

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	POD	Kolacja	Nocny	SUMA
2025-04-14 poniedziałek	Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g Sos pieczarkowy 100 g Kasza gryczana 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bulka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g Sledzik w oleju 60 g Rzodkiewka 80 g Salata maslowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 226,8 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 82,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 Węglowodany ogółem [g] 279,1 suma cukrów prostych [g] 75,5 Sól [g] 15,6
	Dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Pomidor 70 g Salata maslowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 404 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 71,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Węglowodany ogółem [g] 343,2 suma cukrów prostych [g] 91,6 Sól [g] 8
	Dieta wrzodowa/żółdkowa	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Pomidor bez skóry 70 g Salata maslowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 404 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 71,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Węglowodany ogółem [g] 343,2 suma cukrów prostych [g] 91,6 Sól [g] 8
	wątrobowatrzustkowa	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Pomidor bez skóry 70 g Salata maslowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 404 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 71,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Węglowodany ogółem [g] 343,2 suma cukrów prostych [g] 91,6 Sól [g] 8
	Dieta płynna wzmocniona	Kasza manna na mleku 350 g żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa ziemniaczana 400 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Marchew gotowana opruszana 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Mus z jabłka płynny z biskupem 120 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 344,9 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 106,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,6 Węglowodany ogółem [g] 256,4 suma cukrów prostych [g] 53,9 Sól [g] 2
	Dieta cukrzycowa	Serek wiejski lekki 150 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza gryczana 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g Sledzik w oleju 60 g Rzodkiewka 80 g Salata maslowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,poleđwica dr.20 g 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 083,6 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 84,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 Węglowodany ogółem [g] 246,5 suma cukrów prostych [g] 49,6 Sól [g] 18

2025-04-14 poniedziałek

Dieta dziecięca podstawowa	Kasza manna na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g Sos pieczarkowy 100 g Kasza gryczana 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Szynka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Rzodkiewka 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 284,2 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 75,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 316,9 suma cukrów prostych [g] 104,5 Sól [g] 7,3
Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Chrupki kukurydziane 30 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Szynka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 538 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 76,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 371,8 suma cukrów prostych [g] 93,7 Sól [g] 7
Dieta dziecięca cukrzycowa	Serek wiejski lekki 150 g Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza gryczana 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Wafle ryżowe 10 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Szynka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Rzodkiewka 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 148,4 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 79,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 269,8 suma cukrów prostych [g] 63,9 Sól [g] 10,6
Dieta bogatobiałkowa	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 80 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 504,9 Białko ogółem [g] 116,4 Tłuszcz [g] 78,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3 Węglowodany ogółem [g] 343,3 suma cukrów prostych [g] 84,1 Sól [g] 8,7
Dieta niskobiałkowa/nierkowa	Zupa grysikowa 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Marchew gotowana opruszana 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Pasta z wędliny 50 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Marchew gotowana opruszana 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 471 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 81,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9 Węglowodany ogółem [g] 356 suma cukrów prostych [g] 79,5 Sól [g] 7,9
Dieta papkowata	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 404 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 71,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Węglowodany ogółem [g] 343,2 suma cukrów prostych [g] 91,6 Sól [g] 8

2025-04-14 poniedziałek	Dieta podstawowa ciężalaktacja	Kasza manna na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g Sos pieczarkowy 100 g Kasza gryczana 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g Śledzik w oleju 60 g Rzodkiewka 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 401,6 Białko ogółem [g] 108,6 Tłuszcz [g] 86,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 307 suma cukrów prostych [g] 93,9 Sól [g] 15,8
	Dieta łatwostrawna ciężalaktacja	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 578,8 Białko ogółem [g] 114,4 Tłuszcz [g] 75,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3 Węglowodany ogółem [g] 371,1 suma cukrów prostych [g] 109,9 Sól [g] 8,2
	Dieta cukrzycowa ciężalaktacja	Serek wiejski lekki 150 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza gryczana 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g Śledzik w oleju 60 g Rzodkiewka 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 258,4 Białko ogółem [g] 96,8 Tłuszcz [g] 88,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 274,4 suma cukrów prostych [g] 68 Sól [g] 18,2
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 100 g Masło 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 100 g Masło 20 g Szynka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 499,8 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 76,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 365,6 suma cukrów prostych [g] 106,2 Sól [g] 7
2025-04-15 wtorek	Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejfrut 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Kapusta biała zasmażana z kielbasą 200 g Kluski kładzione 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 144,9 Białko ogółem [g] 85,9 Tłuszcz [g] 57 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 Węglowodany ogółem [g] 365,8 suma cukrów prostych [g] 55,2 Sól [g] 8,4

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-15 wtorek	Dieta łatwostrawna	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 257,4 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 69,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,7 Węglowodany ogółem [g] 356,3 suma cukrów prostych [g] 76,2 Sól [g] 7,2
	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Ryż biały na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 259,2 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 71 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,6 Węglowodany ogółem [g] 353,2 suma cukrów prostych [g] 76,2 Sól [g] 7,2
	wątrobowa/trzustkowa	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Ryż biały na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 259,2 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 71 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,6 Węglowodany ogółem [g] 353,2 suma cukrów prostych [g] 76,2 Sól [g] 7,2
	Dieta płynna wzmocniona	Platki owsiane na mleku 350 g żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Marchew gotowana opruszana 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Mus z jabłka płynny z biskopiem 120 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 359,3 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 108,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,1 Węglowodany ogółem [g] 254,2 suma cukrów prostych [g] 56,6 Sól [g] 2,1
	Dieta cukrzycowa	Maślanka 330 ml Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 997,1 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 59,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 Węglowodany ogółem [g] 317,1 suma cukrów prostych [g] 49,4 Sól [g] 11,1
	Dieta dziecięca podstawowa	Platki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 528,7 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 80,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Węglowodany ogółem [g] 393,9 suma cukrów prostych [g] 91,8 Sól [g] 9

2025-04-15 wtorek

Dieta dziecięca lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor bez skóry 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 499,2 Białko ogółem [g] 100,4 Tłuszcz [g] 80,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 384,4 suma cukrów prostych [g] 94,7 Sól [g] 7,4
Dieta dziecięca cukrzycowa	Maślanka 330 ml Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 321 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 70,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Węglowodany ogółem [g] 363,8 suma cukrów prostych [g] 85,6 Sól [g] 11,4
Dieta bogatobiałkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 80 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 335,8 Białko ogółem [g] 102,4 Tłuszcz [g] 74,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4 Węglowodany ogółem [g] 356 suma cukrów prostych [g] 68,7 Sól [g] 7,9
Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 400 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g Marchew gotowana opruszana 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz warzywny 350 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g pasta drobiowo-jarzynowa 50 g Marchew gotowana opruszana 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 361,3 Białko ogółem [g] 67,2 Tłuszcz [g] 69,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,4 Węglowodany ogółem [g] 382,4 suma cukrów prostych [g] 69 Sól [g] 7,3
Dieta papkowata	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Ryż biały na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 259,2 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 71 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,6 Węglowodany ogółem [g] 353,2 suma cukrów prostych [g] 76,2 Sól [g] 7,2
Dieta podstawowa cięża/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 329,6 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 73,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,7 Węglowodany ogółem [g] 362,9 suma cukrów prostych [g] 65,5 Sól [g] 9,9

2025-04-15 wtorek	Dieta łatwostrawna cięża/laktacja	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 432,2 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 73,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 384,2 suma cukrów prostych [g] 94,5 Sól [g] 7,4
	Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Maślanka 330 ml Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g ogórek kwaszony 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejfrut 100 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 171,9 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 63,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3 Węglowodany ogółem [g] 345 suma cukrów prostych [g] 67,7 Sól [g] 11,3
	Dieta dzręcica łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 385,5 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 395,3 suma cukrów prostych [g] 114,3 Sól [g] 7,2
2025-04-16 środa	Dieta podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Łopatka wieprzowa pieczona 90 g Sos pieczeniowy 100 g Ziemniaki 200 g Salata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 20 g Poledwica sopocka wp 40 g Ser żółty 40 g ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 561,7 Białko ogółem [g] 116,7 Tłuszcz [g] 88 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 335,8 suma cukrów prostych [g] 67,7 Sól [g] 8,4
	Dieta łatwostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Salata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Poledwica sopocka wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 095,9 Białko ogółem [g] 109,6 Tłuszcz [g] 53 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,7 Węglowodany ogółem [g] 305,1 suma cukrów prostych [g] 84 Sól [g] 7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-16 środa

Dieta wrzodowa/żołądkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szyunka z liściem wp 40 g Połędwica sopocka wp 40 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 190,4 Białko ogółem [g] 119,2 Tłuszcz [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3 Węglowodany ogółem [g] 294,4 suma cukrów prostych [g] 74,2 Sól [g] 7,1
wątrobowal/trzustkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szyunka z liściem wp 40 g Połędwica sopocka wp 40 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 190,4 Białko ogółem [g] 119,2 Tłuszcz [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3 Węglowodany ogółem [g] 294,4 suma cukrów prostych [g] 74,2 Sól [g] 7,1
Dieta płynna wzmocniona	Kasza kukurudziana na mleku 350 g żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa ryżanka 400 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Marchew gotowana opruszana 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 192 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 100,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,7 Węglowodany ogółem [g] 236,8 suma cukrów prostych [g] 55,5 Sól [g] 1,9
Dieta cukrzycowa	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Salata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 20 g Szyunka z liściem wp 40 g Połędwica sopocka wp 40 g ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 877,9 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 51,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 Węglowodany ogółem [g] 261,4 suma cukrów prostych [g] 46,4 Sól [g] 10,3
Dieta dziecięca podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Łopatka wieprzowa pieczona 90 g Sos pieczeniowy 100 g Ziemniaki 200 g Salata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Połędwica sopocka wp 40 g Ser żółty 40 g ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 695,9 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 95,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 Węglowodany ogółem [g] 359,9 suma cukrów prostych [g] 93 Sól [g] 8
Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Salata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Szyunka z liściem wp 40 g Połędwica sopocka wp 40 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 171,1 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 60,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Węglowodany ogółem [g] 316,3 suma cukrów prostych [g] 96 Sól [g] 6,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-16 środa	Dieta dziecięca cukrzykowa	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Salata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Szyńka z liściem wp 40 g Połędwica sopocka wp 40 g ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlna dr 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 956,1 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 57,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 268,6 suma cukrów prostych [g] 57,3 Sól [g] 10
	Dieta bogatobiałkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 80 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Salata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szyńka z liściem wp 40 g Połędwica sopocka wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 197,1 Białko ogółem [g] 125,1 Tłuszcz [g] 57,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3 Węglowodany ogółem [g] 304,8 suma cukrów prostych [g] 76,5 Sól [g] 8,2
	Dieta niskobiałkowa/nierkowa	Zupa grysikowa 400 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g Marchew gotowana opruszana 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Łopatka wieprzowa pieczona 90 g Sos pieczeniowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 20 g pasta drobiowo-jarzynowa 50 g Marchew gotowana opruszana 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 544,7 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 91,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 Węglowodany ogółem [g] 350,6 suma cukrów prostych [g] 62,3 Sól [g] 7,1
	Dieta papkowata	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szyńka z liściem wp 40 g Połędwica sopocka wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 096,5 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 54,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,8 Węglowodany ogółem [g] 300,9 suma cukrów prostych [g] 78 Sól [g] 6,8
	Dieta podstawowa ciąża/laktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Łopatka wieprzowa pieczona 90 g Sos pieczeniowy 100 g Ziemniaki 200 g Salata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Połędwica sopocka wp 40 g Ser żółty 40 g ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 736,5 Białko ogółem [g] 123,6 Tłuszcz [g] 92 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 363,7 suma cukrów prostych [g] 86,1 Sól [g] 8,6
	Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Salata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szyńka z liściem wp 40 g Połędwica sopocka wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 270,7 Białko ogółem [g] 116,5 Tłuszcz [g] 57 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 333 suma cukrów prostych [g] 102,3 Sól [g] 7,2

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-16 środa	Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Salata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Szyńka z liściem wp 40 g Połędwica sopocka wp 40 g ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 052,7 Białko ogółem [g] 106,6 Tłuszcz [g] 55,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,7 Węglowodany ogółem [g] 289,3 suma cukrów prostych [g] 64,8 Sól [g] 10,5
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Salata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Szyńka z liściem wp 40 g Połędwica sopocka wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 171,1 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 60,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Węglowodany ogółem [g] 316,3 suma cukrów prostych [g] 96 Sól [g] 6,5
	Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy 50 g Rzodkiewka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa z zielonego groszku 400 g Roladka drob-wp z warzywami 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Owsianka truskawka 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 337,9 Białko ogółem [g] 82,9 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,1 Węglowodany ogółem [g] 381,5 suma cukrów prostych [g] 84 Sól [g] 5,4
2025-04-17 czwartek	Dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z zielonego groszku 400 g Roladka drob-wp z warzywami 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Owsianka truskawka 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 317,5 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 72,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,4 Węglowodany ogółem [g] 372,6 suma cukrów prostych [g] 99,4 Sól [g] 5,2
	Dieta wzrządowa/zolądkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z zielonego groszku 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka truskawka 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 251,8 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 69,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2 Węglowodany ogółem [g] 364,7 suma cukrów prostych [g] 89,3 Sól [g] 5,2

2025-04-17 czwartek

wątrobowaltruskowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka truskawka 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 248,8 Białko ogółem [g] 80,5 Tłuszcz [g] 69,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13 Węglowodany ogółem [g] 366,4 suma cukrów prostych [g] 87,8 Sól [g] 5,2
Dieta płynna wzmocniona	Płatki owsiane na mleku 350 g żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Kefir 360 ml	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa ziemniaczana 400 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Marchew gotowana opruszana 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Mus z jabłka płynny z biskopiem 120 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 389,8 Białko ogółem [g] 112,2 Tłuszcz [g] 115,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,2 Węglowodany ogółem [g] 235,6 suma cukrów prostych [g] 67,9 Sól [g] 2,4
Dieta cukrzycowa	Kefir 360 ml Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy 50 g Rzodkiewka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Salatka wiosenna z makaronem 150 g	Zupa z zielonego groszku 400 g Roladka drob-wp z warzywami 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Połędwica sopocka wp 20 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 316,1 Białko ogółem [g] 88,9 Tłuszcz [g] 85,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Węglowodany ogółem [g] 337,3 suma cukrów prostych [g] 52,6 Sól [g] 9,3
Dieta dziecięca podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 10 g Baton szynkowy dr 50 g Rzodkiewka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z zielonego groszku 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 571,8 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 84,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Węglowodany ogółem [g] 403,8 suma cukrów prostych [g] 120,9 Sól [g] 5,7
Dieta dziecięca lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 10 g Baton szynkowy 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z zielonego groszku 400 g Roladka drob-wp z warzywami 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 494,4 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 82,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Węglowodany ogółem [g] 386,6 suma cukrów prostych [g] 122,3 Sól [g] 5,1
Dieta dziecięca cukrzycowa	Kefir 360 ml Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Salatka wiosenna z makaronem 150 g	Zupa z zielonego groszku 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Twarożek 80 g Połędwica sopocka wp 20 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 567,6 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 97,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 Węglowodany ogółem [g] 367,6 suma cukrów prostych [g] 72,7 Sól [g] 9,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-17 czwartek	Dieta bogatobiałkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 80 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa z zielonego groszku 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka truskawka 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 472,4 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 79,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 Węglowodany ogółem [g] 385,4 suma cukrów prostych [g] 91,9 Sól [g] 5,9
	Dieta niskobiałkowa	Zupa ryżanka 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Rzodkiewka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z zielonego groszku 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Połędwica sopocka wp 40 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 214,9 Białko ogółem [g] 73,5 Tłuszcz [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7 Węglowodany ogółem [g] 322,3 suma cukrów prostych [g] 73,7 Sól [g] 6,2
	Dieta papkowata	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z zielonego groszku 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka truskawka 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 251,8 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 69,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2 Węglowodany ogółem [g] 364,7 suma cukrów prostych [g] 89,3 Sól [g] 5,2
	Dieta podstawowa ciąża/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy 50 g Rzodkiewka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa z zielonego groszku 400 g Roladka drob-wp z warzywami 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Owsianka truskawka 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 512,7 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 76,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4 Węglowodany ogółem [g] 409,4 suma cukrów prostych [g] 102,4 Sól [g] 5,6
	Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa z zielonego groszku 400 g Roladka drob-wp z warzywami 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Owsianka truskawka 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 492,3 Białko ogółem [g] 91,8 Tłuszcz [g] 76,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 Węglowodany ogółem [g] 400,5 suma cukrów prostych [g] 117,7 Sól [g] 5,4

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-17 czwartek	Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Kefir 360 ml Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Rzodkiewka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Salatka wiosenna z makaronem 150 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa z zielonego groszku 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Poledwica sopocka wp 20 g Pomidor 70 g Salata maslowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 490,9 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 89,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Węglowodany ogółem [g] 365,2 suma cukrów prostych [g] 70,9 Sól [g] 9,6
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa z zielonego groszku 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor bez skóry 70 g Salata maslowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 428,7 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 79,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 378,7 suma cukrów prostych [g] 112,2 Sól [g] 5,1
2025-04-18 piątek	Dieta podstawowa	Ryż na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 10 g Dżem niskosłodzony 25 g Ser topiony 50 g ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Jabiko 130 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba miruna pieczona 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g Kompot owocowy b/c 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 20 g Ser żółty 80 g Salata maslowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 495,6 Białko ogółem [g] 112,1 Tłuszcz [g] 90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 331,8 suma cukrów prostych [g] 89,3 Sól [g] 6,4
	Dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Dżem niskosłodzony 25 g Ser topiony 50 g Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba miruna pieczona 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g Kompot owocowy b/c 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 100 g Salata maslowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 302,7 Białko ogółem [g] 110,8 Tłuszcz [g] 73,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 319,5 suma cukrów prostych [g] 103,5 Sól [g] 5,2
	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Ser biały półtłusty 50 g Baton szynkowy dr 40 g Salata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g Ryba miruna pieczona 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy b/c 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 100 g Salata maslowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 191,9 Białko ogółem [g] 114,4 Tłuszcz [g] 60,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1 Węglowodany ogółem [g] 306,8 suma cukrów prostych [g] 84,2 Sól [g] 5,1

2025-04-18 piątek

wątrobowe/trzustkowa	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Dżem niskosłodzony 25 g Baton szynkowy dr 40 g Salata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g Ryba miruna pieczona 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 100 g Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 164,9 Białko ogółem [g] 105,2 Tłuszcz [g] 58,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,7 Węglowodany ogółem [g] 314,9 suma cukrów prostych [g] 91,7 Sól [g] 5
Dieta płynna wzmocniona	Ryż na mleku 350 g żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa ziemniaczana 400 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Marchew gotowana opruszana 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 361,3 Białko ogółem [g] 98,8 Tłuszcz [g] 106,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,6 Węglowodany ogółem [g] 260,8 suma cukrów prostych [g] 53,9 Sól [g] 2,1
Dieta cukrzycowa	Jogurt naturalny kubek 150 g Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 10 g Ser biały półtłusty 80 g ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba miruna pieczona 130 g Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 g		Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 20 g Ser żółty 80 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g,mix tł. 7g,ser.top,25g 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 125,4 Białko ogółem [g] 108,1 Tłuszcz [g] 75,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Węglowodany ogółem [g] 267 suma cukrów prostych [g] 58,7 Sól [g] 7,1
Dieta dziecięca podstawowa	Ryż na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 10 g Dżem niskosłodzony 25 g Ser topiony 50 g Salata roszponka 10 g ogórek świeży 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba miruna pieczona 130 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g	Herbatniki 2 szt	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Ser żółty 80 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 659,8 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 97,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,7 Węglowodany ogółem [g] 360,1 suma cukrów prostych [g] 116,4 Sól [g] 6,5
Dieta dziecięca lekkostrawna	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Dżem niskosłodzony 25 g Baton szynkowy dr 40 g Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba miruna pieczona 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g Kompot owocowy b/c 300 g	Herbatniki 2 szt	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Ser biały półtłusty 100 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 498 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 77,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 354,8 suma cukrów prostych [g] 117,6 Sól [g] 5,1
Dieta dziecięca cukrzycowa	Jogurt naturalny kubek 150 g Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Ser biały półtłusty 80 g ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba miruna pieczona 130 g Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g	Wafle ryżowe 10 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Ser żółty 80 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, ser top 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 233,6 Białko ogółem [g] 108,9 Tłuszcz [g] 82,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,4 Węglowodany ogółem [g] 275 suma cukrów prostych [g] 71,8 Sól [g] 7,1

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-18 piątek	Dieta bogatobiałkowa	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Dżem niskosłodzony 25 g Ser topiony 50 g Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba miruna pieczona 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Ser żółty 80 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 550,7 Białko ogółem [g] 119,2 Tłuszcz [g] 93,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 328,9 suma cukrów prostych [g] 92,9 Sól [g] 6,4
	Dieta niskobiałkowa/nierkowa	Zupa ryżanka 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Dżem niskosłodzony 25 g Ser topiony 50 g Marchew gotowana opruszana 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba miruna pieczona 130 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g pasta drobiowo-jarzynowa 50 g Salata masłowa 20 g Marchew gotowana opruszana 70 g Herbata bez cukru 250 g	Herbatniki 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 291,8 Białko ogółem [g] 79,9 Tłuszcz [g] 74,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 Węglowodany ogółem [g] 348,2 suma cukrów prostych [g] 99,7 Sól [g] 6
	Dieta papkowata	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Dżem niskosłodzony 25 g Baton szynkowy dr 40 g Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba miruna pieczona 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 100 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 261,5 Białko ogółem [g] 109,7 Tłuszcz [g] 64,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 Węglowodany ogółem [g] 320,1 suma cukrów prostych [g] 103 Sól [g] 5
	Dieta podstawowa ciąża/laktacja	Ryż na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Dżem niskosłodzony 25 g Ser topiony 50 g ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Jabiko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba miruna pieczona 130 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Ser żółty 80 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 593,1 Białko ogółem [g] 117,8 Tłuszcz [g] 88,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Węglowodany ogółem [g] 353 suma cukrów prostych [g] 107 Sól [g] 6,5
	Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Dżem niskosłodzony 25 g Ser topiony 50 g Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba miruna pieczona 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 100 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 477,5 Białko ogółem [g] 117,7 Tłuszcz [g] 77,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 347,4 suma cukrów prostych [g] 121,8 Sól [g] 5,4

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-18 piątek	Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Jogurt naturalny kubek 150 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Ser biały półtłusty 80 g ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba mirona pieczona 130 g Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, ser top 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 935 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 58,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 Węglowodany ogółem [g] 271,1 suma cukrów prostych [g] 57,2 Sól [g] 6
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Dżem niskosłodzony 25 g Baton szynkowy dr 40 g Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g	Mus z jabłka płynny z biskopiem 120 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Ser biały półtłusty 100 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 445,3 Białko ogółem [g] 108,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 343,8 suma cukrów prostych [g] 116,2 Sól [g] 4,7
2025-04-19 sobota	Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo żytnie 50 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż z jabłkiem prażonym 350 g Sos waniliowy 100 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 20 g Szynkowa wieprzowa 40 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 470,4 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 65,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 387,1 suma cukrów prostych [g] 123,1 Sól [g] 7,6
	Dieta łatwostrawna	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż z jabłkiem prażonym 350 g Sos waniliowy 100 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g Salata masłowa 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 579,6 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 76 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Węglowodany ogółem [g] 386,8 suma cukrów prostych [g] 124 Sól [g] 7,5
	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż z jabłkiem prażonym 350 g Sos waniliowy 100 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 493,1 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 74,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 368,5 suma cukrów prostych [g] 128,7 Sól [g] 7,4

2025-04-19 sobota

wątrobowe/trzustkowa	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż z jabłkiem prażonym 350 g Sos waniliowy 100 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 493,1 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 74,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 368,5 suma cukrów prostych [g] 128,7 Sól [g] 7,4
Dieta płynna wzmocniona	Kasza manna na mleku 350 g żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 334,4 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 105,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,7 Węglowodany ogółem [g] 256,3 suma cukrów prostych [g] 62,3 Sól [g] 2,2
Dieta cukrzycowa	Serek homogenizowany naturalny 150 g Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż z jabłkiem prażonym 350 g Sos waniliowy 100 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20 g 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 227,5 Białko ogółem [g] 85,4 Tłuszcz [g] 105,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 333,4 suma cukrów prostych [g] 85,5 Sól [g] 9,4
Dieta dziecięca podstawowa	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo razowe 50 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Masło 10 g Pasta z jaj 70 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż z jabłkiem prażonym 350 g Sos waniliowy 100 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopy bez cukru 30 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Szynka gotowana extra wp 40 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 631,2 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 78,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Węglowodany ogółem [g] 397,7 suma cukrów prostych [g] 126,6 Sól [g] 7,5
Dieta dziecięca lekkostrawna	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Pasta z jaj 70 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jablkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż z jabłkiem prażonym 350 g Sos waniliowy 100 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy b/c 250 g	Biszkopy b/c 30 g	Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por Masło 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 680,9 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 87,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 Węglowodany ogółem [g] 386,7 suma cukrów prostych [g] 125,6 Sól [g] 7,3
Dieta dziecięca cukrzycowa	Serek homogenizowany 150 g Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Pasta z jaj 70 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż z jabłkiem prażonym 350 g Sos waniliowy 100 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopy bez cukru 30 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 424,3 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 81,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 Węglowodany ogółem [g] 340,3 suma cukrów prostych [g] 85,6 Sól [g] 9,4

2025-04-19 sobota	Dieta bogatobiałkowa	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż z jabłkiem prażonym 350 g Sos waniliowy 100 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g Salata masłowa 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 551,2 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 67,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Węglowodany ogółem [g] 391 suma cukrów prostych [g] 122,9 Sól [g] 7,7
	Dieta niskobiałkowa/nierkowa	Zupa grysikowa 350 g Pieczywo razowe 50 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 50 g Marchew gotowana opruszana 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż z jabłkiem prażonym 350 g Sos waniliowy 100 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Pasta z wędliny 50 g Marchew gotowana opruszana 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 340,3 Białko ogółem [g] 66 Tłuszcz [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9 Węglowodany ogółem [g] 375,6 suma cukrów prostych [g] 104,1 Sól [g] 6
	Dieta papkowata	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż z jabłkiem prażonym 350 g Sos waniliowy 100 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g Salata masłowa 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 446,4 Białko ogółem [g] 95,1 Tłuszcz [g] 64,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 379,1 suma cukrów prostych [g] 130,4 Sól [g] 7,6
	Dieta podstawowa ciąża/laktacja	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo razowe 50 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż z jabłkiem prażonym 350 g Sos waniliowy 100 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Szynka gotowana extra wp 40 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 645,2 Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 69,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 415 suma cukrów prostych [g] 141,4 Sól [g] 7,8
	Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż z jabłkiem prażonym 350 g Sos waniliowy 100 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g Salata masłowa 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 754,4 Białko ogółem [g] 102,5 Tłuszcz [g] 80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Węglowodany ogółem [g] 414,7 suma cukrów prostych [g] 142,3 Sól [g] 7,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-19 sobota	Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Serek homogenizowany 150 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g Grejfrut 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż z jabłkiem prażonym 350 g Sos waniliowy 100 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 402,3 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 361,3 suma cukrów prostych [g] 103,8 Sól [g] 9,6
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Pasta z jaj 70 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż z jabłkiem prażonym 350 g Sos waniliowy 100 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por Masło 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 619,9 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 78,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 Węglowodany ogółem [g] 397,2 suma cukrów prostych [g] 138 Sól [g] 7,2
2025-04-20 niedziela	Dieta podstawowa	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Bulka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 10 g kielbasa biała parzona wp. 50 g Jajko gotowane 1 g Ćwikła z chrzanem 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml Ciasto drożdżowe 50 g	Mus owocowy 1 szt	Rosół z makaronem 400 g Udko z kurczaka pieczone 1 szt Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Bulka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 20 g Połędwica wiśniowa wp 40 g Szynka tostowa drobiowa 40 g Salata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 421,1 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 73,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 Węglowodany ogółem [g] 346 suma cukrów prostych [g] 72,2 Sól [g] 8
	Dieta łatwostrawna	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g kielbasa biała parzona wp. 50 g Jajko gotowane 1 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml Ciasto drożdżowe 50 g	Mus owocowy 1 szt	Rosół z makaronem 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Połędwica wiśniowa wp 40 g Szynka tostowa drobiowa 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 394,5 Białko ogółem [g] 107,3 Tłuszcz [g] 73,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Węglowodany ogółem [g] 336,4 suma cukrów prostych [g] 69,8 Sól [g] 6,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-20 niedziela	Dieta wrzodowa/żłękotkowa	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g kielbasa biała parzona wp. 50 g Jajko gotowane 1 g Pomidor bez skóry 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml Ciasto drożdżowe 50 g	Mus owocowy 1 szt	Rosół z makaronem 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Połędwica wiśniowa wp 40 g Szynka tostowa drobiowa 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 394,5 Białko ogółem [g] 107,3 Tłuszcz [g] 73,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Węglowodany ogółem [g] 336,4 suma cukrów prostych [g] 69,8 Sól [g] 6,5
	wątrobowa/tłuszkotkowa	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g kielbasa biała parzona wp. 50 g Jajko gotowane 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml Ciasto drożdżowe 50 g	Mus owocowy 1 szt	Rosół z makaronem 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Połędwica wiśniowa wp 40 g Szynka z piersi kurczaka 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 463,1 Białko ogółem [g] 113,4 Tłuszcz [g] 78,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 336,7 suma cukrów prostych [g] 69,8 Sól [g] 6,6
	Dieta płynna wzmocniona	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g Jajko gotowane 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa grysikowa 400 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Marchew gotowana opruszana 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 317,8 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 105,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,9 Węglowodany ogółem [g] 255 suma cukrów prostych [g] 44,8 Sól [g] 1,9
	Dieta cukrzycowa	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 10 g kielbasa biała parzona wp. 50 g Jajko gotowane 1 g Cwikła z chrzanem 50 g Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml Ciasto drożdżowe 50 g	Jabłko 130 g	Rosół z makaronem 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 20 g Połędwica wiśniowa wp 40 g Szynka tostowa drobiowa 40 g ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20 g 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 272,2 Białko ogółem [g] 100,9 Tłuszcz [g] 73,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 Węglowodany ogółem [g] 312 suma cukrów prostych [g] 44 Sól [g] 9,9
	Dieta dziecięca podstawowa	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 10 g kielbasa biała parzona wp. 50 g Jajko gotowane 50 g Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml Ciasto drożdżowe 50 g Cwikła z chrzanem 50 g	Mus owocowy 1 szt	Rosół z makaronem 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Połędwica wiśniowa wp 40 g Szynka z piersi kurczaka 40 g Salata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 670,6 Białko ogółem [g] 114 Tłuszcz [g] 85,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Węglowodany ogółem [g] 373,1 suma cukrów prostych [g] 85,8 Sól [g] 8,1

2025-04-20 niedziela	Dieta dziecięca lekkostrawna	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g kielbasa biała parzona wp. 50 g Jajko gotowane 1 g Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml Ciasto drożdżowe 50 g	Mus owocowy 1 szt	Rosół z makaronem 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Połędwica wiśniowa wp 40 g Szynka tostowa drobiowa 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 530,3 Białko ogółem [g] 107,3 Tłuszcz [g] 80,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 353,9 suma cukrów prostych [g] 82,2 Sól [g] 6,4
	Dieta dziecięca cukrzycowa	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g kielbasa biała parzona wp. 50 g Jajko gotowane 50 g Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml Ciasto drożdżowe 50 g Ćwikła z chrzanem 50 g	Mus owocowy 1 szt	Rosół z makaronem 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Połędwica wiśniowa wp 40 g Szynka z piersi kurczaka 40 g ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 535,6 Białko ogółem [g] 108,8 Tłuszcz [g] 84,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 Węglowodany ogółem [g] 342,6 suma cukrów prostych [g] 69,6 Sól [g] 10,1
	Dieta bogatobiałkowa	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g kielbasa biała parzona wp. 50 g Jajko gotowane 50 g Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml Ciasto drożdżowe 50 g Ćwikła z chrzanem 50 g	Mus owocowy 1 szt	Rosół z makaronem 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Połędwica wiśniowa wp 40 g Szynka z piersi kurczaka 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 502,7 Białko ogółem [g] 115,2 Tłuszcz [g] 78,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 345,7 suma cukrów prostych [g] 75,7 Sól [g] 6,7
	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g kielbasa biała parzona wp. 50 g Jajko gotowane 50 g Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml Ciasto drożdżowe 50 g Ćwikła z chrzanem 50 g	Mus owocowy 1 szt	Rosół z makaronem 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Pasta z wędliny 50 g Salata masłowa 20 g Marchew gotowana opruszana 70 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 552,2 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 82,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 359,9 suma cukrów prostych [g] 69,8 Sól [g] 7,2
	Dieta papłkowata	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g kielbasa biała parzona wp. 50 g Jajko gotowane 50 g Pomidor 80 g Salata rozszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml Ciasto drożdżowe 50 g	Mus owocowy 1 szt	Rosół z makaronem 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Połędwica wiśniowa wp 40 g Szynka z piersi kurczaka 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 463,1 Białko ogółem [g] 113,4 Tłuszcz [g] 78,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 336,7 suma cukrów prostych [g] 69,8 Sól [g] 6,6

2025-04-20 niedziela	Dieta podstawowa ciężalaktacja	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g kielbasa biała parzona wp. 50 g Jajko gotowane 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml Ciasto drożdżowe 50 g Ćwikła z chrzanem 50 g	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g	Rosół z makaronem 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bulka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Polędwica wieśniowa wp 40 g Szyńka z piersi kurczaka 40 g Salata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 709,6 Białko ogółem [g] 120,7 Tłuszcz [g] 82,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 383,7 suma cukrów prostych [g] 91,6 Sól [g] 8,5
	Dieta łatwostrawna ciężalaktacja	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g kielbasa biała parzona wp. 50 g Jajko gotowane 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml Ciasto drożdżowe 50 g	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g	Rosół z makaronem 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Polędwica wieśniowa wp 40 g Szyńka z piersi kurczaka 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 637,9 Białko ogółem [g] 120,3 Tłuszcz [g] 82,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 364,6 suma cukrów prostych [g] 88,1 Sól [g] 6,8
	Dieta cukrzycowa ciężalaktacja	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g kielbasa biała parzona wp. 50 g Jajko gotowane 50 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Salata roszponka 10 g Sok pomidorowy 200 ml Ciasto drożdżowe 50 g Ćwikła z chrzanem 50 g	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Rosół z makaronem 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Polędwica wieśniowa wp 40 g Szyńka z piersi kurczaka 40 g ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 515,6 Białko ogółem [g] 113,9 Tłuszcz [g] 82 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 340,2 suma cukrów prostych [g] 62,4 Sól [g] 10,3
	Dieta dźręcica łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g kielbasa biała parzona wp. 50 g Jajko gotowane 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml Ciasto drożdżowe 50 g	Mus owocowy 1 szt	Rosół z makaronem 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Polędwica wieśniowa wp 40 g Szyńka z piersi kurczaka 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 569,9 Białko ogółem [g] 110,7 Tłuszcz [g] 83,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 Węglowodany ogółem [g] 353,1 suma cukrów prostych [g] 81,4 Sól [g] 6,5