

Jadłospis 01.05-10.05.2025

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Czwartek 1.05.2025	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, chrzan z jabłkiem 70g.	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, chrzan z jabłkiem 70g.	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, chrzan z jabłkiem 70g.		
		Alergeny: gluten, kakao, mleko, siarczyny	Alergeny: gluten, kakao, mleko, siarczyny	Alergeny: gluten, kakao, mleko, siarczyny		
	Obiad	Krupnik 400ml, chleb 50g, sznycel wieprzowo-drobiowy 80g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy 250ml	Krupnik 400ml, chleb 50g, klopsiki wieprzowo-drobiowe 80g, sos jarzynowy 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy 250ml	Krupnik 400ml, chleb 50g, klopsiki wieprzowo-drobiowe 80g, sos jarzynowy 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy b/c 250ml		
		Sposób obróbki posilku: gotowanie, pieczenie	Sposób obróbki posilku: gotowanie, pieczenie	Sposób obróbki posilku: gotowanie, pieczenie		
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa zwyczajna 100g, pomidor 60g.	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa zwyczajna 100g, pomidor 60g.	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa zwyczajna 100g, pomidor 60g.		
Alergeny: gluten, mleko, siarczyny		Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Alergeny: gluten, mleko, siarczyny			
	Posilek nocny	Ciastka zbożowe 50g	Ciastka zbożowe 50g	Ciastka zbożowe 50g		
Wartość odżywcza:		E: 2250kcal, B: 98g, T: 74gw tym NKT32g, W: 309g w tym cukry 12g, błonnik: 29g, sól: 7g	E: 2177kcal, B: 102g, T: 75gw tym NKT32g, W: 288g w tym cukry 12g, błonnik: 33g, sól: 7g	E: 2105kcal, B: 102g, T: 75gw tym NKT 32g, W: 270g w tym cukry 12g błonnik: 33g, sól: 7g		

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Piątek 2.05.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, sałatka jarzynowa ze śledziem 120g, Alergeny: gluten, mleko, seler, ryba	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, sałatka jarzynowa z tuńczykiem 120g, Alergeny: gluten, mleko, seler, ryba	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, sałatka jarzynowa z tuńczykiem 120g, Alergeny: gluten, mleko, seler, ryba
	Obiad	Kapuśniak z ziemniakami 400ml, chleb 50g, filet rybny w sosie pomidorowym 100g, ziemniaki 250g, surówka wielowarzywna 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, ryba	Kapuśniak z ziemniakami 400ml, chleb 50g, filet rybny w sosie pomidorowym 100g, ziemniaki 250g, surówka wielowarzywna 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, ryba	Kapuśniak z ziemniakami 400ml, chleb 50g, filet rybny w sosie pomidorowym 100g, ziemniaki 250g, surówka wielowarzywna 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, ryba
		Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, dżem 50g, płatki na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, dżem 50g, płatki na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Posilek nocny	Serek ziarnisty 200g	Serek ziarnisty 200g	Serek ziarnisty 200g
	Wartość odżywcza:	E: 2393 kcal, B: 101g, T: 81gw tym NKT26g, W: 330g w tym cukry 23g błonnik: 34g, sól: 16g	E: 2262kcal, B: 99g, T: 75gw tym NKT24g, W: 315g w tym cukry 23g, błonnik: 38g, sól: 6g	E: 2120kcal, B: 103g, T: 70gw tym NKT21g, W: 292g w tym cukry 18g błonnik: 47g, sól: 6g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Sobota 3.05.2025	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, 2szt jajko, kalafior z jarzynami i ogórkiem św. 120g. Alergeny: gluten, jajko, seler	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, kalafior z jarzynami i ogórkiem św. 150g Alergeny: gluten, jajko, seler	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, kalafior z jarzynami i ogórkiem św. 150g Alergeny: gluten, jajko, seler
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, chleb 50g, filet drobiowy 80g w sosie curry 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, chleb 50g, filet drobiowy 80g w sosie curry 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, chleb 50g, filet drobiowy 80g w sosie curry 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser biały 70g ze śmietaną i szczypiorkiem Alergeny: gluten, mleko	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 70g ze śmietaną i szczypiorkiem Alergeny: gluten, mleko	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 70g ze śmietaną i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko
	Posiłek nocny	Jablko pieczone 150g	Jablko pieczone 150g	Jablko pieczone 150g
	Wartość odżywcza:	E: 2061kcal, B: 82g, T: 68g w tym NKT27g, W 293g w tym cukry 15g, błonnik: 27g, sól: 4g	E: 2040kcal, B: 88g, T: 68g w tym NKT27g, W: 282g w tym cukry 15g, błonnik: 32g, sól: 4g	E: 2005kcal, B: 90g, T: 69gw tym NKT26g, W: 269g w tym cukry 15g, błonnik: 32g, sól: 4g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Niedziela 4.05.2025	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 50g, ser biały 50g ze śmietaną i ogórkiem św. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 50g, ser biały 50g ze śmietaną i ogórkiem św. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 50g, ser biały 50g ze śmietaną i ogórkiem św. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Zupa brokułowa z lanym ciastem 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, mix салат z sosem winegret 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa brokułowa z lanym ciastem 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, mix салат z sosem winegret 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa brokułowa z lanym ciastem 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, mix салат z sosem winegret 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, салатка makaronowa z wędliną 120g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, салатка makaronowa z wędliną 120g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, салатка makaronowa z wędliną 120g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny
	Posiłek nocny	Chrupki 1op	Chrupki 1op	Chrupki 1op
	Wartość odżywcza:	E: 2114kcal, B: 88g, T: 80g w tym NKT32g, W269g w tym cukry 1g, błonnik: 20g, sól: 6g	E: 2091kcal, B: 93g, T: 81g w tym NKT32g, W: 258g w tym cukry 1g, błonnik: 25g, sól: 6g	E: 2019kcal, B: 93g, T: 81gw tym NKT32g, W: 240g w tym cukry 1g, błonnik: 32g, sól: 6g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

Dieta Podstawowa		Dieta Łatwostrawna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 5.05.2025	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser twardy 80g, sałatka jarzynowa 120g. Alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 80g, sałatka jarzynowa 120g. Alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 80g, sałatka jarzynowa 120g. Alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca
	Obiad	Barszcz z ziemniakami i jajkiem 400ml, chleb 50g, łazanki z kapustą i kielbasą 300g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Barszcz z ziemniakami i jajkiem 400ml, chleb 50g, makaron z serem i kielbasą 300g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Barszcz z ziemniakami i jajkiem 400ml, chleb 50g, makaron z serem i kielbasą 300g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pieczeń cesarska 80g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pieczeń cesarska 80g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pieczeń cesarska 80g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Posilek nocny	Budyń 200g	Budyń 200g	Budyń 200g
	Wartość odżywcza:	E: 2342kcal, B: 91g, T: 87g w tym NKT37g, W311g w tym cukry18g, błonnik: 32g, sól: 8g	E: 2324kcal, B: 104g, T: 88g w tym NKT37g, W293g w tym cukry17g, błonnik: 34g, sól: 8g	E: 2252kcal, B: 104g, T: 88g w tym NKT37g, W: 275g w tym cukry17g, błonnik: 34g, sól: 8g

Dieta Podstawowa		Dieta Łatwostrawna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Wtorek 6.05.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, miód 50g, lane ciasto na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, miód 50g, lane ciasto na mleku 400ml jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka drobiowa 100g, pomidor 60g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Rosół z makaronem 400ml, udko drobiowe pieczone 170g, ziemniaki 250g, sałata zielona z sosem winegret 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, mleko, jajko	Rosół z makaronem 400ml, udko drobiowe pieczone 170g, ziemniaki 250g, sałata zielona z sosem winegret 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, mleko, jajko	Rosół z makaronem 400ml, udko drobiowe pieczone 170g, ziemniaki 250g, sałata zielona z sosem winegret 150g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, mleko, jajko
	Kolacja	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, pasta z sera białego, mięsa pieczonego z dodatkiem kon. pomidorowego i ogórka kiszzonego. Alergeny: gluten, seler	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, pasta z sera białego, mięsa pieczonego z dodatkiem kon. pomidorowego i ogórka kiszzonego. Alergeny: gluten, seler	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, pasta z sera białego, mięsa pieczonego z dodatkiem kon. pomidorowego i ogórka kiszzonego. Alergeny: gluten, seler
	Posilek nocny	Mandarynki	Mandarynki	Mandarynki
	Wartość odżywcza:	E: 2276 kcal, B: 103g, T: 67g w tym NKT29g, W: 326g w tym cukry 9g, błonnik: 22g, sól: 4g	E: 2232kcal, B:107g, T: 67g w tym NKT29g, W310g w tym cukry 9g, błonnik: 26g, sól: 4g	E: 2049kcal, B:113g, T: 76g w tym NKT31g, W: 241g w tym cukry11g, błonnik: 27g, sól: 6g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Środa 7.05.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, bułka graham 80g, masło 10g, jajecznicza z wędliną 150g, rzodkiewka ze szczypiorkiem 30g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, bułka graham 80g, masło 10g, jajecznicza z wędliną 150g, rzodkiewka ze szczypiorkiem 30g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, bułka graham 80g, masło 10g, jajecznicza z wędliną 150g, rzodkiewka ze szczypiorkiem 30g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny
	Obiad	Zupa z kminku 400ml, chleb 50g, kotlet schabowy 100g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana z marchewką 150g, kompot owocowy 250ml., Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie. Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa z kminku 400ml, chleb 50g, bitki schabowe 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana z marchewką 150g, kompot owocowy 250ml., Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie. Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa z kminku 400ml, chleb 50g, bitki schabowe 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana z marchewką 150g, kompot owocowy b/c 250ml., Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie. Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, parówka 1szt, żurek z ziemniakami 400ml. Alergeny: gluten, seler, siarczyny, mleko	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, parówka 1szt, żurek z ziemniakami 400ml. Alergeny: gluten, seler, siarczyny, mleko	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, parówka 1szt, żurek z ziemniakami 400ml. Alergeny: gluten, seler, siarczyny, mleko
	Posilek nocny	Jogurt owocowy 1szt	Jogurt owocowy 1szt	Jogurt naturalny 1szt
	Wartość odżywcza:	E: 2095kcal, B: 91g, T: 81g w tym NKT30g, W: 263g w tym cukry 2g, błonnik: 29g, sól: 5g	E: 2095kcal, B: 91g, T: 81g w tym NKT30g, W: 263g w tym cukry 2g, błonnik: 29g, sól: 5g	E: 2036kcal, B: 92g, T: 81g w tym NKT 30g, W: 247g w tym cukry 2g, błonnik: 30g, sól: 5g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Czwartek 8.05.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, szynka konserwowa 60g, jajko 1szt, ogórek św ze szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 60g, jajko 1szt, ogórek św ze szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 60g, jajko 1szt, ogórek św ze szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny
	Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem 400ml, chleb 50g, zrazy drobiowo-wieprzowe 80g w sosie 100g, kasza mieszana 250g, surówka z marchwi i chrzanu 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko, siarczyny,	Zupa pieczarkowa z makaronem 400ml, chleb 50g, zrazy drobiowo-wieprzowe 80g w sosie 100g, kasza mieszana 250g, surówka z marchwi i chrzanu 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko, siarczyny,	Zupa pieczarkowa z makaronem 400ml, chleb 50g, zrazy drobiowo-wieprzowe 80g w sosie 100g, kasza mieszana 250g, surówka z marchwi i chrzanu 120g, kompot owocowy b/c 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko, siarczyny,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa mocno-wędzona 100g, sałatka jarzynowa 120g. Alergeny: gluten, seler, siarczyny, mleko	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g kielbasa mocno-wędzona 100g, sałatka jarzynowa 120g. Alergeny: gluten, seler, siarczyny, mleko	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa mocno-wędzona 100g, sałatka jarzynowa 120g. Alergeny: gluten, seler, siarczyny, mleko
	Posilek nocny	Banan 1szt	Banan 1szt	Banan 1szt
	Wartość odżywcza:	E: 2201 kcal, B: 96g, T: 72gw tym NKT23g, W: 307g w tym cukry 8g, błonnik: 31g, sól: 7g	E: 2178kcal, B:101g, T: 73gw tym NKT 23g, W: 296g w tym cukry 8g, błonnik: 36g, sól: 8g	E: 2041kcal, B:104g, T: 73gw tym NKT 23g, W: 259g w tym cukry 11g, błonnik: 40g, sól: 9g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Piątek 9.05.2025	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajka i tuńczyka z ogórkiem kiszonym i ziel. pietruszką. Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajka i tuńczyka z ogórkiem kiszonym i ziel. pietruszką. Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajka i tuńczyka z ogórkiem kiszonym i ziel. pietruszką. Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba
	Obiad	Zupa rybna 400ml, chleb 50g, makaron z jarzynami i serem białym, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, ryba	Zupa rybna 400ml, chleb 50g, makaron z jarzynami i serem białym, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, ryba	Zupa rybna 400ml, chleb 50g, makaron z jarzynami i serem białym, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, ryba
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser topiony 50g, ryż na mleku 400ml. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, ryż na mleku 400ml. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, surówka z kapusty pekińskiej 120g. Alergeny: gluten, mleko,
	Posiłek nocny	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g
	Wartość odżywcza:	E: 2255 kcal, B: 93g, T: 71gw tym NKT33g, W: 322g w tym cukry 14g, błonnik: 25g, sól: 5g	E: 2211kcal, B: 99g, T: 72gw tym NKT 33g, W: 305g w tym cukry 14g, błonnik: 31g, sól: 5g	E: 2060 kcal, B: 92g, T: 70gw tym NKT20g, W: 278g w tym cukry 15g, błonnik: 30g, sól: 5g

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Sobota 10.05.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, lenczowa 80g, pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, lenczowa 80g, pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, lenczowa 80g, pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Zupa szpinakowa z ryżem 400ml, chleb 50g, gulasz drobiowy 150g, ziemniaki 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa szpinakowa z ryżem 400ml, chleb 50g, gulasz drobiowy 150g, ziemniaki 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa szpinakowa z ryżem 400ml, chleb 50g, gulasz drobiowy 150g, ziemniaki 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, fasolka po bretońsku Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, leczko z mięsem drobiowym 250g. Alergeny: gluten, mleko, seler	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, leczko z mięsem drobiowym 250g. Alergeny: gluten, mleko, seler
	Posiłek nocny	Budyń 200g	Budyń 200g	Budyń 200g
	Wartość odżywcza:	E: 2128kcal, B: 79g, T: 65gw tym NKT23g, W: 319g w tym cukry 14g, błonnik: 24g, sól: 6g	E: 2091kcal, B: 84g, T: 66gw tym NKT23g, W: 304g w tym cukry 14g, błonnik: 30g, sól: 6g	E: 2012kcal, B: 84g, T: 66gw tym NKT23g, W: 284g w tym cukry 14g, błonnik: 30g, sól: 6g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.