

## Jadłospis 01.03-10.03.2025

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<b>Sobota 1.03.2025</b>	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z sera białego i wędliny z konc. pomidorowym i ziel. pietruszką 120g.  Alergeny: gluten, kakao, mleko, siarczyny	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z sera białego i wędliny z konc. pomidorowym i ziel. pietruszką 120g.  Alergeny: gluten, kakao, mleko, siarczyny	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z sera białego i wędliny z konc. pomidorowym i ziel. pietruszką 120g.  Alergeny: gluten, kakao, mleko, siarczyny
	Obiad	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, fasolka po bretońsku 200g, ziemniaki 250g, kompot owocowy 250ml  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie  Alergeny: gluten, seler, siarczyny	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, pieczeń drobiowa 80g, ziemniaki 250g, szpinak 120g, kompot owocowy 250ml  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie  Alergeny: seler, gluten, jajko, mleko	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, pieczeń drobiowa 80g, ziemniaki 250g, szpinak 120g, kompot owocowy b/c 250ml  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie  Alergeny: seler, gluten, jajko, mleko
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, keczup 30g  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, keczup 30g  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, keczup 30g  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Posilek nocny	Kisiel 200g	Kisiel 200g	Kisiel 200g
<b>Wartość odżywcza:</b>		<b>E: 2215kcal, B: 84g, T: 84gw tym NKT33g, W: 295g w tym cukry 16g, błonnik: 32g, sól: 6g</b>	<b>E: 2104kcal, B: 92g, T: 78gw tym NKT31g, W: 272g w tym cukry 16g, błonnik: 34g, sól: 6g</b>	<b>E: 2041kcal, B: 91g, T: 78gw tym NKT 31g, W: 257g w tym cukry 16g, błonnik: 33g, sól: 6g</b>

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<b>Niedziela 2.03.2025</b>	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, chrzan z jabłkiem 70g.  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, jajko, gorczyca	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, chrzan z jabłkiem 70g.  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, chrzan z jabłkiem 70g.  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny,
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, bitka ze schabu 70g w sosie 100g, ziemniaki 250g, mix sałat 120g, kompot owocowy 250ml  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie  Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, bitka ze schabu 70g w sosie 100g, ziemniaki 250g, mix sałat 120g, kompot owocowy 250ml  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie  Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, bitka ze schabu 70g w sosie 100g, ziemniaki 250g, mix sałat 120g, kompot owocowy b/c 250ml  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie  Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa podlaska 100g, kapusta gotowana z konc. pomidorowym 150g.  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa podlaska 100g, kapusta gotowana z konc. pomidorowym 150g.  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa podlaska 100g, kapusta gotowana z konc. pomidorowym 150g.  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Posilek nocny	Herbatniki 1op	Herbatniki 1op	Herbatniki 1op
<b>Wartość odżywcza:</b>		<b>E: 2135kcal, B: 92g, T: 65g w tym NKT 23g, W308g w tym cukry11g, błonnik: 30g, sól: 7g</b>	<b>E: 2091kcal, B: 97g, T: 66g w tym NKT 24g, W: 293g w tym cukry11g, błonnik: 35g, sól: 7g</b>	<b>E: 2051kcal, B: 97g, T: 66g w tym NKT24g, W: 283g w tym cukry11g, błonnik: 35g, sól: 7g</b>

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<b>Poniedziałek 3.03.2025</b>	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, 2szt jajko, sos majonezowo-chrzanowy 70g.  Alergeny: gluten, mleko, jajko, gorczyca	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, sos majonezowo-chrzanowy 70g.  Alergeny: gluten, mleko, jajko, gorczyca	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, sos majonezowo-chrzanowy 70g.  Alergeny: gluten, mleko, jajko, gorczyca
	Obiad	Zupa z zielonego groszku z wędliną 400ml, chleb 50g, łazanki z kapustą, mięsem i pieczarkami, kompot owocowy 250ml  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie  Alergeny: gluten, seler, mleko, siarczyny	Zupa z zielonego groszku z wędliną 400ml, chleb 50g, makaron z sosem mięsno-warzywnym 250g, brokuł 150g, kompot owocowy 250ml  Sposób obróbki posiłku: gotowanie,  Alergeny: gluten, seler, mleko, siarczyny	Zupa z zielonego groszku z wędliną 400ml, chleb 50g, makaron z sosem mięsno-warzywnym 250g, brokuł 150g, kompot owocowy b/c 250ml  Sposób obróbki posiłku: gotowanie,  Alergeny: gluten, seler, mleko, siarczyny
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, lenczowa 80g, jarzyna gotowana 150g.  Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny.	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, lenczowa 80g, jarzyna gotowana 150g.  Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny.	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, lenczowa 80g, jarzyna gotowana 150g.  Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny.
	Posilek nocny	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g
<b>Wartość odżywcza:</b>		<b>E: 2065 kcal, B: 75g, T: 69g w tym NKT25g, W: 300g w tym cukry 15g, błonnik: 31g, sól: 6g</b>	<b>E: 2040kcal, B: 81g, T: 70g w tym NKT23g, W: 288g w tym cukry 15g, błonnik: 36g, sól: 7g</b>	<b>E: 2016kcal, B: 83g, T: 70g w tym NKT23g, W: 278g w tym cukry 15g, błonnik: 36g, sól: 7g</b>

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<b>Wtorek 4.03.2025</b>	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa krakowska parzona 80g, sałatka jarzynowa 120g.  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler, gorczyca	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa krakowska parzona 80g, sałatka jarzynowa 120g.  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler, gorczyca	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa krakowska parzona 80g, sałatka jarzynowa 120g.  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler, gorczyca
	Obiad	Kapuśniak z ziemniakami 400ml, chleb 50g, gulasz drobiowy 150g, ziemniaki 250g, ćwikła 120g, kompot owocowy 250ml  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie  Alergeny: gluten, seler, mleko,	Kapuśniak z ziemniakami 400ml, chleb 50g, gulasz drobiowy 150g, ziemniaki 250g, ćwikła 120g, kompot owocowy 250ml  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie  Alergeny: gluten, seler, mleko,	Kapuśniak z ziemniakami 400ml, chleb 50g, gulasz drobiowy 150g, ziemniaki 250g, ćwikła 120g, kompot owocowy b/c 250ml  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie  Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser biały 50g z jogurtem, ryż na mleku 400ml, jabłko 150g.  Alergeny: gluten, mleko,	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 50g z jogurtem, ryż na mleku 400ml, jabłko 150g.  Alergeny: gluten, mleko,	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 80g z jogurtem, jabłko 150g.  Alergeny: gluten, mleko,
	Posilek nocny	Pieczywo ryżowe 25g, parówka 1szt	Pieczywo 25g, parówka 1szt	Pieczywo 25g, parówka 1szt
<b>Wartość odżywcza:</b>		<b>E: 2305kcal, B: 94g, T: 86g w tym NKT29g, W303g w tym cukry 4g, błonnik: 4g, sól: 7g</b>	<b>E: 2305kcal, B: 94g, T: 86g w tym NKT29g, W303g w tym cukry 4g, błonnik: 4g, sól: 7g</b>	<b>E: 2100kcal, B: 93g, T: 82g w tym NKT27g, W: 260g w tym cukry 4g, błonnik: 33g, sól: 7g</b>

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<b>Środa</b> <b>5.03.2025</b>	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, sałatka z fasolką szparagową, serem feta i jajkiem 150g.  Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, sałatka z fasolką szparagową, serem feta i jajkiem 150g.  Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, sałatka z fasolką szparagową, serem feta i jajkiem 150g.  Alergeny: gluten, mleko, jajko
	Obiad	Zupa pomidorowa z lanym ciastem 400ml, chleb 50g, filet rybny panierowany 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy 250ml  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie  Alergeny: gluten, seler, mleko, jajka, ryba	Zupa pomidorowa z lanym ciastem 400ml, chleb 50g, filet rybny panierowany 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy 250ml  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie  Alergeny: gluten, seler, mleko, jajka, ryba	Zupa pomidorowa z lanym ciastem 400ml, chleb 50g, filet rybny panierowany 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy b/c 250ml  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie  Alergeny: gluten, seler, mleko, jajka, ryba
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, powidło 50g, płatki owsiane na mleku 400ml.  Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, powidło 50g, płatki owsiane na mleku 400ml.  Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, pasta z białej fasoli 200g, keczup 30g.  Alergeny: gluten, mleko, seler, fasola
	Posiłek nocny	Serek waniliowy 10p	Serek waniliowy 10p	Serek naturalny 10p
<b>Wartość odżywcza:</b>		<b>E: 2243kcal, B: 96g, T: 72g w tym NKT 28g, W317g w tym cukry4g błonnik: 33g, sól: 6g</b>	<b>E: 2243kcal, B: 96g, T: 72g w tym NKT 28g, W317g w tym cukry4g, błonnik: 33g, sól: 6g</b>	<b>E: 2124kcal, B:102g, T: 68gw tym NKT25g, W: 295g w tym cukry 5g, błonnik: 39g, sól: 6g</b>

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<b>Czwartek</b> <b>6.03.2025</b>	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z serów i jajka z ogórkiem kiszonym 120g  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler, gorczyca	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z serów i jajka z ogórkiem kiszonym 120g  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler, gorczyca	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z serów i jajka z ogórkiem kiszonym 120g  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler, gorczyca
	Obiad	Rosół z kaszą jaglaną 400ml, udko drobiowe pieczone 170g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy 250ml  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie  Alergeny: seler, mleko	Rosół z kaszą jaglaną 400ml, udko drobiowe pieczone 170g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy 250ml  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie  Alergeny: seler, mleko	Rosół z kaszą jaglaną 400ml, udko drobiowe pieczone 170g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy b/c 250ml  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie  Alergeny: seler, mleko
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, leczko z mięsem pieczonym  Alergeny: gluten, seler	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, leczko z mięsem pieczonym  Alergeny: gluten, seler	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, leczko z mięsem pieczonym  Alergeny: gluten, seler
	Posiłek nocny	Jogurt owocowy 150g	Jogurt owocowy 150g	Jogurt naturalny 150g
<b>Wartość odżywcza:</b>		<b>E: 2119kcal, B: 129g, T: 77g w tym NKT27g, W237g w tym cukry 4g, błonnik: 22g, sól: 6g</b>	<b>E: 2066kcal, B: 134g, T: 78g w tym NKT28g, W219g w tym cukry4g, błonnik: 28g, sól: 6g</b>	<b>E: 2026kcal, B: 134g, T: 78g w tym NKT28g, W: 209g w tym cukry 4g, błonnik: 28g, sól: 6g</b>

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<b>Piątek 7.03.2025</b>	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, lane ciasto na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, lane ciasto na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, lane ciasto na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, chleb 50g, ryż 250g ze śmietaną i owocami 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: seler, mleko	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, chleb 50g, ryż 250g ze śmietaną i owocami 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: seler, mleko	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, chleb 50g, risotto jarzynami i tuńczykiem 250g, sos pomidorowy 100g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: seler, mleko, ryba
	Kolacja	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, kalafior z jarzynami 150g. Alergeny: gluten, seler, jajko.	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, kalafior z jarzynami 150g. Alergeny: gluten, seler, jajko.	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, kalafior z jarzynami 150g. Alergeny: gluten, seler, jajko.
	Posilek nocny	Chrupki 1op	Chrupki 1op	Chrupki 1op
<b>Wartość odżywcza:</b>		<b>E: 2112 kcal, B: 68g, T: 80gw tym NKT37g, W: 292g w tym cukry 5g, błonnik: 26g, sól: 4g</b>	<b>E: 2112 kcal, B: 68g, T: 80gw tym NKT37g, W: 292g w tym cukry 5g, błonnik: 26g, sól: 4g</b>	<b>E: 2028kcal, B: 74g, T: 75gw tym NKT32g, W: 277g w tym cukry 5g, błonnik: 27g, sól: 4g</b>

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<b>Sobota 8.03.2025</b>	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, paszтет drobiowy 80g, keczup 30g. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, paszтет drobiowy 80g, keczup 30g. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, paszтет drobiowy 80g, keczup 30g. Alergeny: gluten, mleko,
	Obiad	Zupa makaronowa 400ml, chleb 50g, klopsiki 80g w sosie śmietanowym 100g, ziemniaki 250g, sałatka z buraczków 120g, kompot owocowy 250ml, Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa makaronowa 400ml, chleb 50g, klopsiki 80g w sosie śmietanowym 100g, ziemniaki 250g, sałatka z buraczków 120g, kompot owocowy 250ml, Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa makaronowa 400ml, chleb 50g, klopsiki 80g w sosie śmietanowym 100g, ziemniaki 250g, sałatka z buraczków 120g, kompot owocowy b/c 250ml, Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, parówka 1szt, krupnik zabieleny 400ml. Alergeny: gluten, seler, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, parówka 1szt, krupnik zabieleny 400ml. Alergeny: gluten, seler, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, parówka 1szt, krupnik zabieleny 400ml. Alergeny: gluten, seler, siarczyny
	Posilek nocny	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g
<b>Wartość odżywcza:</b>		<b>E: 2142kcal, B: 59g, T: 75g w tym NKT26g, W: 320g w tym cukry 15g, błonnik: 26g, sól: 6g</b>	<b>E: 2098kcal, B: 64g, T: 76g w tym NKT26g, W: 305g w tym cukry 15g, błonnik: 26g, sól: 6g</b>	<b>E: 2058kcal, B: 64g, T: 76g w tym NKT26g, W: 295g w tym cukry 15g, błonnik: 35g, sól: 6g</b>

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<b>Niedziela</b> <b>9.03.2025</b>	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, salátka jarzynowa 120g.  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, salátka jarzynowa 120g.  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, salátka jarzynowa 120g.  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler
	Obiad	Zupa brokułowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g, kompot owocowy 250ml.  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie  Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa brokułowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g, kompot owocowy 250ml.  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie  Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa brokułowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g, kompot owocowy b/c 250ml.  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie  Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, pasta z jajek z zieloną pietruszką 100g, kasza manna na mleku 400ml.  Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata 250ml, chleb graham 100g, pasta z jajek z zieloną pietruszką 100g, kasza manna na mleku 400ml.  Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, pasta z jajek z zieloną pietruszką 100g, ogórek kisz.70g.  Alergeny: gluten, mleko, jajko
	Posilek nocny	Sok owocowy 1szt	Sok owocowy 1szt	Sok owocowy 1szt
<b>Wartość odżywcza:</b>		<b>E: 2250 kcal, B: 74g, T: 83gw tym NKT30g, W: 317g w tym cukry 16g, błonnik: 34g, sól: 8g</b>	<b>E: 2106 kcal, B: 80g, T: 83gw tym NKT30g, W: 274g w tym cukry 11g, błonnik: 34g, sól: 9g</b>	<b>E: 2026 kcal, B: 80g, T: 83gw tym NKT30g, W: 254g w tym cukry 11g, błonnik: 34g, sól: 9g</b>

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<b>Poniedziałek</b> <b>10.03.2025</b>	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, salceson extra 100g, salátka z marchwi i cebuli 150g  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler, jajko, soja, gorczyca	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa krakowska parzona 80g, salátka z marchwi i cebuli 150g  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler, jajko, soja, gorczyca	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa krakowska parzona 80g, salátka z marchwi i cebuli 150g  Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler, jajko, soja, gorczyca
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, pulpety 80g w sosie pomidorowym 100g, kasza mieszana 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml.  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie  Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa selerowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, pulpety 80g w sosie pomidorowym 100g, kasza mieszana 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml.  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie  Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa selerowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, pulpety 80g w sosie pomidorowym 100g, kasza mieszana 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy b/c 250ml.  Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie  Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, dżem 50g, kasza jagłana na mleku 400ml, jabłko 150g.  Alergeny: gluten, mleko	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, dżem 50g, kasza jagłana na mleku 400ml, jabłko 150g.  Alergeny: gluten, mleko	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z soczewicy z jarzynami 150g, jabłko 150g.  Alergeny: gluten, mleko, seler,
	Posilek nocny	Serek ziarnisty 200g.	Serek ziarnisty 200g.	Serek ziarnisty 200g.
<b>Wartość odżywcza:</b>		<b>E: 2381kcal, B: 83g, T: 87g w tym NKT31g, W336g w tym cukry19g, błonnik: 40g, sól: 5g</b>	<b>E: 2207kcal, B: 86g, T: 73g w tym NKT25g, W: 322g w tym cukry19g, błonnik: 44g, sól: 6g</b>	<b>E: 2128kcal, B: 86g, T: 73g w tym NKT25g, W: 302g w tym cukry19g, błonnik: 44g, sól: 6g</b>

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.