

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-07 do dnia 2025-04-21 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2025-04-07 poniedziałek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana)l 300 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER ŻÓŁTY 30 g (MLEKO) SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 10 g OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g JABŁKO 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ WIEPRZOWY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g (GLUTEN, SOJA) MAKARON PENNE 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA HETMAŃSKA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY 0,06 szt KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	MLEKO UHT WANILIOWE 200ML 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 788,8 Białko ogółem [g] 117,5 Tłuszcz [g] 121,9 Węglowodany ogółem [g] 319,6 Sód [mg] 3 245 Błonnik pokarmowy [g] 29
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana)l 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JABŁKO PARZONE 1 szt SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ WIEPRZOWY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g (GLUTEN, SOJA) MAKARON PENNE 200 g (GLUTEN) BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, masło roślinne) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA HETMAŃSKA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY 0,06 szt KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	MLEKO UHT WANILIOWE 200ML 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 345,8 Białko ogółem [g] 103,9 Tłuszcz [g] 120,3 Węglowodany ogółem [g] 225,7 Sód [mg] 2 532,7 Błonnik pokarmowy [g] 15,6
	Dieta z ogr. łatwo przysw. weg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER ŻÓŁTY 30 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt., masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ WIEPRZOWY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g (GLUTEN, SOJA) MAKARON PEŁNOZIARNISTY 200 g (GLUTEN, JAJA) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA HETMAŃSKA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) POMIDOR 50 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 729,6 Białko ogółem [g] 122,8 Tłuszcz [g] 127,6 Węglowodany ogółem [g] 277,8 Sód [mg] 3 243,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,4

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-07 do dnia 2025-04-21 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-08 wtorek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASZTET DROBIOWY 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) SAŁATA MIX 10 g GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KOTLET MIELONY (łopatka wp., cebula, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA (marchew, seler, olej) 120 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 80 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (MLEKO) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 976,9 Białko ogółem [g] 118,9 Tłuszcz [g] 106 Węglowodany ogółem [g] 407,7 Sód [mg] 3 318,9 Błonnik pokarmowy [g] 41,5
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASZTET DROBIOWY 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX 10 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA (łopatka b/k, jajka, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BUKIET WARZYW (marchew, fasolka, brokuł) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 80 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (MLEKO) LIŚC SAŁATY 0,06 szt BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 528,3 Białko ogółem [g] 115,5 Tłuszcz [g] 97,5 Węglowodany ogółem [g] 321,1 Sód [mg] 2 213,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,3
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYŃKA KONSERWOWA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) SAŁATA MIX 10 g GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały 30g, chleb graham 30g, masło10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KOTLET MIELONY (łopatka wp., cebula, jajka, bułka tarta, mąka pszenna, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA (marchew, seler, olej) 120 g (SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 80 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (MLEKO) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 478,8 Białko ogółem [g] 113,3 Tłuszcz [g] 87,5 Węglowodany ogółem [g] 320,1 Sód [mg] 3 175,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,8

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-07 do dnia 2025-04-21 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-09 środa	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY 50 g (MLEKO) SZYNKA CODZIENNA* 30 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) POMIDOR 100 g SAŁATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA ZALEWAJKA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, barszcz biały, chrzan, mąka pszenna, mleko, cebula) 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SO2) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g (SOJA) SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA 200 g (GLUTEN) FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 100 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI 100 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	PALUSZKI Z SEZAMEM 70G 1 szt (GLUTEN, SEZAM)	Energia [kcal] 3 183,1 Białko ogółem [g] 151,8 Tłuszcz [g] 109,7 Węglowodany ogółem [g] 432,7 Sód [mg] 3 050,3 Błonnik pokarmowy [g] 52,2
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA CODZIENNA* 80 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) DŻEM OWOCOWY 1 szt SAŁATA MIX 10 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g (SOJA) SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 100 g (MLEKO) LIŚC SAŁATY 0,06 szt JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	PALUSZKI Z SEZAMEM 70G 1 szt (GLUTEN, SEZAM)	Energia [kcal] 2 367,1 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 106,8 Węglowodany ogółem [g] 270,8 Sód [mg] 2 262,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,9
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SER ŻÓŁTY 50 g (MLEKO) POŁĘDWICA DROBIOWA* 30 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) POMIDOR 100 g SAŁATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	MANDARYNKA 100G 100 g	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g (SOJA) SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA 200 g (GLUTEN) FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały, jogurt naturalny, ziola) 100 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI 100 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 650,5 Białko ogółem [g] 135,3 Tłuszcz [g] 100 Węglowodany ogółem [g] 331,1 Sód [mg] 2 071,5 Błonnik pokarmowy [g] 53,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-07 do dnia 2025-04-21 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-10 czwartek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PLAT SZYNKOWY 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE 1 szt (JAJA) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g JABŁKO 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g (SELER, GORCZYCA) ZIEMNIĄKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej, cukier) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA MIODOWA 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt POMIDOR 50 g CUKIER 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 670,1 Białko ogółem [g] 121,7 Tłuszcz [g] 96,9 Węglowodany ogółem [g] 344,8 Sód [mg] 3 154,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,2
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASZTET DROBIOWY 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA) POMARANCZA 1 szt SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 150 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIĄKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 130 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA MIODOWA 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) KIEŁKI 2 g LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 539,3 Białko ogółem [g] 113,1 Tłuszcz [g] 116,7 Węglowodany ogółem [g] 280,7 Sód [mg] 2 630,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,8
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PLAT SZYNKOWY 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE 1 szt (JAJA) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA)	ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kielbasa, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g (SELER, GORCZYCA) ZIEMNIĄKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ B/CUKRU (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, olej) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) POŁĘDWICA MIODOWA 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) POMIDOR 50 g LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 449,9 Białko ogółem [g] 118,3 Tłuszcz [g] 106,9 Węglowodany ogółem [g] 262,7 Sód [mg] 3 440,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,5

2025-04-11 piątek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY KRAJANKA 80 g (MLEKO) SAŁATKA Z OGÓRKA KISZONEGO I PAPRYKI (ogórek kiszony, papryka konserwowa) 50 g (GORCZYCA) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g POMARAŃCZA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA FASOLKOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) MINTAJ W PANIERCE 1 szt (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA, GORCZYCA) SAŁATA MIX 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 495,2 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 78,2 Węglowodany ogółem [g] 365,1 Sód [mg] 2 405,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,7
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY KRAJANKA 80 g (MLEKO) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g JABŁKO PARZONE 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) MINTAJ W PANIERCE 1 szt (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA, GORCZYCA) SAŁATA MIX 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 227,5 Białko ogółem [g] 84,1 Tłuszcz [g] 106,4 Węglowodany ogółem [g] 249,1 Sód [mg] 981,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SER BIAŁY KRAJANKA 80 g (MLEKO) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g SAŁATKA Z OGÓRKA KISZONEGO I PAPRYKI (ogórek kiszony, papryka konserwowa) 50 g (GORCZYCA) POMARAŃCZA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały 30g, chleb graham 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO)	ZUPA FASOLKOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) MINTAJ W PANIERCE 1 szt (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA, GORCZYCA) SAŁATA MIX 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 345,4 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 84,3 Węglowodany ogółem [g] 307,7 Sód [mg] 2 406,6 Błonnik pokarmowy [g] 41,1

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-07 do dnia 2025-04-21 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-12 sobota	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASZTET DROBIOWY 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WIEPRZOWY (łopatka wp., angelka, jajka) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA 200 g (GLUTEN) SUROWKA Z DWÓCH KAPUST (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, musztarda, olej, cukier) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) POLEDWICA SOPOCKA* 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (MLEKO) JABŁKO 1 szt OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 912,4 Białko ogółem [g] 117,6 Tłuszcz [g] 101,6 Węglowodany ogółem [g] 402,5 Sód [mg] 2 760,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,7
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA CODZIENNA* 80 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WIEPRZOWY (łopatka wp., angelka, jajka) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) POLEDWICA SOPOCKA* 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (MLEKO) SAŁATA LODOWA 10 g JABŁKO PARZONE 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 094,2 Białko ogółem [g] 102,7 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 278,2 Sód [mg] 1 930 Błonnik pokarmowy [g] 22,8
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA CODZIENNA* 80 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	ZUPA BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WIEPRZOWY (łopatka wp., angelka, jajka) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (GLUTEN, SELER) KASZA JĘCZMIENNA 200 g (GLUTEN) SUROWKA Z DWÓCH KAPUST B/CUKRU (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, musztarda, olej) 120 g (GORCZYCA)	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) POLEDWICA SOPOCKA* 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA LODOWA 10 g JABŁKO 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 236,8 Białko ogółem [g] 112,1 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany ogółem [g] 314,1 Sód [mg] 2 395,5 Błonnik pokarmowy [g] 37

2025-04-13 niedziela	Dieta podstawowa	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE 1 szt (JAJA) SZYNKA WIEJSKA 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt GRUSZKA 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO)		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g (SELER, GORCZYCA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA (buraki, olej, cukier) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały, koperek) 50 g (MLEKO) SZYNKA CODZIENNA* 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 510,8 Białko ogółem [g] 121,5 Tłuszcz [g] 86,7 Węglowodany ogółem [g] 330,4 Sód [mg] 2 635,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,2
	Dieta lekkostrawna	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA WIEJSKA 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) DŻEM OWOCOWY 1 szt LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt RUKOLA 2 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO)		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 150 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, masło roślinne) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały, koperek) 50 g (MLEKO) SZYNKA CODZIENNA* 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX 5 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 252,7 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 96,5 Węglowodany ogółem [g] 263,9 Sód [mg] 1 787,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,3
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) JAJKO GOTOWANE 1 szt (JAJA) SZYNKA WIEJSKA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt GRUSZKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt (MLEKO)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g (SELER, GORCZYCA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, olej) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały, koperek) 50 g (MLEKO) SZYNKA CODZIENNA* 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) POMIDOR 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SOK POMIDOROWY 0,2l 200 g	Energia [kcal] 2 463,6 Białko ogółem [g] 135,6 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 288,7 Sód [mg] 3 162,3 Błonnik pokarmowy [g] 39
2025-04-14 poniedziałek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SALAMI 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SOS BOŁOŃSKI Z WARZYSWAMI (łopatką wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 200 g (GLUTEN) MAKARON ŚWIDERKI 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej, cukier) 100 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) POŁEDWICA KRÓLEWSKA DROBIOWA 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) PASZTET DROBIOWY 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATKA ZE STRACZKÓW Z OGÓRKIEM KISZONYM (ogórek kiszony, fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	WAFELEK KAKAOWY 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 3 151,3 Białko ogółem [g] 125,6 Tłuszcz [g] 142,5 Węglowodany ogółem [g] 363,8 Sód [mg] 3 622,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,2

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-07 do dnia 2025-04-21 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-14 poniedziałek	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA DELIKATESOWA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX 5 g ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) GULASZ WIEPRZOWY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g (GLUTEN, SOJA) MAKARON ŚWIDERKI 200 g (GLUTEN) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) POLEDWICA KRÓLEWSKA DROBIOWA 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) PASZTET DROBIOWY 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	WAFELEK KAKAOWY 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Energia [kcal] 2 414,8 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 123,6 Węglowodany ogółem [g] 240,6 Sód [mg] 2 230,8 Błonnik pokarmowy [g] 17,3
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA DELIKATESOWA 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER ŻÓŁTY 30 g (MLEKO) POMIDOR 50 g SAŁATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SOS BOLOŃSKI Z WARZYWAMI (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 200 g (GLUTEN) MAKARON ŚWIDERKI 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ B/CUKRU (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, olej) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) POLEDWICA KRÓLEWSKA DROBIOWA 80 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM KISZONYM (ogórek kiszony, fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzycza, zielona pietruszka) 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 482,2 Białko ogółem [g] 125,1 Tłuszcz [g] 96,5 Węglowodany ogółem [g] 292 Sód [mg] 3 083,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,9
2025-04-15 wtorek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA WŁOSKA 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (MLEKO) PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA (łopatka b/k, jajka, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA WIELOWARZYSTWA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA GOTOWANA* 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY 50 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g KIELKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 593,5 Białko ogółem [g] 128,2 Tłuszcz [g] 78,3 Węglowodany ogółem [g] 353,5 Sód [mg] 3 124,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,1

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-07 do dnia 2025-04-21 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-15 wtorek	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA WŁOSKA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) DŻEM OWOCOWY 1 szt SAŁATA ŁODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA BROKUŁOWA Z MAKARONEM (brokuł, makaron, marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA (łopatka b/k, jajka, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN, SELER) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA GOTOWANA* 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY KRAJANKA 50 g (MLEKO) LIŚC SAŁATY 0,06 szt RUKOLA 2 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 235,6 Białko ogółem [g] 110,8 Tłuszcz [g] 88,8 Węglowodany ogółem [g] 258,2 Sód [mg] 2 835,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,2
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węg.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA WŁOSKA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER TWAROGOWY TOPIONY DELISER 17G 1 Por (MLEKO) PAPRYKA ŚWIEŻA 30 g SAŁATA ŁODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	GRUSZKA 1 szt	ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PIECZEN WIEPRZOWA (łopatka b/k, jajka, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (GLUTEN, JAJA) SOS POMIDOROWY (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SUROWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 120 g (SELER, GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA GOTOWANA* 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SER BIAŁY KRAJANKA 50 g (MLEKO) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 530,6 Białko ogółem [g] 132,8 Tłuszcz [g] 88,9 Węglowodany ogółem [g] 309,7 Sód [mg] 3 731,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,4
2025-04-16 środa	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA CODZIENNA* 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SER ŻÓŁTY 30 g (MLEKO) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka) 50 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g (SELER, GORCZYCA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SUROWKA COLESŁAW (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 120 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały, jogurt naturalny, zioła) 100 g (MLEKO) SAŁATA MIX 10 g RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 744,9 Białko ogółem [g] 130,1 Tłuszcz [g] 95,9 Węglowodany ogółem [g] 358,8 Sód [mg] 2 403,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-07 do dnia 2025-04-21 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-16 środa	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z KASZA KUKURYDZIANA (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA CODZIENNA* 80 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY 0,06 szt SZPINAK BABY 2 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KURCZAK GOTOWANY (ćwiartka kurczaka) 150 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (GLUTEN, SELER) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BROKUŁ Z MARCHEWKĄ BABY (brokuł, marchewka baby) 120 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały, jogurt naturalny, zioła) 100 g (MLEKO) ZIELONA PIETRUSZKA 1 Por SAŁATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 311,6 Białko ogółem [g] 110,6 Tłuszcz [g] 98,1 Węglowodany ogółem [g] 261,9 Sód [mg] 1 438,5 Błonnik pokarmowy [g] 20
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA CODZIENNA* 50 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) SER ŻÓŁTY 30 g (MLEKO) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka) 50 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt (MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g (SELER, GORCZYCA) ZIEMIANKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA COLESŁAW B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan) 120 g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały, jogurt naturalny, zioła) 100 g (MLEKO) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g SAŁATA MIX 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z JAJKIEM (chleb graham 30g, jajko 1szt., masło 10g) 1 Por (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Energia [kcal] 2 548,6 Białko ogółem [g] 142,4 Tłuszcz [g] 101,4 Węglowodany ogółem [g] 278,9 Sód [mg] 2 423,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,9
2025-04-17 czwartek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PASZTET DROBOWY 131g 1 szt (GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI (buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola Jaś, marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) SZYNKA DUSZONA W SOSIE (szynka wp., marchew, mąka pszenna) 100 g (GLUTEN, SOJA) RYŻ PARABOLICZNY 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI drobnotarta (marchew, olej, cukier, sok z cytryny) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA FAMILIJNA* 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATKA SZWEDZKA 50 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 936,6 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 125,5 Węglowodany ogółem [g] 357,9 Sód [mg] 4 008,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,4

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-07 do dnia 2025-04-21 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-17 czwartek	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA 30 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) PASZTET DROBIOWY 131g 1 szt (GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA) KIEŁKI 2 g SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZYNKA DUSZONA W SOSIE (szynka wp., marchew, mąka pszenna) 100 g (GLUTEN, SOJA) RYŻ PARABOLICZNY 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA FAMILIJNA* 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) DŻEM OWOCOWY 1 szt LIŚC SAŁATY 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 554,1 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 127,6 Węglowodany ogółem [g] 272 Sód [mg] 2 727,4 Błonnik pokarmowy [g] 17,5
	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA RZEŹNIKA 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SZYNKA STAROPOLSKA* 50 g (SOJA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) SAŁATA MIX Z RUKOLĄ I ROSZPONKĄ 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	POMARAŃCZA 1 szt	ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI (buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola Jaś, marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka pszenna) 400 ml (GLUTEN, SELER) SZYNKA DUSZONA W SOSIE (szynka wp., marchew, mąka pszenna) 100 g (GLUTEN, SOJA) RYŻ PARABOLICZNY 200 g SUROWKA Z MARCHEWKI b/c drobnotarta (marchew, olej, sok z cytryny) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA FAMILIJNA* 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATKA SZWEDZKA 50 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (MLEKO)	Energia [kcal] 2 567,7 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 109,4 Węglowodany ogółem [g] 302,8 Sód [mg] 3 881,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,7
2025-04-18 piątek	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA BUDYŃIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z TUNCZYKIEM (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 100 g (RYBA, MLEKO) SAŁATA MIX 5 g ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PALUSZKI RYBNE Z MINTAJA 100G 5 szt (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SUROWKA Z KAPUSTY KISZONEJ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 487,6 Białko ogółem [g] 85,7 Tłuszcz [g] 94,9 Węglowodany ogółem [g] 336,1 Sód [mg] 1 802 Błonnik pokarmowy [g] 29,9
	Dieta lekkostrawna	ZUPA MLECZNA BUDYŃIOWA (mleko 2%, budyń waniliowy) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z TUNCZYKIEM (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 100 g (RYBA, MLEKO) SAŁATA MIX 5 g ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PALUSZKI RYBNE Z MINTAJA 100G 5 szt (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BUKIET WARZYW (marchew, fasolka, brokuł) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 20 g	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 091,2 Białko ogółem [g] 74,8 Tłuszcz [g] 94,6 Węglowodany ogółem [g] 251,7 Sód [mg] 715,2 Błonnik pokarmowy [g] 20

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-07 do dnia 2025-04-21 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-18 piątek	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) TWAROŻEK Z TUNCYKIEM (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 100 g (RYBA, MLEKO) ROSZPONKA 2 g SAŁATA MIX 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt (MLEKO)	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (GLUTEN, SELER) PALUSZKI RYBNE Z MINTAJA 100G 5 szt (GLUTEN, JAJA, RYBA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (JAJA, GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 285,9 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 97,1 Węglowodany ogółem [g] 263,6 Sód [mg] 1 681,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
2025-04-19 sobota	Dieta podstawowa	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA WIEJSKA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) POMIDOR 50 g SAŁATA ŁODOWA 15 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, koncentrat pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA PĘCZAK 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA HETMAŃSKA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 525,7 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 90,5 Węglowodany ogółem [g] 327,3 Sód [mg] 3 600,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,2
		ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA WIEJSKA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) KIEŁKI 2 g SAŁATA ŁODOWA 15 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, koncentrat pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA JĘCZMIENNA 200 g (GLUTEN) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA HETMAŃSKA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) DŻEM OWOCOWY 1 szt LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt JABŁKO PARZONE 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 336,9 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 111,2 Węglowodany ogółem [g] 255,6 Sód [mg] 2 331 Błonnik pokarmowy [g] 20,2

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-07 do dnia 2025-04-21 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-19 sobota	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA WIEJSKA 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) KIEŁKI 2 g SAŁATA ŁÓDOWA 15 g POMIDOR 50 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA)	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) PULPET WP. W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angelka, koncentrat pomidorowy) 100 g (GLUTEN, JAJA) KASZA PĘCZAK 200 g (GLUTEN) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA HETMAŃSKA 100 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (MLEKO)	Energia [kcal] 2 528,2 Białko ogółem [g] 111,9 Tłuszcz [g] 105,8 Węglowodany ogółem [g] 286,4 Sód [mg] 4 103,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,6
2025-04-20 niedziela	Dieta podstawowa	ZUPA ŻUREK CZYSTY (barszcz biały, boczek, śmietana, mąka, włoszczyzna, cebula) 200 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) KIEŁBASA BIAŁA NA CIEPŁO 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE 1 szt (JAJA) BALERON WIEJSKI* 50 g (SOJA) CHRZAN 20 g (MLEKO, SO2) KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO)		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g (SELER, GORCZYCA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej, cukier) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASZTET DROBIOWY 70 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA) ĆWIKŁA Z CHRZANEM (buraki, chrzan) 50 g (MLEKO, SO2) POMARAŃCZA 1/2szt. 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTO PIASKOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 3 148,2 Białko ogółem [g] 131 Tłuszcz [g] 144,9 Węglowodany ogółem [g] 352 Sód [mg] 3 389,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,7
		ZUPA ŻUREK CZYSTY (barszcz biały, boczek, śmietana, mąka, włoszczyzna, cebula) 200 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) KIEŁBASA BIAŁA NA CIEPŁO 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) POŁĘDWICA SOPOCKA* 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) SAŁATA MIX 10 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (MLEKO)		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, SELER) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 150 g (GLUTEN) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASZTET DROBIOWY 70 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA) ĆWIKŁA (buraki, jabłka) 50 g SAŁATKA JARZYNOWA DIETETYCZNA (ziemniaki, marchew, jajka, pietruszka, seler, jabłko) 100 g (JAJA, SELER, GORCZYCA) HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 10 g	CIASTO PIASKOWE 80 g (GLUTEN)	Energia [kcal] 2 753,8 Białko ogółem [g] 116 Tłuszcz [g] 141 Węglowodany ogółem [g] 276 Sód [mg] 2 619,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-07 do dnia 2025-04-21 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-20 niedziela	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	ZUPA ŻUREK CZYSTY (barszcz biały, boczek, śmietana, mąka, włoszczyzna, cebula) 200 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) KIELBASA BIAŁA NA CIEPŁO 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO GOTOWANE 1 szt (JAJA) BALERON WIEJSKI* 50 g (SOJA) CHRZAN 20 g (MLEKO, SO2) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt (MLEKO)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g (SELER, GORCZYCA) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej, cukier) 120 g (GORCZYCA) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PASZTET DROBIOWY 70 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA) ĆWIKŁA Z CHRZANEM (buraki, chrzan) 50 g (MLEKO, SO2) POMARANCZA 1/2szt. 1 Por HERBATA 1SZT. 1 szt	SALAATKA RYZOWA Z SZYNKĄ I JAJKIEM (ryż, szynka drobiowa, jajko, kukurydza, ogórek kiszony) 100 g (JAJA, SOJA, GORCZYCA)	Energia [kcal] 2 926 Białko ogółem [g] 150,3 Tłuszcz [g] 133,4 Węglowodany ogółem [g] 298,3 Sód [mg] 3 765,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,6
2025-04-21 poniedziałek	Dieta podstawowa	KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa)l 200 ml (GLUTEN, MLEKO) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA STAROPOLSKA* 80 g (SOJA) POMIDOR 50 g LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt JABŁKO 1 szt		ZUPA POMIDOROWA Z RYZEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g (SOJA) SOS CHRZANOWY 100 ml (GLUTEN, MLEKO, SO2) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SALAATKA Z BURACZKA (buraki, olej, cukier) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYNKOWY 50 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) JAJKO Z SZYNKĄ W GALARECIE (jajko, szynka, marchew, groszek, seler, pietruszka) 100 g (JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	CIASTO CYTRYNOWE 80 g	Energia [kcal] 2 688,7 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 92,6 Węglowodany ogółem [g] 369,5 Sód [mg] 3 081,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,5
		KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa)l 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA STAROPOLSKA* 50 g (SOJA) DŻEM OWOCOWY 1 szt LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt JABŁKO PARZONE 1 szt		ZUPA POMIDOROWA Z RYZEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g (SOJA) SOS CHRZANOWY 100 ml (GLUTEN, MLEKO, SO2) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna) 120 g (GLUTEN) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYNKOWY 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) LIŚĆ SAŁATY 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	CIASTO CYTRYNOWE 80 g	Energia [kcal] 2 160,1 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 282 Sód [mg] 1 791,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-07 do dnia 2025-04-21 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-21 poniedziałek	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) SZYNKA STAROPOLSKA* 80 g (SOJA) POMIDOR 50 g LIŚC SAŁATY 0,06 szt JABŁKO 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (GLUTEN, MLEKO)	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) SZARPANA WIEPRZOWINA (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g (SOJA) SOS CHRZANOWY 100 ml (GLUTEN, MLEKO, SO2) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CIUKRU (burak, olej) 120 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (GLUTEN) MASŁO 10g 1 szt (MLEKO) PŁAT SZYNKOWY 80 g (SOJA, SELER, GORCZYCA) LIŚC SAŁATY 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JAJKO Z SZYNKĄ W GALARECIE (jajko, szynka, marchew, groszek, seler, pietruszka) 100 g (JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA)	Energia [kcal] 2 579,6 Białko ogółem [g] 119,5 Tłuszcz [g] 100,9 Węglowodany ogółem [g] 311,6 Sód [mg] 3 493,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,4
-------------------------	----------------------------------	---	--	---	--	--	--