 g, tłuszcz ogółem 56,6 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,8 g, węglowodany ogółem 359,8 g, w tym cukry proste

		g, w tym cukry proste 32,8 g, błonnik pokarmowy 27,4 g, sól 7,8 g	g, w tym cukry proste 34,8 g, błonnik pokarmowy 18,2 g, sól 6,4 g	g, w tym cukry proste 28,6 g, błonnik pokarmowy 17,9 g, sól 5,8 g	35,1 g, błonnik pokarmowy 24,8 g, sól 7,6 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 ilości 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

