

JADŁOSPIS 17.04.2025r.

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2025-04-17 czwartek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 30 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem 500 g (GLU, MLE, SEL) Filet pieczony z indyka 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos meksykański 80 g (GLU) Surówka z marchwii i chrzanu 100 g (MLE, S02) Surówka z kapusty włoskiej 100 g (MLE)			Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z udźca z kurczaka 70 g (SEL) Ser wędzony 30 g (JAJ, MLE) Papryka konserwowa 80 g Sałata zielona 20 g	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 984,9 Białko ogółem [g] 103,9 Tłuszcz [g] 50,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 286,8 suma cukrów prostych [g] 66,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Sól [g] 3,6
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego -dieta 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem -dieta 500 g (GLU, MLE, SEL) Filet z indyka gotowany 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, MLE) Surówka z marchwii 200 g			Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z udźca z kurczaka 70 g (SEL) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Mix sałat z pomidorem i olejem 100 g Jogurt naturalny 2% tł 150 g (MLE)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 037,4 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 56,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 296,1 suma cukrów prostych [g] 70,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Sól [g] 5,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 g (MLE)	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 25 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU, MLE, SEL) Filet pieczony z indyka 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos pietruszkowy 80 g (GLU, MLE) Surówka z kapusty włoskiej 100 g (MLE) Surówka z marchwii i chrzanu 100 g (MLE, S02)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Pasta z udźca z kurczaka 70 g (SEL) Sałata zielona 20 g Ser wędzony 30 g (JAJ, MLE)	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Polędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 20 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 964,4 Białko ogółem [g] 106,3 Tłuszcz [g] 50,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 272,7 suma cukrów prostych [g] 51,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 Sól [g] 5,1

JADŁOSPIS 18.04.2025r.

2025-04-18 piątek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Dżem truskawkowy (o obniżonej zawartości cukru) 30 g Herbata owocowa z/c 250 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250 g (GLU, MLE) Pomidor 90 g	Kompot z owoców z/c 250 ml Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (GLU, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z białej kapusty i jabłka 200 g Koperkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL)	Herbata z cytryną z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Rozzponka 10 g Jajecznicza 100 g (JAJ) Ogórek konserwowy 80 g Ser topiony plastry 2 szt (MLE)	Mandarynka 140 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 045,6 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 60,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 295,2 suma cukrów prostych [g] 72,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 Sól [g] 3,7
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Banan (połowa) 1 szt Sałata zielona 10 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Herbata owocowa z/c 250 g Dżem truskawkowy (o obniżonej zawartości cukru) 30 g Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (GLU, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Cukinia gotowana 200 g Koperkowa z ziemniakami - dieta 500 ml (MLE, SEL)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Rozzponka 20 g Twarożek z pomidorem 70 g (MLE) Jajecznicza na parze 100 g (JAJ, MLE)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 068,1 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 53,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Węglowodany ogółem [g] 309,4 suma cukrów prostych [g] 75,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 Sól [g] 5,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE) Ser gouda, dojrzewający 30 g (MLE) Pomidor 90 g Herbata owocowa b/c 250 g	Kefir 1,5% 150 g (MLE) Kompot z owoców b/c 250 ml Morszczuk pieczony z warzywami 100 g (GLU, RYB, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z białej kapusty i jabłka-dieta 200 g Koperkowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL)	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g (GLU, JAJ) Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Rozzponka 20 g Jajecznicza 100 g (JAJ) Twarożek z pomidorem 70 g (MLE)	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 022,7 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 68,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Węglowodany ogółem [g] 262,8 suma cukrów prostych [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Sól [g] 2,9

2025-04-19 sobota	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Paszтет z soczewicy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Twarożek z pietruszką 50 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL) Risotto warzywne z ryżem brązowym 300 g (MLE) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE)		Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem 70 g (RYB, MLE) Ogórek zielony 80 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 218,6 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 58,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 341,2 suma cukrów prostych [g] 52,6 Błonnik pokarmowy [g] 44,6 Sól [g] 3
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pasta warzywna - dieta 50 g (SEL)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ziemniaczana - dieta 500 ml (GLU, MLE) Risotto warzywne - dieta 300 g (MLE) Sos pomidorowy - dieta 100 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE) Mix sałat 20 g Serek do chleba (śmietankowy) 50 g (MLE) Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 108,1 Białko ogółem [g] 65,8 Tłuszcz [g] 57,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Węglowodany ogółem [g] 338,5 suma cukrów prostych [g] 51,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Sól [g] 4,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Paszтет z soczewicy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Kakao b/c 250 ml (MLE) Pomidor 80 g Twarożek z pietruszką 50 g (MLE)	Wafle ryżowe naturalne 20 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Fasolowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL) Risotto warzywne z ryżem brązowym 300 g (MLE) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE)	Kisiel truskawkowy b/c 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta ze szprotek w sosie pomidorowym z twarogiem 70 g (RYB, MLE) Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (GLU, SOJ, MLE)	Mandarynka 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 302 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 59,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 356,4 suma cukrów prostych [g] 54,5 Błonnik pokarmowy [g] 49,2 Sól [g] 3,6

JADŁOSPIS 20.04.2025r.

2025-04-20 niedziela	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor 90 g Kiełbasa podhalańska 30 g (GOR) Chrzan tarty 20 g (MLE, S02)	Kompot z owoców z/c 250 ml Żurek z jajkiem i ziemniakami 500 g (GLU, JAJ, MLE, GOR) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Kotlet schabowy smażony 100 g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty pekińskiej 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Szynka z liściem, szynka wieprzowa, wędzona parzona z dodaną wodą 30 g (GLU, SOJ) Sałatka jarzynka 120 g Masło 82% 12,5 g (MLE)	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 464,2 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 106,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 Węglowodany ogółem [g] 274,7 suma cukrów prostych [g] 49 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 Sól [g] 6,1
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Szynkowa z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa szpinakowa z ziemniakami-diet a 500 ml (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Schab gotowany 100 g Buraczki ćwikłowe (gotowane) 200 g Sos własny 80 g (GLU)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka jarzynka - dieta 120 g (MLE) Połudwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 991,8 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 48,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 300,7 suma cukrów prostych [g] 56,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Sól [g] 4,9
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane na twardo 2 szt (JAJ) Szynka Harnasia z dymem, wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor 90 g Chrzan tarty 20 g (MLE, S02)	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Żurek z jajkiem i ziemniakami 500 g (GLU, JAJ, MLE, GOR) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Schab pieczony 100 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR) Sos własny 80 g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej 200 g	Jabłko 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Sałatka jarzynka 120 g Szynka z liściem, szynka wieprzowa, wędzona parzona z dodaną wodą 30 g (GLU, SOJ) Masło 82% 12,5 g (MLE)	Gruszka 1 szt

2025-04-21 poniedziałek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Kabanos wieprzowy, średnio rozdrobniony, wędzony, podsuszony w jadalnej osłonce baraniej 30 g (SOJ) Ser gouda, dojrzewający 30 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem 500 ml (GLU, SEL) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos koperkowy 80 g (GLU, MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty 150 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g Sałatka papieska 120 g (JAJ, SEL) Ser kremowy topiony w trójkącikach ze śmietanką 1 szt (MLE)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 327,1 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 94,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 Węglowodany ogółem [g] 290,1 suma cukrów prostych [g] 67,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Sól [g] 5,3
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 30 g Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Rosół z makaronem-diet a 500 ml (GLU, SEL) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy-diet 80 g (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Mieszanka królewska gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ) Sałatka z pomidorem i zieloną pietruszką, polana oliwą z oliwek 100 g Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 048,4 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Węglowodany ogółem [g] 290,6 suma cukrów prostych [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 Sól [g] 5,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Serek wiejski ziarnisty 70 g (MLE) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 30 g Kakao z/c 250 ml (MLE)	Jogurt naturalny 2% tł 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Rosół z makaronem pełnoziarnistym 500 ml (GLU, SEL) Zrazik z łopatki wieprzowej, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy-diet 80 g (GLU, MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty 150 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE)	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g (GLU, JAJ)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka papieska 120 g (JAJ, SEL) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 174,5 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 76,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 284,8 suma cukrów prostych [g] 70,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 Sól [g] 5,5

2025-04-22 wtorek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Rukola 10 g Pasta z groszku 70 g Pomidor 80 g Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 500 g (MLE, SEL) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pieczarkowy 80 g (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Surówka z marchwii 100 g Kalafior gotowany 100 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Ser mozzarella 30 g (MLE) Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 2108,2 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 283 Węglowodany prostych [g] 62,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 Sól [g] 5,2
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Pasta twarogowa ze szpinakiem-dieta 70 g (MLE) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców z/c 250 ml Grycikowa - dieta 500 g (GLU, MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos			
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6					



2025-04-23, środa	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Twarożek z szczypiorkiem 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino 500 g (MLE, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 200 g Brokuł gotowany 100 g Surówka Colesław 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Kociótek drobiowo warzywny z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU)	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 039 Białko ogółem [g] 112,6 Tłuszcz [g] 55,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 Węglowodany ogółem [g] 275,9 suma cukrów prostych [g] 56,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 Sól [g] 3,1
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarożku 70 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 500 g (GLU, MLE, SEL) Noga z kurczaka, gotowana 200 g Warzywa w kostce gotowane 200 g (SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Kociótek drobiowo-warzywny z makaronem - dieta 500 g (GLU)	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 249,5 Białko ogółem [g] 117,5 Tłuszcz [g] 54,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Węglowodany ogółem [g] 332,1 suma cukrów prostych [g] 52 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 Sól [g] 4,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Twarożek z szczypiorkiem 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Jabłko* 1 szt	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa solferino 500 g (MLE, SEL) Noga z kurczaka, pieczona 200 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Brokuł gotowany 100 g Surówka Colesław 100 g	Kisiel truskawkowy b/c 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Kociótek drobiowo warzywny z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU)	Jogurt naturalny 1,5% 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 091,3 Białko ogółem [g] 113,7 Tłuszcz [g] 56,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Węglowodany ogółem [g] 286 suma cukrów prostych [g] 66,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 Sól [g] 3,7

Oznaczenia alergenów:

- GLU* - Zboża zawierające gluten,
- SKR* - Skorupiaki i pochodne,
- JAJ* - Jaja i pochodne,
- RYB* - Ryby i pochodne,
- OZI* - Orzechy ziemne i pochodne,
- SOJ* - Soja i pochodne,
- MLE* - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
- ORZ* - Orzechy,
- SEL* - Seler i pochodne,
- GOR* - Gorczyca i produkty pochodne,
- SEZ* - Nasiona sezamu i pochodne,
- S02* - Dwutlenek siarki / siarczyny,
- ŁUB* - Łubin i produkty pochodne,
- MCK* - Mięczaki i pochodne,
- MLEK b/Lak* - Mleko i pochodne bez laktozy,