

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                          | 1                                                                                                                                                                                                                                 | 2                 | 3                                                                                                                                                                                                   | 4   | 5                                                                                                                                                                                               | 6                         | 7                                                                                                                                                                          |
|-------------------------|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                         |                          | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                         | II ŚN             | Obiad                                                                                                                                                                                               | POD | Kolacja                                                                                                                                                                                         | Nocny                     | SUMA                                                                                                                                                                       |
| 2024-09-02 poniedziałek | Dieta podstawowa         | Makaron na mleku 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Baton szynkowy dr 50 g<br>ogórek świeży 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml | Jabłko 130 g      | Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g<br>Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy 120 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Sałatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                         |     | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynka wiśniowa wp 40 g<br>Paprykarz rybny 60 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Serek wiejski lekki 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 565,7</b><br><b>Białko ogółem [g] 105,7</b><br><b>Tłuszcz [g] 88</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 352</b><br><b>Sól [g] 7,5</b>     |
|                         | Dieta łatwostrawna       | Makaron na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Baton szynkowy dr 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                        | Mus owocowy 1 szt | Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g<br>Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g<br>Sos jarzynowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Sałatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |     | Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynka wiśniowa wp 40 g<br>Paprykarz rybny 60 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                  | Serek wiejski lekki 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 412,2</b><br><b>Białko ogółem [g] 102,9</b><br><b>Tłuszcz [g] 66</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 370,5</b><br><b>Sól [g] 7,3</b>   |
|                         | Dieta wrzodowa/żołądkowa | Makaron na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Baton szynkowy dr 50 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml              | Mus owocowy 1 szt | Zupa ziemniaczana 400 g<br>Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g<br>Sos jarzynowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Warzywa gotowane 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                           |     | Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynka wiśniowa wp 40 g<br>Paprykarz rybny 60 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g        | Serek wiejski lekki 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 346,7</b><br><b>Białko ogółem [g] 100,7</b><br><b>Tłuszcz [g] 63,6</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 362,5</b><br><b>Sól [g] 7,3</b> |
|                         | wątrobowa/trzustkowa     | Makaron na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Baton szynkowy dr 50 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml              | Mus owocowy 1 szt | Zupa ziemniaczana 400 g<br>Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g<br>Sos jarzynowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Warzywa gotowane 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                           |     | Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynka wiśniowa wp 40 g<br>Paprykarz rybny 60 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g        | Serek wiejski lekki 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 346,7</b><br><b>Białko ogółem [g] 100,7</b><br><b>Tłuszcz [g] 63,6</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 362,5</b><br><b>Sól [g] 7,3</b> |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                              |                                                                                                                                                                                                                          |                          |                                                                                                                                                                                                              |                                       |                                                                                                                                                                                        |                                                          |                                                                                                                                         |
|-------------------------|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-02 poniedziałek | Dieta płynna wzmocniona      | Makaron na mleku 350 g<br>żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por<br>Masło 15 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Miód 50 g                                                                                                       | Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa ziemniaczana 400 g<br>mięso drobiowe 90 g<br>Marchew gotowana opruszana 150 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Masło 15 g                                                                                          | Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g | Zupa grysikowa 400 g<br>Masło 15 g<br>mięso drobiowe 90 g<br>Herbata bez cukru 250 g                                                                                                   |                                                          | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 366,3<br>Białko ogółem [g] 99,9<br>Tłuszcz [g] 107<br>Węglowodany ogółem [g] 260,4<br>Sól [g] 2     |
|                         | Dieta cukrzycowa             | Serek wiejski lekki 150 g<br>Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Baton szynkowy dr 50 g<br>ogórek świeży 80 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                                              | Grejpfrut 100 g          | Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g<br>Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g<br>Sos jarzynowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |                                       | Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynka wiśniowa wp 40 g<br>Paprykarz rybny 60 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                      | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,półędwica dr.20 g 1 Por | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 163,2<br>Białko ogółem [g] 91,8<br>Tłuszcz [g] 71<br>Węglowodany ogółem [g] 304,3<br>Sól [g] 9,2    |
|                         | Dieta dziecięca podstawowa   | Makaron na mleku 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Masło 10 g<br>Baton szynkowy dr 50 g<br>ogórek świeży 80 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml | Mus owocowy 1 szt        | Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g<br>Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Salatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                                 | Budyń na mleku b/c 200 g              | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Masło 20 g<br>Szynka wiśniowa wp 40 g<br>Paprykarz rybny 60 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Jogurt owocowy bez cukru 150 g                           | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 594,4<br>Białko ogółem [g] 101,7<br>Tłuszcz [g] 74,5<br>Węglowodany ogółem [g] 391,7<br>Sól [g] 6,7 |
|                         | Dieta dziecięca lekkostrawna | Makaron na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Masło 10 g<br>Baton szynkowy dr 50 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml              | Mus owocowy 1 szt        | Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g<br>Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g<br>Sos jarzynowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Salatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g          | Owsianka z owocami bez cukru 1 szt    | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Masło 20 g<br>Szynka wiśniowa wp 40 g<br>Paprykarz rybny 60 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g        | Jogurt owocowy bez cukru 150 g                           | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 509,3<br>Białko ogółem [g] 95,8<br>Tłuszcz [g] 71<br>Węglowodany ogółem [g] 389,3<br>Sól [g] 6,4    |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                             |                                                                                                                                                                                                                                          |                          |                                                                                                                                                                                                              |                          |                                                                                                                                                                                                       |                                                          |                                                                                                                                                                            |
|-------------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-02 poniedziałek | Dieta dziecięca cukrzycowa  | Serek wiejski lekki 150 g<br>Pieczywo razowe 100 g<br>Masło 10 g<br>Baton szynkowy dr 50 g<br>ogórek świeży 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                                                                       | Mus owocowy 1 szt        | Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g<br>Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g<br>Sos jarzynowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g | Budyń na mleku b/c 200 g | Pieczywo razowe 100 g<br>Masło 20 g<br>Szynka wiśniowa wp 40 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                                           | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 387,3</b><br><b>Białko ogółem [g] 95,1</b><br><b>Tłuszcz [g] 77</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 340,9</b><br><b>Sól [g] 10,2</b>   |
|                         | Dieta bogatobiałkowa        | Makaron na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Baton szynkowy dr 80 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                               | Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g<br>Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g<br>Sos jarzynowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Sałatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g          |                          | Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynka wiśniowa wp 40 g<br>Paprykarz rybny 60 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                        | Serek wiejski lekki 150 g                                | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 513,1</b><br><b>Białko ogółem [g] 111,8</b><br><b>Tłuszcz [g] 71,9</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 370,6</b><br><b>Sól [g] 8</b>   |
|                         | Dieta niskobiałkowa/nerkowa | Zupa ryżanka 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Pasta z wedliny 50 g<br>Marchew gotowana opruszana 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml | Mus owocowy 1 szt        | Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g<br>Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g<br>Sos jarzynowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Sałatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g          |                          | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>pasta drobiowo-jarzynowa 50 g<br>Paprykarz rybny 30 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Biszkopity bez cukru 30 g                                | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 380,2</b><br><b>Białko ogółem [g] 84,1</b><br><b>Tłuszcz [g] 73,7</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 367</b><br><b>Sól [g] 5,4</b>    |
|                         | Dieta papkowata             | Makaron na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Baton szynkowy dr 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                               | Mus owocowy 1 szt        | Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g<br>Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g<br>Sos jarzynowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Warzywa gotowane 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                     |                          | Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynka wiśniowa wp 40 g<br>Paprykarz rybny 60 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                        | Serek wiejski lekki 150 g                                | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 366,1</b><br><b>Białko ogółem [g] 101,9</b><br><b>Tłuszcz [g] 64,2</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 364,4</b><br><b>Sól [g] 7,3</b> |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                   |                                                                                                                                                                                                                                   |                                               |                                                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                                                                                                 |                                                          |                                                                                                                                       |
|-------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-02 poniedziałek | Dieta podstawowa ciąży/laktacja   | Makaron na mleku 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Baton szynkowy dr 50 g<br>ogórek świeży 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml | Jabłko 130 g<br>Budyń na mleku b/c 200 g      | Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g<br>Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy 120 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Salatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                                  |  | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynka wiśniowa wp 40 g<br>Paprykarz rybny 60 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Serek wiejski lekki 150 g                                | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 740,5<br>Białko ogółem [g] 112,6<br>Tłuszcz [g] 92<br>Węglowodany ogółem [g] 379,9<br>Sól [g] 7,7 |
|                         | Dieta łatwostrawna ciąży/laktacja | Makaron na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Baton szynkowy dr 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                        | Mus owocowy 1 szt<br>Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g<br>Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g<br>Sos jarzynowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Salatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g          |  | Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynka wiśniowa wp 40 g<br>Paprykarz rybny 60 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                  | Serek wiejski lekki 150 g                                | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 587<br>Białko ogółem [g] 109,8<br>Tłuszcz [g] 70<br>Węglowodany ogółem [g] 398,4<br>Sól [g] 7,5   |
|                         | Dieta cukrzycowa ciąży/laktacja   | Serek wiejski lekki 150 g<br>Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Baton szynkowy dr 50 g<br>ogórek świeży 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                                                       | Grejpfrut 100 g<br>Budyń na mleku b/c 200 g   | Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g<br>Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g<br>Sos jarzynowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |  | Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynka wiśniowa wp 40 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                            | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 238,2<br>Białko ogółem [g] 93,6<br>Tłuszcz [g] 69,9<br>Węglowodany ogółem [g] 322<br>Sól [g] 10,1 |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                                     |                                                                                                                                                                                                                                  |                                     |                                                                                                                                                                                                     |                          |                                                                                                                                                                                                      |                                |                                                                                                                                                                            |
|-------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-02 poniedziałek | Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona | Makaron na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Masło 10 g<br>Baton szynkowy dr 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                                | Mus owocowy 1 szt                   | Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g<br>Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g<br>Sos jarzynowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Salatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g | Budyń na mleku b/c 200 g | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Masło 20 g<br>Szynka wiśniowa wp 40 g<br>Paprykarz rybny 60 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                                | Jogurt owocowy bez cukru 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 612,1</b><br><b>Białko ogółem [g] 101,2</b><br><b>Tłuszcz [g] 74,3</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 403,2</b><br><b>Sól [g] 6,6</b> |
|                         | Dieta podstawowa                                    | Kasza jaglana na mleku 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Kurczak gotowany 50 g<br>papryka 80 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomidorowy 200 ml | Gruszka 110 g                       | Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g<br>Makaron razowy z sosem pomid-mięsnym 350 g<br>Kalafior gotowany na parze 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                                              |                          | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek z zieleniną 80 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Biskvity bez cukru 20 g        | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 090,4</b><br><b>Białko ogółem [g] 85,5</b><br><b>Tłuszcz [g] 67,6</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 302,8</b><br><b>Sól [g] 4,8</b>  |
|                         | Dieta łatwostrawna                                  | Kasza jaglana na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Kurczak gotowany 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g                     | Galaretka z owocami bez cukru 1 Por | Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g<br>Makaron z sosem pomid-mięsnym 350 g<br>Kalafior gotowany na parze 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                                                     |                          | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek z zieleniną 80 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                  | Biskvity bez cukru 20 g        | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 008,3</b><br><b>Białko ogółem [g] 77,6</b><br><b>Tłuszcz [g] 62,3</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 299,9</b><br><b>Sól [g] 3,6</b>  |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                            |                                                                                                                                                                                                                        |                                     |                                                                                                                                                        |                                       |                                                                                                                                                                                               |                                                          |                                                                                                                                         |
|-------------------|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-03 wtorek | Dieta wrzodowa/żołądkowa   | Kasza jaglana na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Kurczak gotowany 50 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g | Galaretka z owocami bez cukru 1 Por | Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g<br>Makaron z mięsem i jarzynami 300 g<br>Marchew gotowana opruszana 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g         |                                       | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek z zieleniną 80 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Biszkopty bez cukru 20 g                                 | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 964,2<br>Białko ogółem [g] 74,6<br>Tłuszcz [g] 59<br>Węglowodany ogółem [g] 299,8<br>Sól [g] 4,3    |
|                   | wątrobowaltruskowa         | Kasza jaglana na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Kurczak gotowany 50 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g | Galaretka z owocami bez cukru 1 Por | Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g<br>Makaron z mięsem i jarzynami 300 g<br>Marchew gotowana opruszana 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g         |                                       | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek z zieleniną 80 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Biszkopty bez cukru 20 g                                 | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 964,2<br>Białko ogółem [g] 74,6<br>Tłuszcz [g] 59<br>Węglowodany ogółem [g] 299,8<br>Sól [g] 4,3    |
|                   | Dieta płynna wzmocniona    | Kasza jaglana na mleku 350 g<br>żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por<br>Masło 15 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Miód 50 g                                                                                               | Budyń na mleku b/c 200 g            | Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g<br>Mięso drobiowe zmielone 90 g<br>Marchew gotowana opruszana 150 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Masło 15 g                | Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g | Zupa grysikowa 400 g<br>Masło 15 g<br>Mięso drobiowe zmielone 90 g<br>Herbata bez cukru 250 g                                                                                                 |                                                          | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 248,2<br>Białko ogółem [g] 92,3<br>Tłuszcz [g] 102,8<br>Węglowodany ogółem [g] 248,3<br>Sól [g] 1,8 |
|                   | Dieta cukrzycowa           | Maślanka 330 g<br>Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Kurczak gotowany 50 g<br>papryka 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomidorowy 200 ml                                   | Jabłko 130 g                        | Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g<br>Makaron razowy z sosem pomid-mięsnym 350 g<br>Kalafior gotowany na parze 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |                                       | Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek z zieleniną 80 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                        | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 081,9<br>Białko ogółem [g] 92,4<br>Tłuszcz [g] 65,4<br>Węglowodany ogółem [g] 301,2<br>Sól [g] 5,4  |
|                   | Dieta dziecięca podstawowa | Kasza jaglana na mleku 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Masło 10 g<br>Kurczak gotowany 50 g<br>papryka 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g   | Galaretka z owocami bez cukru 1 Por | Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g<br>Makaron razowy z sosem pomid-mięsnym 350 g<br>Kalafior gotowany na parze 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g | Herbatniki 2 szt                      | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Masło 20 g<br>Twarożek z zieleniną 80 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g   | Jogurt owocowy bez cukru 150 g                           | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 285,3<br>Białko ogółem [g] 87,1<br>Tłuszcz [g] 73,8<br>Węglowodany ogółem [g] 333,5<br>Sól [g] 4    |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

2024-09-03 wtorek

|                              |                                                                                                                                                                                                                                         |                                     |                                                                                                                                                                  |                  |                                                                                                                                                                                                  |                                                          |                                                                                                                                                                           |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Dieta dziecięca lekkostrawna | Kasza jaglana na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Masło 10 g<br>Kurczak gotowany 50 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g                           | Galaretka z owocami bez cukru 1 Por | Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g<br>Makaron z sosem pomid-mięsnym 350 g<br>Kalafior gotowany na parze 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                  | Herbatniki 2 szt | Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Masło 20 g<br>Twarożek z zieleniną 80 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g             | Jogurt owocowy bez cukru 150 g                           | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 221</b><br><b>Białko ogółem [g] 81,3</b><br><b>Tłuszcz [g] 68,9</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 334,1</b><br><b>Sól [g] 3,8</b>   |
| Dieta dziecięca cukrzycowa   | Maślanka 330 g<br>Pieczywo razowe 100 g<br>Masło 10 g<br>Kurczak gotowany 50 g<br>papryka 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomarańczowy 200 ml                                                           | Galaretka z owocami bez cukru 1 Por | Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g<br>Makaron razowy z sosem pomid-mięsnym 350 g<br>Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g | Herbatniki 2 szt | Pieczywo razowe 100 g<br>Masło 20 g<br>Twarożek z zieleniną 80 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                                    | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 328,4</b><br><b>Białko ogółem [g] 94,3</b><br><b>Tłuszcz [g] 76,7</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 335</b><br><b>Sól [g] 4,9</b>   |
| Dieta bogatobiałkowa         | Kasza jaglana na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Kurczak gotowany 80 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g                            | Budyń na mleku b/c 200 g            | Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g<br>Makaron z sosem pomid-mięsnym 350 g<br>Kalafior gotowany na parze 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                  |                  | Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek z zieleniną 80 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g              | Biszkopty bez cukru 20 g                                 | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 207,7</b><br><b>Białko ogółem [g] 89,9</b><br><b>Tłuszcz [g] 66,3</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 327,8</b><br><b>Sól [g] 3,8</b> |
| Dieta niskobiałkowa/nerkowa  | Zupa grysikowa 400 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Pasta z wedliny 50 g<br>Marchew gotowana opruszana 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g | Galaretka z owocami bez cukru 1 Por | Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g<br>Makaron razowy z sosem pomid-mięsnym 350 g<br>Kalafior gotowany na parze 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g           |                  | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>pasta drobiowo-jarzynowa 50 g<br>Marchew gotowana opruszana 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Biszkopty bez cukru 30 g                                 | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 166,6</b><br><b>Białko ogółem [g] 74,9</b><br><b>Tłuszcz [g] 73,8</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 322,6</b><br><b>Sól [g] 4,7</b> |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

2024-09-03 wtorek

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                 |                                                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                                                                      |                                                          |                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Dieta papkowata                   | Kasza jaglana na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Kurczak gotowany 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g                     | Mus owocowy 1 szt                                               | Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g<br>Makaron z mięsem i jarzynami 300 g<br>Marchew gotowana opruszana 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                   |  | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek z zieleniną 80 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                  | Maślanka 330 g                                           | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 122,5</b><br><b>Białko ogółem [g] 84,7</b><br><b>Tłuszcz [g] 54,6</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 339,3</b><br><b>Sól [g] 4,8</b> |
| Dieta podstawowa ciąża/laktacja   | Kasza jaglana na mleku 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Kurczak gotowany 50 g<br>papryka 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomidorowy 200 ml | Gruszka 110 g<br>Budyń na mleku b/c 200 g                       | Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g<br>Makaron razowy z sosem pomid-mięsnym 350 g<br>Kalafior gotowany na parze 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g           |  | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek z zieleniną 80 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Biszkopty bez cukru 20 g                                 | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 265,2</b><br><b>Białko ogółem [g] 92,3</b><br><b>Tłuszcz [g] 71,6</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 330,7</b><br><b>Sól [g] 5</b>   |
| Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja | Kasza jaglana na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Kurczak gotowany 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g                     | Galaretka z owocami bez cukru 1 Por<br>Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g<br>Makaron z sosem pomid-mięsnym 350 g<br>Kalafior gotowany na parze 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                  |  | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek z zieleniną 80 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                  | Biszkopty bez cukru 20 g                                 | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 183,1</b><br><b>Białko ogółem [g] 84,5</b><br><b>Tłuszcz [g] 66,3</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 327,8</b><br><b>Sól [g] 3,8</b> |
| Dieta cukrzycowa ciąża/laktacja   | Maślanka 330 g<br>Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Kurczak gotowany 50 g<br>papryka 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomidorowy 200 ml                                             | Jabłko 130 g<br>Budyń na mleku b/c 200 g                        | Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g<br>Makaron razowy z sosem pomid-mięsnym 350 g<br>Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |  | Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek z zieleniną 80 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                               | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 278,7</b><br><b>Białko ogółem [g] 98,8</b><br><b>Tłuszcz [g] 69,9</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 335,7</b><br><b>Sól [g] 5,8</b> |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                     |                                                                                                                                                                                                    |                                       |                                                                                                                                                                                                        |                                |                                                                                                                                                                            |
|-------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-03 wtorek | Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona | Kasza jaglana na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Masło 10 g<br>Kurczak gotowany 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g                                                                              | Galaretka z owocami bez cukru 1 Por | Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g<br>Makaron z sosem pomid-mięsnym 350 g<br>Kalafior gotowany na parze 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                                                    | Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Masło 20 g<br>Twarożek z zieleniną 80 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                             | Jogurt owocowy bez cukru 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 194,4</b><br><b>Białko ogółem [g] 81,7</b><br><b>Tłuszcz [g] 71,2</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 322,6</b><br><b>Sól [g] 3,6</b>  |
|                   | Dieta podstawowa                                    | Kasza manna na mleku 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>jajko gotowane 1 szt. 1 Por<br>Szynka tostowa drobiowa 20 g<br>Sałatka jarzynowa 80 Por<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml | Jabłko 130 g                        | Zupa pomidorowa z makaronem 400 g<br>Schab wieprzowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Surówka z białej kapusty i ogórka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |                                       | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Ser żółty 40 g<br>Szynka konserwowa premium 40 g<br>ogórek świeży 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Serek homogenizowany 150 g     | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 537</b><br><b>Białko ogółem [g] 127,5</b><br><b>Tłuszcz [g] 96,9</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 303,7</b><br><b>Sól [g] 6,4</b>   |
|                   | Dieta łatwostrawna                                  | Kasza manna na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>jajko gotowane 1 szt. 1 Por<br>Szynka tostowa drobiowa 20 g<br>Sałatka jarzynowa 80 Por<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                  | Mus owocowy 1 szt                   | Zupa pomidorowa z makaronem 400 g<br>Schab wieprzowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Szpinak na ciepło 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                          |                                       | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szynka konserwowa premium 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g         | Serek homogenizowany 150 g     | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 427,3</b><br><b>Białko ogółem [g] 125,3</b><br><b>Tłuszcz [g] 82,4</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 315,2</b><br><b>Sól [g] 6,3</b> |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                  |                          |                                                                                                                                                                                                                                                    |                          |                                                                                                                                                                                                    |                                        |                                                                                                                                                                                                          |                                                        |                                                                                                                                                                            |
|------------------|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-04 środa | Dieta wzdrowia/żołądkowa | Kasza manna na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Pasta z jaj 70 g<br>Szynka tostowa drobiowa 20 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml | Mus owocowy 1 szt        | Zupa ryżanka 400 g<br>Schab wieprzowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Marchew gotowana opruszana 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                                |                                        | Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szynka konserwowa premium 40 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Serek homogenizowany 150 g                             | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 335,8</b><br><b>Białko ogółem [g] 124,1</b><br><b>Tłuszcz [g] 74,3</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 313,6</b><br><b>Sól [g] 6,4</b> |
|                  | wątrobowa/trzustkowa     | Kasza manna na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Pasta z jaj 70 g<br>Szynka tostowa drobiowa 20 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml | Mus owocowy 1 szt        | Zupa ryżanka 400 g<br>Schab wieprzowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Marchew gotowana opruszana 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                                |                                        | Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szynka konserwowa premium 40 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Serek homogenizowany 150 g                             | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 335,8</b><br><b>Białko ogółem [g] 124,1</b><br><b>Tłuszcz [g] 74,3</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 313,6</b><br><b>Sól [g] 6,4</b> |
|                  | Dieta płynna wzmocniona  | Kasza manna na mleku 350 g<br>żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por<br>Masło 15 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Miód 50 g                                                                                                                             | Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa ryżanka 400 g<br>Mięso drobiowe zmielone 90 g<br>Marchew gotowana opruszana 150 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Masło 15 g                                                                            | Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g | Zupa grysikowa 400 g<br>Masło 15 g<br>Mięso drobiowe zmielone 90 g<br>Herbata bez cukru 250 g                                                                                                            |                                                        | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 251,7</b><br><b>Białko ogółem [g] 96,7</b><br><b>Tłuszcz [g] 106,8</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 234,3</b><br><b>Sól [g] 2</b>   |
|                  | Dieta cukrzycowa         | Kefir 360 g<br>Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>jajko gotowane 1 szt. 1 Por<br>Szynka tostowa drobiowa 20 g<br>Sałatka jarzynowa 80 Por<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                | Jabłko 130 g             | Zupa pomidorowa z makaronem 400 g<br>Schab wieprzowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Surówka z białej kapusty i ogórka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |                                        | Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szynka konserwowa premium 40 g<br>ogórek świeży 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                  | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polewka dr.20 g 1 Por | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 312,1</b><br><b>Białko ogółem [g] 116</b><br><b>Tłuszcz [g] 82,2</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 295,7</b><br><b>Sól [g] 6,6</b>   |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                  |                              |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                          |                                                                                                                                                                                                    |                   |                                                                                                                                                                                                              |                                                          |                                                                                                                                                                            |
|------------------|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-04 środa | Dieta dziecięca podstawowa   | Kasza manna na mleku 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Masło 10 g<br>jajko gotowane 1 szt. 1 Por<br>Szynka tostowa drobiowa 20 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml | Mus owocowy 1 szt        | Zupa pomidorowa z makaronem 400 g<br>Schab wieprzowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Surówka z białej kapusty i ogórka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g | Herbatniki 2 szt  | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Masło 20 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szynka konserwowa premium 40 g<br>ogórek świeży 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Jogurt owocowy bez cukru 150 g                           | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 531,3</b><br><b>Białko ogółem [g] 117,3</b><br><b>Tłuszcz [g] 82,7</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 343</b><br><b>Sól [g] 6,4</b>   |
|                  | Dieta dziecięca lekkostrawna | Kasza manna na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Masło 10 g<br>jajko gotowane 1 szt. 1 Por<br>Szynka tostowa drobiowa 20 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                  | Mus owocowy 1 szt        | Zupa pomidorowa z makaronem 400 g<br>Schab wieprzowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Szpinak na ciepło 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                          | Herbatniki 2 szt  | Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Masło 20 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szynka konserwowa premium 40 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g              | Jogurt owocowy bez cukru 150 g                           | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 451,4</b><br><b>Białko ogółem [g] 116,1</b><br><b>Tłuszcz [g] 77,2</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 341,5</b><br><b>Sól [g] 6,3</b> |
|                  | Dieta dziecięca cukrzycowa   | Kefir 360 g<br>Pieczywo razowe 100 g<br>Masło 10 g<br>Jajko gotowane 1 Por<br>Szynka tostowa drobiowa 20 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                                                     | Jabłko 130 g             | Zupa pomidorowa z makaronem 400 g<br>Schab wieprzowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Surówka z białej kapusty i ogórka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g | Wafle ryżowe 10 g | Pieczywo razowe 100 g<br>Masło 20 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szynka konserwowa premium 40 g<br>ogórek świeży 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                               | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,półdewica dr.20 g 1 Por | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 300,9</b><br><b>Białko ogółem [g] 113,3</b><br><b>Tłuszcz [g] 82,3</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 294</b><br><b>Sól [g] 6,1</b>   |
|                  | Dieta bogatobiałkowa         | Kasza manna na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Jajko gotowane 1 Por<br>Szynka tostowa drobiowa 80 g<br>Sałatka jarzynowa 80 Por<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml              | Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa pomidorowa z makaronem 400 g<br>Schab wieprzowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Szpinak na ciepło 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                          |                   | Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szynka konserwowa premium 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g               | Serek homogenizowany 150 g                               | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 556,1</b><br><b>Białko ogółem [g] 140,2</b><br><b>Tłuszcz [g] 88,8</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 315,6</b><br><b>Sól [g] 7,6</b> |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                  |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                               |                                                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                                                                                                                       |                            |                                                                                                                                                                            |
|------------------|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-04 środa | Dieta niskobiałkowa/nerkowa       | Zupa ryżanka 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Pasta z jaj 50 g<br>Szynka tostowa drobiowa 20 g<br>Salatka jarzynowa 80 Por<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                    | Mus owocowy 1 szt                             | Zupa pomidorowa z makaronem 400 g<br>Schab wieprzowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Surówka z białej kapusty i ogórka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |  | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Pasta z wedliny 50 g<br>Marchew gotowana opruszana 70 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                               | Biszkopty bez cukru 30 g   | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 439,5<br><b>Białko ogółem [g]</b> 102,7<br><b>Tłuszcz [g]</b> 87,6<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 327,5<br><b>Sól [g]</b> 5,5 |
|                  | Dieta papkowata                   | Kasza manna na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Jajko gotowane 1 Por<br>Szynka tostowa drobiowa 20 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                           | Mus owocowy 1 szt                             | Zupa pomidorowa z makaronem 400 g<br>Schab wieprzowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Szpinak na ciepło 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                          |  | Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szynka konserwowa premium 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                        | Serek homogenizowany 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 312,9<br><b>Białko ogółem [g]</b> 121,8<br><b>Tłuszcz [g]</b> 75,2<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 305,6<br><b>Sól [g]</b> 6   |
|                  | Dieta podstawowa ciąża/laktacja   | Kasza manna na mleku 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>jajko gotowane 1 szt. 1 Por<br>Szynka tostowa drobiowa 20 g<br>Salatka jarzynowa 80 Por<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml | Jabłko 130 g<br>Budyń na mleku b/c 200 g      | Zupa pomidorowa z makaronem 400 g<br>Schab wieprzowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Surówka z białej kapusty i ogórka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |  | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szynka konserwowa premium 40 g<br>ogórek świeży 70 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Serek homogenizowany 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 623<br><b>Białko ogółem [g]</b> 131,7<br><b>Tłuszcz [g]</b> 92,2<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 331,6<br><b>Sól [g]</b> 6,6   |
|                  | Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja | Kasza manna na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>jajko gotowane 1 szt. 1 Por<br>Szynka tostowa drobiowa 20 g<br>Salatka jarzynowa 80 Por<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                  | Mus owocowy 1 szt<br>Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa pomidorowa z makaronem 400 g<br>Schab wieprzowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Szpinak na ciepło 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                          |  | Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szynka konserwowa premium 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                        | Serek homogenizowany 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 602,1<br><b>Białko ogółem [g]</b> 132,2<br><b>Tłuszcz [g]</b> 86,4<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 343,1<br><b>Sól [g]</b> 6,5 |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                          |                                                                                                                                                                                                                           |                                        |                                                                                                                                                                                          |                                                          |                                                                                                                                                                            |
|---------------------|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-04 środa    | Dieta cukrzycowa cięża/laktacja                     | Kefir 360 g<br>Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Jajko gotowane 1 Por<br>Szyńka tostowa drobiowa 20 g<br>Salatka jarzynowa 80 Por<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                     | Jabłko 130 g<br>Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa pomidorowa z makaronem 400 g<br>Schab wieprzowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Surówka z białej kapusty i ogórka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                        |                                        | Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szyńkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szyńka konserwowa premium 40 g<br>ogórek świeży 70 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g  | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 486,9</b><br><b>Białko ogółem [g] 122,9</b><br><b>Tłuszcz [g] 86,2</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 323,6</b><br><b>Sól [g] 6,8</b> |
|                     | Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona | Kasza manna na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Masło 10 g<br>Jajko gotowane 1 Por<br>Szyńka tostowa drobiowa 20 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml    | Mus owocowy 1 szt                        | Zupa pomidorowa z makaronem 400 g<br>Schab wieprzowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Szpinak na ciepło 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                                                 | Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Masło 20 g<br>Szyńkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szyńka konserwowa premium 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g    | Jogurt owocowy bez cukru 150 g                           | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 424,8</b><br><b>Białko ogółem [g] 116,5</b><br><b>Tłuszcz [g] 79,5</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 330</b><br><b>Sól [g] 6,1</b>   |
| 2024-09-05 czwartek | Dieta podstawowa                                    | Płatki owsiane na mleku 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo żytnie 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szyńka drobiowa wędzona 50 g<br>ogórek kwaszony 80 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml | Śliwka 100 g                             | Zupa z zielonego groszku 400 g<br>Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Kasza jęczmienna na sypko 200 g<br>Salatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |                                        | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo żytnie 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek 80 g<br>Dżem niskosłodzony 25 g<br>papryka 80 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Jogurt naturalny skyr 150 g                              | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 524</b><br><b>Białko ogółem [g] 104,5</b><br><b>Tłuszcz [g] 75,2</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 374,9</b><br><b>Sól [g] 6,8</b>   |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                          |                                                                                                                                                                                                                                   |                          |                                                                                                                                                                                                                           |                                        |                                                                                                                                                                                   |                             |                                                                                                                                                                             |
|---------------------|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-05 czwartek | Dieta łatwostrawna       | Płatki owsiane na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szynka drobiowa wędzona 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml           | Mus owocowy 1 szt        | Zupa z zielonego groszku 400 g<br>Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Kasza jęczmienna na sypko 200 g<br>Sałatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |                                        | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek 80 g<br>Dżem niskosłodzony 25 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g           | Jogurt naturalny skyr 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 548,6</b><br><b>Białko ogółem [g] 103,3</b><br><b>Tłuszcz [g] 72,2</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 393,8</b><br><b>Sól [g] 5,4</b>  |
|                     | Dieta wrzodowa/żołądkowa | Płatki owsiane na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szynka drobiowa wędzona 50 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml | Mus owocowy 1 szt        | Zupa z zielonego groszku 400 g<br>Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Kasza jęczmienna na sypko 200 g<br>Sałatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |                                        | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek 80 g<br>Dżem niskosłodzony 25 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Jogurt naturalny skyr 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 548,6</b><br><b>Białko ogółem [g] 103,3</b><br><b>Tłuszcz [g] 72,2</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 393,8</b><br><b>Sól [g] 5,4</b>  |
|                     | wątrobowa/tłuszczowa     | Płatki owsiane na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szynka drobiowa wędzona 50 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml | Mus owocowy 1 szt        | Zupa z zielonego groszku 400 g<br>Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Kasza jęczmienna na sypko 200 g<br>Sałatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |                                        | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek 80 g<br>Dżem niskosłodzony 25 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Jogurt naturalny skyr 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 548,6</b><br><b>Białko ogółem [g] 103,3</b><br><b>Tłuszcz [g] 72,2</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 393,8</b><br><b>Sól [g] 5,4</b>  |
|                     | Dieta płynna wzmocniona  | Płatki owsiane na mleku 350 g<br>żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por<br>Masło 15 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Miód 50 g                                                                                                         | Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa ziemniaczana 400 g<br>Mięso drobiowe zmielone 90 g<br>Marchew gotowana opruszana 150 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Masło 15 g                                                                                              | Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g | Zupa grysikowa 400 g<br>Masło 15 g<br>Mięso drobiowe zmielone 90 g<br>Herbata bez cukru 250 g                                                                                     |                             | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 369,3</b><br><b>Białko ogółem [g] 100,1</b><br><b>Tłuszcz [g] 108,4</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 258,4</b><br><b>Sól [g] 2,1</b> |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                              |                                                                                                                                                                                                                                         |                                    |                                                                                                                                                                                                                                    |                          |                                                                                                                                                                                 |                                                          |                                                                                                                                                                            |
|---------------------|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-05 czwartek | Dieta cukrzycowa             | Jogurt naturalny skyr 150 g<br>Pieczywo żytnie 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szyńka drobiowa wędzona 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                                | Salatka wiosenna z makaronem 150 g | Zupa z zielonego groszku 400 g<br>Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Kasza jęczmienna na sypko 200 g<br>Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |                          | Pieczywo żytnie 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek 80 g<br>Szyńkowa wieprzowa 20 g<br>papryka 80 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                      | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,półdewica dr.20 g 1 Por | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 276,2<br><b>Białko ogółem [g]</b> 100<br><b>Tłuszcz [g]</b> 80,3<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 311,8<br><b>Sól [g]</b> 7,7   |
|                     | Dieta dziecięca podstawowa   | Płatki owsiane na mleku 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Masło 10 g<br>Szyńka drobiowa wędzona 50 g<br>ogórek kwaszony 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml | Mus owocowy 1 szt                  | Zupa z zielonego groszku 400 g<br>Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Kasza jęczmienna na sypko 200 g<br>Salatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g          | Budyń na mleku b/c 200 g | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Masło 20 g<br>Twarożek 80 g<br>Dżem niskosłodzony 25 g<br>papryka 80 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Jogurt owocowy bez cukru 150 g                           | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 835,9<br><b>Białko ogółem [g]</b> 104,6<br><b>Tłuszcz [g]</b> 87,5<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 423,9<br><b>Sól [g]</b> 6,9 |
|                     | Dieta dziecięca lekkostrawna | Płatki owsiane na mleku 350 g<br>Pieczywo pszenne 100 g<br>Masło 10 g<br>Szyńka drobiowa wędzona 50 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                            | Mus owocowy 1 szt                  | Zupa z zielonego groszku 400 g<br>Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Kasza jęczmienna na sypko 200 g<br>Salatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g          | Budyń na mleku b/c 200 g | Pieczywo pszenne 100 g<br>Masło 20 g<br>Twarożek 80 g<br>Dżem niskosłodzony 25 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                    | Jogurt owocowy bez cukru 150 g                           | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 733,5<br><b>Białko ogółem [g]</b> 104,3<br><b>Tłuszcz [g]</b> 84,8<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 423,8<br><b>Sól [g]</b> 5,7 |
|                     | Dieta dziecięca cukrzycowa   | Jogurt naturalny skyr 150 g<br>Pieczywo razowe 100 g<br>Masło 10 g<br>Szyńka drobiowa wędzona 50 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                               | Salatka wiosenna z makaronem 150 g | Zupa z zielonego groszku 400 g<br>Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Kasza jęczmienna na sypko 200 g<br>Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g | Budyń na mleku b/c 200 g | Pieczywo razowe 100 g<br>Masło 20 g<br>Twarożek 80 g<br>Szyńkowa wieprzowa 20 g<br>papryka 80 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                               | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,półdewica dr.20 g 1 Por | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 516,1<br><b>Białko ogółem [g]</b> 106,8<br><b>Tłuszcz [g]</b> 91,3<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 339,6<br><b>Sól [g]</b> 7,8 |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                 |                                                                                                                                                                                                                                                   |                                          |                                                                                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                                                                            |                             |                                                                                                                                                                            |
|---------------------|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-05 czwartek | Dieta bogatobiałkowa            | Płatki owsiane na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szynka drobiowa wędzona 80 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                           | Budyń na mleku b/c 200 g                 | Zupa z zielonego groszku 400 g<br>Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Kasza jęczmienna na sypko 200 g<br>Sałatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |  | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek 80 g<br>Dżem niskosłodzony 25 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                    | Jogurt naturalny skyr 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 628,2</b><br><b>Białko ogółem [g] 114,4</b><br><b>Tłuszcz [g] 76,4</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 393</b><br><b>Sól [g] 6,2</b>   |
|                     | Dieta niskobiałkowa/nerkowa     | Zupa ryżanka 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo żytnie 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>pasta drobiowo-jarzynowa 50 g<br>Marchew gotowana opruszana 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml | Mus owocowy 1 szt                        | Zupa z zielonego groszku 400 g<br>Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Kasza jęczmienna na sypko 200 g<br>Sałatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |  | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo żytnie 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Dżem niskosłodzony 60 g<br>Marchew gotowana opruszana 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Biskopki bez cukru 30 g     | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 756,9</b><br><b>Białko ogółem [g] 75,8</b><br><b>Tłuszcz [g] 79,8</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 448,2</b><br><b>Sól [g] 4,9</b>  |
|                     | Dieta papkowata                 | Płatki owsiane na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szynka drobiowa wędzona 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                           | Mus owocowy 1 szt                        | Zupa z zielonego groszku 400 g<br>Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Kasza jęczmienna na sypko 200 g<br>Sałatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |  | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek 80 g<br>Dżem niskosłodzony 25 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                    | Jogurt naturalny skyr 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 548,6</b><br><b>Białko ogółem [g] 103,3</b><br><b>Tłuszcz [g] 72,2</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 393,8</b><br><b>Sól [g] 5,4</b> |
|                     | Dieta podstawowa cięża/laktacja | Płatki owsiane na mleku 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szynka drobiowa wędzona 50 g<br>ogórek kwaszony 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml  | Śliwka 100 g<br>Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa z zielonego groszku 400 g<br>Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Kasza jęczmienna na sypko 200 g<br>Sałatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |  | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek 80 g<br>Dżem niskosłodzony 25 g<br>papryka 80 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g   | Jogurt naturalny skyr 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 698,8</b><br><b>Białko ogółem [g] 111,4</b><br><b>Tłuszcz [g] 79,2</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 402,8</b><br><b>Sól [g] 7</b>   |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                     |                                                                                                                                                                                                                         |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                    |                          |                                                                                                                                                                         |                                                          |                                                                                                                                                                            |
|---------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-05 czwartek | Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja                   | Płatki owsiane na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szynka drobiowa wędzona 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml | Mus owocowy 1 szt<br>Budyń na mleku b/c 200 g                  | Zupa z zielonego groszku 400 g<br>Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Kasza jęczmienna na sypko 200 g<br>Sałatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g          |                          | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek 80 g<br>Dżem niskosłodzony 25 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Jogurt naturalny skyr 150 g                              | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 723,4</b><br><b>Białko ogółem [g] 110,2</b><br><b>Tłuszcz [g] 76,2</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 421,7</b><br><b>Sól [g] 5,6</b> |
|                     | Dieta cukrzycowa ciąża/laktacja                     | Jogurt naturalny skyr 150 g<br>Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szynka drobiowa wędzona 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                | Sałatka wiosenna z makaronem 150 g<br>Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa z zielonego groszku 400 g<br>Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Kasza jęczmienna na sypko 200 g<br>Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |                          | Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Twarożek 80 g<br>Szynkowa wieprzowa 20 g<br>papryka 80 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g              | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,półdewica dr.20 g 1 Por | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 451</b><br><b>Białko ogółem [g] 106,8</b><br><b>Tłuszcz [g] 84,3</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 339,7</b><br><b>Sól [g] 8</b>     |
|                     | Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona | Płatki owsiane na mleku 350 g<br>Pieczywo pszenne 100 g<br>Masło 10 g<br>Szynka drobiowa wędzona 50 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml            | Mus owocowy 1 szt                                              | Zupa z zielonego groszku 400 g<br>Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Kasza jęczmienna na sypko 200 g<br>Sałatka z buraczka z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g          | Budyń na mleku b/c 200 g | Pieczywo pszenne 100 g<br>Masło 20 g<br>Twarożek 80 g<br>Dżem niskosłodzony 25 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                      | Jogurt owocowy bez cukru 150 g                           | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 733,5</b><br><b>Białko ogółem [g] 104,3</b><br><b>Tłuszcz [g] 84,8</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 423,8</b><br><b>Sól [g] 5,7</b> |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                            |                                                                                                                                                                                                                                        |                   |                                                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                                                                                                                      |                            |                                                                                                                                                                            |
|-------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-06 piątek | Dieta podstawowa           | Ryż na mleku 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo żytnie 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szynka drobiowa gotowana 50 g<br>ogórek świeży 80 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok wieloowocowy 200 ml | Gruszka 110 g     | Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g<br>Ryba morszczuk pieczona 130 g<br>Sos pietruszkowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 300 g |  | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo żytnie 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynka z liściem wp 40 g<br>ser biały półtłusty 50 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Antybaton 1 szt            | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 121,2</b><br><b>Białko ogółem [g] 100,4</b><br><b>Tłuszcz [g] 58,3</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 311,7</b><br><b>Sól [g] 5,7</b> |
|                   | Dieta łatwostrawna         | Ryż na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szynka drobiowa gotowana 50 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Pomidor 80 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok wieloowocowy 200 ml                        | Mus owocowy 1 szt | Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g<br>Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g<br>Sos pietruszkowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Warzywa gotowane 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 300 g           |  | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynka z liściem wp 40 g<br>ser biały półtłusty 50 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g                  | Serek homogenizowany 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 208,8</b><br><b>Białko ogółem [g] 107,3</b><br><b>Tłuszcz [g] 60,9</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 327,6</b><br><b>Sól [g] 5,2</b> |
|                   | Dieta w rzodowal/zoładkowa | Ryż na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szynka drobiowa gotowana 50 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                | Mus owocowy 1 szt | Zupa ziemniaczana 400 g<br>Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g<br>Sos pietruszkowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Warzywa gotowane 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 300 g                           |  | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynka z liściem wp 40 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g        | Serek homogenizowany 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 203,4</b><br><b>Białko ogółem [g] 104,9</b><br><b>Tłuszcz [g] 59,7</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 332,9</b><br><b>Sól [g] 5,2</b> |
|                   | wątrobowal/trzustkowa      | Ryż na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szynka drobiowa gotowana 50 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                | Mus owocowy 1 szt | Zupa ziemniaczana 400 g<br>Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g<br>Sos pietruszkowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Warzywa gotowane 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 300 g                           |  | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynka z liściem wp 40 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g        | Serek homogenizowany 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 203,4</b><br><b>Białko ogółem [g] 104,9</b><br><b>Tłuszcz [g] 59,7</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 332,9</b><br><b>Sól [g] 5,2</b> |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

2024-09-06 piątek

|                         |                                                                                                                                                                                                                               |                          |                                                                                                                                                                                            |                                       |                                                                                                                                                                                             |                                                          |                                                                                                                                                                            |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Dieta płynna wzmocniona | Ryż na mleku 350 g<br>żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por<br>Masło 15 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Miód 50 g                                                                                                                | Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa ziemniaczana 400 g<br>Mięso drobiowe zmielone 90 g<br>Marchew gotowana opruszana 150 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Masło 15 g                                                               | Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g | Zupa grysikowa 400 g<br>Masło 15 g<br>Mięso drobiowe zmielone 90 g<br>Herbata bez cukru 250 g                                                                                               |                                                          | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 361,3</b><br><b>Białko ogółem [g] 98,8</b><br><b>Tłuszcz [g] 106,8</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 260,8</b><br><b>Sól [g] 2,1</b> |
|                         | Serek homogenizowany 150 g<br>Pieczywo żytnie 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szynka drobiowa gotowana 50 g<br>ogórek świeży 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                | Jabłko 130 g             | Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g<br>Ryba morszczuk pieczona 130 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 300 g                 |                                       | Pieczywo żytnie 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynka z liściem wp 40 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                      | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,półędwica dr.20 g 1 Por | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 917,1</b><br><b>Białko ogółem [g] 99,5</b><br><b>Tłuszcz [g] 58</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 266,5</b><br><b>Sól [g] 5,9</b>    |
|                         | Ryż na mleku 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Masło 10 g<br>Szynka drobiowa gotowana 50 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>ogórek świeży 80 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok wieloowocowy 200 ml | Mus owocowy 1 szt        | Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g<br>Ryba morszczuk pieczona 130 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 300 g                 | Herbatniki 2 szt                      | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Masło 20 g<br>Szynka z liściem wp 40 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Jogurt owocowy bez cukru 150 g                           | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 307,1</b><br><b>Białko ogółem [g] 104,6</b><br><b>Tłuszcz [g] 62,3</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 344,5</b><br><b>Sól [g] 6,1</b> |
|                         | Ryż na mleku 350 g<br>Pieczywo pszenne 100 g<br>Masło 10 g<br>Szynka drobiowa gotowana 50 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok wieloowocowy 200 ml                          | Mus owocowy 1 szt        | Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g<br>Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g<br>Sos pietruszkowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Warzywa gotowane 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 300 g | Herbatniki 2 szt                      | Pieczywo pszenne 100 g<br>Masło 20 g<br>Szynka z liściem wp 40 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g                    | Jogurt owocowy bez cukru 150 g                           | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 295,3</b><br><b>Białko ogółem [g] 103,9</b><br><b>Tłuszcz [g] 62,9</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 361,5</b><br><b>Sól [g] 5,5</b> |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                             |                                                                                                                                                                                                                                            |                          |                                                                                                                                                                                            |                   |                                                                                                                                                                                            |                                                          |                                                                                                                                                                            |
|-------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-06 piątek | Dieta dziecięca cukrzycowa  | Serek homogenizowany 150 g<br>Pieczywo razowe 100 g<br>Masło 10 g<br>Szynka drobiowa gotowana 50 g<br>ogórek świeży 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml                                      | Mus owocowy 1 szt        | Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g<br>Ryba morszczuk pieczona 130 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 300 g                 | Wafle ryżowe 10 g | Pieczywo razowe 100 g<br>Masło 20 g<br>Szynka z liściem wp 40 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g                              | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,półędwica dr.20 g 1 Por | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 079,3<br><b>Białko ogółem [g]</b> 101,9<br><b>Tłuszcz [g]</b> 65<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 287,4<br><b>Sól [g]</b> 5,9   |
|                   | Dieta bogatobiałkowa        | Ryż na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szynka drobiowa gotowana 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Pomidor 80 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok wieloowocowy 200 ml                            | Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g<br>Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g<br>Sos pietruszkowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Warzywa gotowane 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 300 g |                   | Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynka z liściem wp 40 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g        | Serek homogenizowany 150 g                               | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 284,5<br><b>Białko ogółem [g]</b> 117,1<br><b>Tłuszcz [g]</b> 65,2<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 326,9<br><b>Sól [g]</b> 5,7 |
|                   | Dieta niskobiałkowa/nerkowa | Zupa ryżanka 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Pasta z wedliny 50 g<br>Marchew gotowana opruszana 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok wieloowocowy 200 ml | Mus owocowy 1 szt        | Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g<br>Ryba morszczuk pieczona 130 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Warzywa gotowane 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 300 g                                    |                   | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Dżem niskosłodzony 60 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Marchew gotowana opruszana 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Herbatniki 2 szt                                         | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 462,2<br><b>Białko ogółem [g]</b> 75,3<br><b>Tłuszcz [g]</b> 51,1<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 433,6<br><b>Sól [g]</b> 4,7  |
|                   | Dieta papkowata             | Ryż na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szynka drobiowa gotowana 50 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Pomidor 80 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok wieloowocowy 200 ml                            | Mus owocowy 1 szt        | Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g<br>Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g<br>Sos pietruszkowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Warzywa gotowane 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 300 g |                   | Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynka z liściem wp 40 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g        | Serek homogenizowany 150 g                               | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 208,8<br><b>Białko ogółem [g]</b> 107,3<br><b>Tłuszcz [g]</b> 60,9<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 327,6<br><b>Sól [g]</b> 5,2 |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                   |                                                                                                                                                                                                                                        |                                               |                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                                                                                                      |                                                          |                                                                                                                                                                            |
|-------------------|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-06 piątek | Dieta podstawowa ciąża/laktacja   | Ryż na mleku 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szyńka drobiowa gotowana 50 g<br>ogórek świeży 80 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok wieloowocowy 200 ml | Gruszka 110 g<br>Budyń na mleku b/c 200 g     | Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g<br>Ryba morszczuk pieczona 130 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 300 g                |  | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szyńka z liściem wp 40 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Serek homogenizowany 150 g                               | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 283,2</b><br><b>Białko ogółem [g] 115,7</b><br><b>Tłuszcz [g] 64,3</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 323,7</b><br><b>Sól [g] 5,9</b> |
|                   | Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja | Ryż na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szyńka drobiowa gotowana 50 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Pomidor 80 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok wieloowocowy 200 ml                        | Mus owocowy 1 szt<br>Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g<br>Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g<br>Sos pietruszkowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Warzywa gotowane 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 300 g |  | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szyńka z liściem wp 40 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g                  | Serek homogenizowany 150 g                               | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 383,6</b><br><b>Białko ogółem [g] 114,2</b><br><b>Tłuszcz [g] 64,9</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 355,5</b><br><b>Sól [g] 5,4</b> |
|                   | Dieta cukrzycowa ciąża/laktacja   | Serek homogenizowany 150 g<br>Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Szyńka drobiowa gotowana 50 g<br>ogórek świeży 80 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g                                                  | Jabłko 130 g<br>Budyń na mleku b/c 200 g      | Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g<br>Ryba morszczuk pieczona 130 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 300 g                |  | Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szyńka z liściem wp 40 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g                                                           | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,półędwica dr.20 g 1 Por | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 935,9</b><br><b>Białko ogółem [g] 96,2</b><br><b>Tłuszcz [g] 59,5</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 270</b><br><b>Sól [g] 5,9</b>    |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                      |                                                                                                                                                                                            |                  |                                                                                                                                                                                                                            |                                |                                                                                                                                                                            |
|-------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-06 piątek | Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona | Ryż na mleku 350 g<br>Pieczywo pszenne 100 g<br>Masło 10 g<br>Szynka drobiowa gotowana 50 g<br>Sałata roszonek 10 g<br>Pomidor 80 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok wieloowocowy 200 ml                                                                               | Mus owocowy 1 szt    | Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g<br>Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g<br>Sos pietruszkowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Warzywa gotowane 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 300 g | Herbatniki 2 szt | Pieczywo pszenne 100 g<br>Masło 20 g<br>Szynka z liściem wp 40 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g                                                             | Jogurt owocowy bez cukru 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 295,3</b><br><b>Białko ogółem [g] 103,9</b><br><b>Tłuszcz [g] 62,9</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 361,5</b><br><b>Sól [g] 5,5</b> |
|                   | Dieta podstawowa                                    | Zacierka na mleku 350 g<br>Pieczywo żytnie 50 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>jajko gotowane 1 szt. 1 Por<br>Szynka krucha z pieca 20 g<br>Sałatka jarzynowa 80 Por<br>Sałata roszonek 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g | Banan 1/2 szt. 100 g | Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g<br>Ryż brązowy na sypko 200 g<br>Udziec z indyka gotowany 90 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Sałata z maślanką 80 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g       |                  | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo żytnie 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>papryka 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Kefir 360 g                    | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 647,8</b><br><b>Białko ogółem [g] 121,6</b><br><b>Tłuszcz [g] 89,1</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 359,3</b><br><b>Sól [g] 6</b>   |
|                   | Dieta łatwostrawna                                  | Zacierka na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>jajko gotowane 1 szt. 1 Por<br>Szynka krucha z pieca 20 g<br>Sałatka jarzynowa 80 Por<br>Sałata roszonek 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g                  | Banan 1/2 szt. 100 g | Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g<br>Ryż na sypko 200 g<br>Udziec z indyka gotowany 90 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Sałata z maślanką 80 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g               |                  | Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g                               | Kefir 360 g                    | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 599,9</b><br><b>Białko ogółem [g] 115,8</b><br><b>Tłuszcz [g] 91</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 345,9</b><br><b>Sól [g] 7,6</b>   |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

2024-09-07 sobota

|                            |                                                                                                                                                                                                                                               |                          |                                                                                                                                                                                      |                                       |                                                                                                                                                                                                                   |                                                          |                                                                                                                                         |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Dieta wrzodowa/żołądkowa   | Zacierka na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Pasta z jaj 70 g<br>Szynka krucha z pieca 20 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml | Mus owocowy 1 szt        | Zupa ziemniaczana 400 g<br>Ryż biały na sypko 200 g<br>Udziec z indyka gotowany 90 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Marchew gotowana opruszana 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g   |                                       | Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g            | Kefir 360 g                                              | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 702,1<br>Białko ogółem [g] 122,1<br>Tłuszcz [g] 90,5<br>Węglowodany ogółem [g] 370,1<br>Sól [g] 7,9 |
| wątrobowaltruskowa         | Zacierka na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Pasta z jaj 70 g<br>Szynka krucha z pieca 20 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok marchwiowy 200 ml | Mus owocowy 1 szt        | Zupa ziemniaczana 400 g<br>Ryż biały na sypko 200 g<br>Udziec z indyka gotowany 90 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Marchew gotowana opruszana 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g   |                                       | Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g            | Kefir 360 g                                              | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 702,1<br>Białko ogółem [g] 122,1<br>Tłuszcz [g] 90,5<br>Węglowodany ogółem [g] 370,1<br>Sól [g] 7,9 |
| Dieta płynna wzmocniona    | Kasza manna na mleku 350 g<br>żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por<br>Masło 15 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Miód 50 g                                                                                                                        | Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa ziemniaczana 400 g<br>Mięso drobiowe zmielone 90 g<br>Marchew gotowana opruszana 150 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Masło 15 g                                                         | Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g | Zupa grysikowa 400 g<br>Masło 15 g<br>Mięso drobiowe zmielone 90 g<br>Herbata bez cukru 250 g                                                                                                                     |                                                          | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 344,9<br>Białko ogółem [g] 98,9<br>Tłuszcz [g] 106,8<br>Węglowodany ogółem [g] 256,4<br>Sól [g] 2   |
| Dieta cukrzycowa           | Kefir 360 g<br>Pieczywo żytnie 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>jajko gotowane 1 szt. 1 Por<br>Szynka krucha z pieca 20 g<br>Sałatka jarzynowa 80 Por<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomidorowy 200 ml             | Grejpfrut 100 g          | Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g<br>Ryż brązowy na sypko 200 g<br>Udziec z indyka gotowany 90 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Sałata z maślanką 80 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |                                       | Pieczywo żytnie 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g<br>papryka 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                      | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 374,5<br>Białko ogółem [g] 113,3<br>Tłuszcz [g] 86,9<br>Węglowodany ogółem [g] 308,1<br>Sól [g] 6,9 |
| Dieta dziecięca podstawowa | Zacierka na mleku 350 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Masło 10 g<br>Jajko gotowane 1 Por<br>Szynka krucha z pieca 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g  | Banan 1/2 szt. 100 g     | Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g<br>Ryż brązowy na sypko 200 g<br>Udziec z indyka gotowany 90 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Sałata z maślanką 80 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g | Biskopty bez cukru 30 g               | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Masło 20 g<br>Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>papryka 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Jogurt owocowy bez cukru 150 g                           | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 613,1<br>Białko ogółem [g] 114,5<br>Tłuszcz [g] 92,6<br>Węglowodany ogółem [g] 348,4<br>Sól [g] 5,5 |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

2024-09-07 sobota

|                              |                                                                                                                                                                                                                                                  |                          |                                                                                                                                                                                      |                          |                                                                                                                                                                                         |                                                          |                                                                                                                                                                            |
|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Dieta dziecięca lekkostrawna | Zacierka na mleku 350 g<br>Pieczywo pszenne 100 g<br>Masło 10 g<br>jajko gotowane 1 szt. 1 Por<br>Szynka krucha z pieca 20 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g                 | Banan 1/2 szt. 100 g     | Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g<br>Ryż na sypko 200 g<br>Udziec z indyka gotowany 90 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Salata z maślanką 80 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g         | Biszkopty bez cukru 30 g | Pieczywo pszenne 100 g<br>Masło 20 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g            | Jogurt owocowy bez cukru 150 g                           | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 367</b><br><b>Białko ogółem [g] 110</b><br><b>Tłuszcz [g] 85</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 321,1</b><br><b>Sól [g] 7,1</b>       |
| Dieta dziecięca cukrzycowa   | Kefir 360 g<br>Pieczywo razowe 100 g<br>Masło 10 g<br>Jajko gotowane 1 Por<br>Szynka krucha z pieca 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomidorowy 200 ml                                            | Grejpfrut 100 g          | Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g<br>Ryż brązowy na sypko 200 g<br>Udziec z indyka gotowany 90 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Salata z maślanką 80 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g | Biszkopty bez cukru 30 g | Pieczywo razowe 100 g<br>Masło 20 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g<br>papryka 70 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g     | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,półdewica dr.20 g 1 Por | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 458,8</b><br><b>Białko ogółem [g] 114,8</b><br><b>Tłuszcz [g] 96,2</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 305,8</b><br><b>Sól [g] 6,6</b> |
| Dieta bogatobiałkowa         | Zacierka na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Jajko gotowane 1 Por<br>Szynka krucha z pieca 50 g<br>Salatka jarzynowa 80 Por<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g | Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g<br>Ryż biały na sypko 200 g<br>Udziec z indyka gotowany 90 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Salata z maślanką 80 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g   |                          | Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g                   | Kefir 360 g                                              | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 602,7</b><br><b>Białko ogółem [g] 127</b><br><b>Tłuszcz [g] 85,3</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 350,4</b><br><b>Sól [g] 8,3</b>   |
| Dieta niskobiałkowa/nerkowa  | Zupa grysikowa 350 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Pasta z jaj 50 g<br>Marchew gotowana opruszana 80 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g              | Banan 1/2 szt. 100 g     | Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g<br>Ryż brązowy na sypko 200 g<br>Udziec z indyka gotowany 90 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Warzywa gotowane 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |                          | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Pasta z wedliny 50 g<br>Marchew gotowana opruszana 70 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Biszkopty bez cukru 30 g                                 | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 413,4</b><br><b>Białko ogółem [g] 92</b><br><b>Tłuszcz [g] 84,6</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 341,6</b><br><b>Sól [g] 4,8</b>    |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                  |                                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                                                                                                                            |                                                          |                                                                                                                                         |
|-------------------|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-07 sobota | Dieta papkowata                   | Zacierka na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Jajko gotowane 1 Por<br>Szynka krucha z pieca 20 g<br>Salatka jarzynowa 80 Por<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g                                                | Mus owocowy 1 szt                                | Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g<br>Ryż biały na sypko 200 g<br>Udziec z indyka gotowany 90 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Marchew gotowana opruszana 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |  | Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g                                                      | Kefir 360 g                                              | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 580,9<br>Białko ogółem [g] 117,3<br>Tłuszcz [g] 81,2<br>Węglowodany ogółem [g] 362,7<br>Sól [g] 7,8 |
|                   | Dieta podstawowa ciąża/laktacja   | Zacierka na mleku 350 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Jajko gotowane 1 Por<br>Szynka krucha z pieca 20 g<br>Salatka jarzynowa 80 Por<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g<br>Szynka krucha z pieca 20 g | Banan 1/2 szt. 100 g<br>Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g<br>Ryż brązowy na sypko 200 g<br>Udziec z indyka gotowany 90 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Salata z maślanką 80 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g         |  | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>papryka 70 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Kefir 360 g                                              | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 843,4<br>Białko ogółem [g] 132,1<br>Tłuszcz [g] 94,7<br>Węglowodany ogółem [g] 387,4<br>Sól [g] 6,5 |
|                   | Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja | Zacierka na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Jajko gotowane 1 Por<br>Szynka krucha z pieca 20 g<br>Salatka jarzynowa 80 Por<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g                                                | Banan 1/2 szt. 100 g<br>Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g<br>Ryż biały na sypko 200 g<br>Udziec z indyka gotowany 90 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Salata z maślanką 80 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g           |  | Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szynkowa wieprzowa 40 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g                               | Kefir 360 g                                              | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 774,7<br>Białko ogółem [g] 122,7<br>Tłuszcz [g] 95<br>Węglowodany ogółem [g] 373,8<br>Sól [g] 7,8   |
|                   | Dieta cukrzycowa ciąża/laktacja   | Kefir 360 g<br>Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Jajko gotowane 1 Por<br>Szynka krucha z pieca 20 g<br>Salatka jarzynowa 80 Por<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomidorowy 200 ml                                                                      | Grejpfrut 100 g<br>Budyń na mleku b/c 200 g      | Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g<br>Ryż brązowy na sypko 200 g<br>Udziec z indyka gotowany 90 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Salata z maślanką 80 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g         |  | Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g<br>papryka 70 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                               | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 549,3<br>Białko ogółem [g] 120,2<br>Tłuszcz [g] 90,9<br>Węglowodany ogółem [g] 336<br>Sól [g] 7,1   |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                     |                                                                                                                                                                                                                                              |                      |                                                                                                                                                                                    |                                       |                                                                                                                                                                                                           |                                |                                                                                                                                                                            |
|-------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-07 sobota | Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona | Zacierka na mleku 350 g<br>Pieczywo pszenne 100 g<br>Masło 10 g<br>Jajko gotowane 1 Por<br>Szyńka krucha z pieca 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok jabłkowy 200 g                              | Banan 1/2 szt. 100 g | Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g<br>Ryż biały na sypko 200 g<br>Udziec z indyka gotowany 90 g<br>Sos pomidorowy 100 g<br>Sałata z maślanką 80 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g | Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g | Pieczywo pszenne 100 g<br>Masło 20 g<br>Szyńkowa dębowa drobiowa 40 g<br>Szyńkowa wieprzowa 40 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g                                        | Jogurt owocowy bez cukru 150 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 383,1</b><br><b>Białko ogółem [g] 108,8</b><br><b>Tłuszcz [g] 82,3</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 333,3</b><br><b>Sól [g] 7,1</b> |
|                   | Dieta podstawowa                                    | Kasza kukurudziana na mleku 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo żytnie 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Południca wiśniowa wp 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomarańczowy 200 ml | Jabłko 130 g         | Zupa ryżanka 400 g<br>Filet drobiowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Marchewka z groszkiem opruszana 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g            |                                       | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo żytnie 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Kurczak gotowany 40 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>ogórek kwaszony 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Biskopty bez cukru 20 g        | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 058,4</b><br><b>Białko ogółem [g] 103,3</b><br><b>Tłuszcz [g] 55,8</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 299,6</b><br><b>Sól [g] 5,3</b> |
|                   | Dieta łatwostrawna                                  | Kasza kukurudziana na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Południca wiśniowa wp 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomarańczowy 200 ml                  | Mus owocowy 1 szt    | Zupa ryżanka 400 g<br>Filet drobiowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Marchewka z groszkiem opruszana 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g            |                                       | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>ser biały półtłusty 50 g<br>Kurczak gotowany 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                          | Biskopty bez cukru 20 g        | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 082,3</b><br><b>Białko ogółem [g] 102,8</b><br><b>Tłuszcz [g] 52,9</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 317,3</b><br><b>Sól [g] 4,1</b> |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                            |                                                                                                                                                                                                                                       |                          |                                                                                                                                                                                 |                                |                                                                                                                                                                                                  |                                                          |                                                                                                                                         |
|----------------------|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-08 niedziela | Dieta wrzodowa/żołądkowa   | Kasza kukurudziana na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Polędwica wiśniowa wp 50 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomarańczowy 200 ml | Mus owocowy 1 szt        | Zupa ryżanka 400 g<br>Filet drobiowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Marchewka z groszkiem opruszana 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g         |                                | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Kurczak gotowany 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                 | Biszkopty bez cukru 20 g                                 | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 082,3<br>Białko ogółem [g] 102,8<br>Tłuszcz [g] 52,9<br>Węglowodany ogółem [g] 317,3<br>Sól [g] 4,1 |
|                      | wątrobowaltruskowa         | Kasza kukurudziana na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Polędwica wiśniowa wp 50 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomarańczowy 200 ml | Mus owocowy 1 szt        | Zupa ryżanka 400 g<br>Filet drobiowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Marchewka z groszkiem opruszana 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g         |                                | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Kurczak gotowany 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                 | Biszkopty bez cukru 20 g                                 | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 082,3<br>Białko ogółem [g] 102,8<br>Tłuszcz [g] 52,9<br>Węglowodany ogółem [g] 317,3<br>Sól [g] 4,1 |
|                      | Dieta płynna wzmocniona    | Kasza kukurudziana na mleku 350 g<br>żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por<br>Masło 15 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Miód 50 g                                                                                                         | Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa ryżanka 400 g<br>Mięso drobiowe zmielone 90 g<br>Marchew gotowana opruszana 150 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Masło 15 g                                                         | Kisiel z tartym jabłkiem 200 g | Zupa grysikowa 400 g<br>Masło 15 g<br>Mięso drobiowe zmielone 90 g<br>Herbata bez cukru 250 g                                                                                                    |                                                          | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 192<br>Białko ogółem [g] 92,9<br>Tłuszcz [g] 100,7<br>Węglowodany ogółem [g] 236,8<br>Sól [g] 1,9   |
|                      | Dieta cukrzycowa           | Maślanka 330 g<br>Pieczywo żytnie 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Polędwica wiśniowa wp 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomidorowy 200 ml                                             | Jabłko 130 g             | Zupa ryżanka 400 g<br>Filet drobiowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |                                | Pieczywo żytnie 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>ser biały półtłusty 50 g<br>Kurczak gotowany 40 g<br>ogórek kwaszony 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                      | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 802,8<br>Białko ogółem [g] 101,9<br>Tłuszcz [g] 46,7<br>Węglowodany ogółem [g] 259,8<br>Sól [g] 6,5 |
|                      | Dieta dziecięca podstawowa | Kasza kukurudziana na mleku 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Masło 15 g<br>Polędwica wiśniowa wp 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomarańczowy 200 ml   | Jabłko 130 g             | Zupa ryżanka 400 g<br>Filet drobiowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Marchewka z groszkiem opruszana 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g         | Kisiel z tartym jabłkiem 200 g | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Masło 15 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Kurczak gotowany 40 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>ogórek kwaszony 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Biszkopty bez cukru 20 g                                 | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 194,2<br>Białko ogółem [g] 103,4<br>Tłuszcz [g] 62,9<br>Węglowodany ogółem [g] 317<br>Sól [g] 5,3   |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                              |                                                                                                                                                                                                                                              |                   |                                                                                                                                                                                 |                                |                                                                                                                                                                                                  |                                                          |                                                                                                                                                                            |
|----------------------|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-08 niedziela | Dieta dziecięca lekkostrawna | Kasza kukurudziana na mleku 350 g<br>Pieczywo pszenne 100 g<br>Masło 10 g<br>Polędwica wiśniowa wp 50 g<br>Pomidor bez skóry 80 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomarańczowy 200 ml                             | Mus owocowy 1 szt | Zupa ryżanka 400 g<br>Filet drobiowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Marchewka z groszkiem opruszana 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g         | Kisiel z tartym jabłkiem 200 g | Pieczywo pszenne 100 g<br>Masło 20 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Kurczak gotowany 40 g<br>Pomidor bez skóry 70 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                            | Biszkopty bez cukru 20 g                                 | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 166,1<br><b>Białko ogółem [g]</b> 105,4<br><b>Tłuszcz [g]</b> 60,2<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 332,8<br><b>Sól [g]</b> 4,2 |
|                      | Dieta dziecięca cukrzycowa   | Maślanka 330 g<br>Pieczywo razowe 100 g<br>Masło 15 g<br>Polędwica wiśniowa wp 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomidorowy 200 ml                                                             | Jabłko 130 g      | Zupa ryżanka 400 g<br>Filet drobiowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g | Kisiel z tartym jabłkiem 200 g | Pieczywo razowe 100 g<br>Masło 15 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Kurczak gotowany 40 g<br>ogórek kwaszony 70 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                               | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 1 938,6<br><b>Białko ogółem [g]</b> 102<br><b>Tłuszcz [g]</b> 53,9<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 277,2<br><b>Sól [g]</b> 6,5   |
|                      | Dieta bogatobiałkowa         | Kasza kukurudziana na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Polędwica wiśniowa wp 80 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomarańczowy 200 ml                  | Jabłko 130 g      | Zupa ryżanka 400 g<br>Filet drobiowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Marchewka z groszkiem opruszana 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g         |                                | Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Kurczak gotowany 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                 | Maślanka 330 g                                           | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 095,1<br><b>Białko ogółem [g]</b> 115,5<br><b>Tłuszcz [g]</b> 49,8<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 315,4<br><b>Sól [g]</b> 4,9 |
|                      | Dieta niskobiałkowa/nerkowa  | Zupa grysikowa 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Pasta z wedliny 50 g<br>Marchew gotowana opruszana 80 g<br>Salata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomarańczowy 200 ml | Mus owocowy 1 szt | Zupa ryżanka 400 g<br>Filet drobiowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Warzywa gotowane 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g                        |                                | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>pasta drobiowo-jarzynowa 50 g<br>Salata masłowa 20 g<br>Marchew gotowana opruszana 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Biszkopty bez cukru 20 g                                 | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 067,3<br><b>Białko ogółem [g]</b> 82,8<br><b>Tłuszcz [g]</b> 60,6<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 315,2<br><b>Sól [g]</b> 5    |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

2024-09-08 niedziela

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                              |                                               |                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                                                                                                           |                                                          |                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Dieta papkowata                   | Kasza kukurudziana na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Polędwica wiśniowa wp 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomarańczowy 200 ml                  | Mus owocowy 1 szt                             | Zupa ryżanka 400 g<br>Filet drobiowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Marchewka z groszkiem opruszana 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g         |  | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Kurczak gotowany 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                          | Biszkopty bez cukru 20 g                                 | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 082,3</b><br><b>Białko ogółem [g] 102,8</b><br><b>Tłuszcz [g] 52,9</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 317,3</b><br><b>Sól [g] 4,1</b> |
| Dieta podstawowa ciąża/laktacja   | Kasza kukurudziana na mleku 350 g<br>Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Polędwica wiśniowa wp 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomarańczowy 200 ml | Jabłko 130 g<br>Budyń na mleku b/c 200 g      | Zupa ryżanka 400 g<br>Filet drobiowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |  | Bułka pszenna kajzerka 50 g<br>Pieczywo razowe 50 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Kurczak gotowany 40 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>ogórek kwaszony 70 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Biszkopty bez cukru 20 g                                 | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 164,8</b><br><b>Białko ogółem [g] 108,6</b><br><b>Tłuszcz [g] 57,9</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 315,3</b><br><b>Sól [g] 5,4</b> |
| Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja | Kasza kukurudziana na mleku 350 g<br>Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Polędwica wiśniowa wp 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomarańczowy 200 ml                  | Mus owocowy 1 szt<br>Budyń na mleku b/c 200 g | Zupa ryżanka 400 g<br>Filet drobiowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Marchewka z groszkiem opruszana 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g         |  | Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Kurczak gotowany 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                          | Biszkopty bez cukru 20 g                                 | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 257,1</b><br><b>Białko ogółem [g] 109,7</b><br><b>Tłuszcz [g] 56,9</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 345,2</b><br><b>Sól [g] 4,3</b> |
| Dieta cukrzycowa ciąża/laktacja   | Maślanka 330 g<br>Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 10 g<br>Polędwica wiśniowa wp 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Sok pomidorowy 200 ml                                                    | Jabłko 130 g<br>Budyń na mleku b/c 200 g      | Zupa ryżanka 400 g<br>Filet drobiowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g |  | Pieczywo razowe 100 g<br>Margaryna Rama 20 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Kurczak gotowany 40 g<br>ogórek kwaszony 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g                               | C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 977,6</b><br><b>Białko ogółem [g] 108,8</b><br><b>Tłuszcz [g] 50,7</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 287,7</b><br><b>Sól [g] 6,7</b> |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                                                     |                                                                                                                                                                                                          |                   |                                                                                                                                                                         |                                |                                                                                                                                                               |                          |                                                                                                                                         |
|----------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-08 niedziela | Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona | Kasza kukurudziana na mleku 350 g<br>Pieczywo pszenne 100 Por<br>Masło 10 g<br>Polędwica wiśniowa wp 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata roszponka 10 g<br>Herbata bez cukru 250 g<br>Sok pomarańczowy 200 ml | Mus owocowy 1 szt | Zupa ryżanka 400 g<br>Filet drobiowy gotowany 90 g<br>Sos karmelowy 100 g<br>Ziemniaki 200 g<br>Marchewka z groszkiem opruszana 150 g<br>Kompot owocowy bez cukru 250 g | Kisiel z tartym jabłkiem 200 g | Pieczywo pszenne 100 Por<br>Masło 20 g<br>Ser biały półtłusty 50 g<br>Kurczak gotowany 40 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata masłowa 20 g<br>Herbata bez cukru 250 g | Biszkopty bez cukru 20 g | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 166,1<br>Białko ogółem [g] 105,4<br>Tłuszcz [g] 60,2<br>Węglowodany ogółem [g] 332,8<br>Sól [g] 4,2 |
|----------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|