

1		2		3		4		5		6		7			
		Śniadanie		2. śniadanie		Obiad		Podwieczorek		Kolacja		Posiłek nocny		SUMA	
2025-03-27 czwartek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 g (MLE)				Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z zacierką 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos pieczarkowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i chrzanu 100 g (MLE, SO2) 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) Paszтет gotowane, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU) Ser wędzony 50 g (JAJ, MLE) Papryka konserwowa 80 g Sałata zielona 20 g		Jabłko* 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 064,7 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 61,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 281,7 suma cukrów prostych [g] 60,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Sól [g] 4,4	
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego -dieta 70 g (MLE)				Kompot z owoców z/c 250 ml Koperkowa z zacierką - dieta 500 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE) Warzywa w kostce gotowane 200 g (SEL)				Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z ziołami - dieta 70 g (MLE) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Mix sałat z pomidorem i olejem 100 g		Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 322,4 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 69,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 319,4 suma cukrów prostych [g] 55,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Sól [g] 5,2	
	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 młkiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 30 g 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 Koperkowa z ryżem brązowym 500 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Sos pieczarkowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z kapusty włoskiej 200 g (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) Papryka konserwowa 80 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Ser wędzony 50 g (JAJ, MLE)		Jabłko* 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 928,6 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 56,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 Węglowodany ogółem [g] 261,8 suma cukrów prostych [g] 50,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,3 Sól [g] 5,3	

2025-03-28 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 czarna ekspresowa z/c 250 g Zupa mleczna z zacierką 250 g (GLU, JAJ, 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 Zupa brokułowa z ryżem brązowym 500 g (GLU, 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) Roszponka 20 g Pasta z ciecierzycy 70 g (SEL) Ogórek zielony 80 g Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 985,9 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 51,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20 Węglowodany ogółem [g] 291,5 suma cukrów prostych [g] 69,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 Sól [g] 3,4
	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 czarna ekspresowa z/c 250 g Dżem truskawkowy (o obniżonej zawartości cukru) 30 g Zupa mleczna z zacierką 250 g (GLU, JAJ, 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 Zupa ryżowa 500 ml (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Roszponka 20 g Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Jajecznicza na parze 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 133,2 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 52,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Węglowodany ogółem [g] 324,1 suma cukrów prostych [g] 76,1 Błonnik pokarmowy [g] 23 Sól [g] 5,2
	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) Szyńka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 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 Zupa brokułowa z ryżem brązowym 500 g (GLU, MLE, SEL)	Wafle ryżowe naturalne 30 g	Herbata z cytryną b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Roszponka 20 g Pasta z ciecierzycy 70 g (SEL) Ogórek zielony 80 g Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 010,7 Białko ogółem [g] 84,3 Tłuszcz [g] 56,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 292,3 suma cukrów prostych [g] 62,4 Błonnik pokarmowy [g] 40,9 Sól [g] 3,4

2025-03-29 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) Parówki z piersi kurczaka 82 g (MLE) Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp. gotowaną 300 g (GLU, MLE) Kalańfior 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) Sałata zielona 20 g Indyk w galarecie 40 g Pomidor 80 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ)	Rogal drożdżowy 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 530,8 Białko ogółem [g] 104,9 Tłuszcz [g] 93 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,2 Węglowodany ogółem [g] 310,6 suma cukrów prostych [g] 59,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Sól [g] 5,4
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa ziemniaczana - dieta 500 ml (GLU, MLE) Makaron z sosem bolognese z łąpatką wieprzową (gotowaną)-dieta 300 g (GLU) Kalańfior gotowany 100 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Mix sałat 20 g Twarożek z pomidorem 70 g (MLE) Pomidor 80 g	Chleb bułkowy 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Margaryna 60% 5 g (MLE) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 20 g (SOJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 155,3 Białko ogółem [g] 81,2 Tłuszcz [g] 65,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Węglowodany ogółem [g] 317,7 suma cukrów prostych [g] 41,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 Sól [g] 5,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Serek kanapkowy (śmietankowy) 50 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Ogórek zielony 80 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ)	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp. gotowaną 300 g (GLU, MLE) Kalańfior gotowany 100 g	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) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Twarożek z pomidorem 70 g (MLE)	Mandarynka 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 217,6 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 67,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 Węglowodany ogółem [g] 302,5 suma cukrów prostych [g] 53,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 Sól [g] 4,4

2025-03-30 niedziela	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ) Zupa mleczna z zacierką 250 g (GLU, JAJ, MLE) Pomidor 90 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem 500 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Pieczeń rzymska wieprzowa, pieczona 100 g (GLU, JAJ) Surówka Colesław 200 g Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE)		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 40 g (GLU, SOJ) Sałatka brokułowa 150 g (JAJ, MLE) Masło 82% 12,5 g (MLE)	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 083,7 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 57,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 303,7 suma cukrów prostych [g] 60,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 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 z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ) Pasta z twarożku 70 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Zupa mleczna z zacierką 250 g (GLU, JAJ, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pomidorowa z ryżem - dieta 500 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Pieczeń rzymska wieprzowa, pieczona-dieta 100 g (GLU, JAJ) Cukinia gotowana 200 g Sos koperkowy-dieta 100 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka jarzynka - dieta 150 g (MLE) Połędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g	Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 102,4 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 46,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 333,8 suma cukrów prostych [g] 59,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Sól [g] 5,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ) Pomidor 90 g	Jogurt naturalny 2% tł 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Pomidorowa z ryżem brązowym 500 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Pieczeń rzymska wieprzowa, pieczona 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE) Surówka Colesław 200 g	Wafle suche bez dodatku cukru podpłomyki 20 g (GLU, MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Sałatka brokułowa 150 g (JAJ, MLE) Szynka z liściem, szynka wieprzowa, wędzona parzona z dodaną wodą 40 g (GLU, SOJ) Masło 82% 12,5 g (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 20 g Margaryna 60% 5 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 011,5 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 270 suma cukrów prostych [g] 36,2 Błonnik pokarmowy [g] 37 Sól [g] 4,8

2025-03-31 poniedziałek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (GLU, SOJ, MLE) Twarożek z czosnkiem 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Barszcz biały z ziemniakami 500 g (GLU, MLE, SEL) Kotleciki ziemniaczane (pieczone) 350 g (GLU, JAJ) Surówka z białej i czerwonej kapusty 150 g Sos hiszpański 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) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 192,5 Białko ogółem [g] 77,4 Tłuszcz [g] 63,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Węglowodany ogółem [g] 335,3 suma cukrów prostych [g] 68,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 Sól [g] 5,9
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (GLU, SOJ, MLE) Twarożek z pietruszką 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa szpinakowa z ziemniakami-diet a 500 ml (GLU, MLE) Kopytka gotowane na słodko 300 g (GLU, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-cynamonowy 100 g (GLU, JAJ, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 099,8 Białko ogółem [g] 75,2 Tłuszcz [g] 53,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 336,2 suma cukrów prostych [g] 64,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 Sól [g] 4,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g Twarożek z czosnkiem 70 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Wafle ryżowe naturalne 20 g	Kompot z owoców b/c 250 ml Barszcz biały z ziemniakami 500 g (GLU, MLE, SEL) Kotleciki ziemniaczane (pieczone) 350 g (GLU, JAJ) Sos hiszpański 100 g Surówka z białej i czerwonej kapusty 150 g	Kisiel truskawkowy b/c 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Pasta z morszczuka gotowanego z warzywami 70 g (RYB, SEL)	Jabłko* 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 229,7 Białko ogółem [g] 79,5 Tłuszcz [g] 64,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 339,1 suma cukrów prostych [g] 61,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,7 Sól [g] 6,7

JADŁOSPIS 01.04.2025r.

2025-04-01 wtorek	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Rukola 20 g Pasta z groszku 70 g Pomidor 80 g Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 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 Kalafiorowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Chili con carne 200 g Ryż gotowany 250 g Surówka z kalarepy, marchwi i jabłka 200 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 40 g (GLU) Kociólek drobiowo warzywny z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 285,8 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 59,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Węglowodany ogółem [g] 338,4 suma cukrów prostych [g] 67,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Sól [g] 4,4
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Rukola 20 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Pasta jajeczna-dieta 70 g (JAJ, MLE) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Grycikowa - dieta 500 g (MLE, SEL) gulasz z łopatki wieprzowej- dieta 200 g (GLU, SEL) Ryż gotowany 250 g Warzywa w kostce gotowane 200 g (SEL)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 80 g (GLU) Kociólek drobiowo-warzywny z makaronem - dieta 500 g (GLU)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 434 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 54,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Węglowodany ogółem [g] 388,5 suma cukrów prostych [g] 56 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 Sól [g] 5,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynkowa dębowa, kielbasa wieprzowa, grubo rozdrobniona 30 g Rukola 20 g Pasta z groszku 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Pomidor 80 g	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami 500 ml (MLE, SEL) Gulasz z łopatki wieprzowej 200 g (GLU) Ryż brązowy, gotowany 250 g Surówka z kalarepy, marchwi i jabłka 200 g (MLE)	Jabłko 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 80 g (GLU) Kociólek drobiowo warzywny z makaronem pełnoziarnistym 500 g (GLU)	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 015,8 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 46,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3 Węglowodany ogółem [g] 312,8 suma cukrów prostych [g] 61,2 Błonnik pokarmowy [g] 44,7 Sól [g] 4,6

2025-04-02 środa	Dieta Podstawowa-1	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szyunka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino 500 g (MLE, SEL) Eskalopka z kurczaka 100 g (GLU, JAJ, MLE) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Brokuł gotowany 100 g Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i pora 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) Sałatka makaronowo-warzywna 150 g (GLU, MLE) Szyunka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ)	Mandarynka 140 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 080 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 59,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Węglowodany ogółem [g] 304,3 suma cukrów prostych [g] 60,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Sól [g] 4,2
	Dieta łatwostrawna -2	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Szyunka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa solferino - dieta 500 g (GLU, MLE, SEL) Filet z indyka gotowany 100 g Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Cukinia gotowana 150 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka makaronowa z warzywami - dieta 150 g (GLU) Szyunka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ)	Mandarynka 140 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 999,5 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 45,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 Węglowodany ogółem [g] 315,9 suma cukrów prostych [g] 57,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Sól [g] 5,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów -6	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szyunka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30 g (SOJ) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Pasta z twarogu i koperkiem 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 20 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa solferino 500 g (MLE, SEL) Eskalopka z kurczaka 100 g (GLU, JAJ, MLE) Ziemniaki gotowane 250 g (MLE) Brokuł gotowany 100 g Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i pora 100 g (MLE)	Kefir 1,5% 150 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka makaronowo-warzywna (makaron pełnoziarnisty) 150 g (GLU) Szyunka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ)	Mandarynka 140 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 134 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 65,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 295,8 suma cukrów prostych [g] 54,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,9 Sól [g] 4,9

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,