

Jadłospis 21.03 - 31.03.2025

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Piątek 21.03.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, powidło 50g, lane ciasto na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, kakao, siarczyny, gorczyca	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, powidło 50g, lane ciasto na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, kakao, siarczyny, gorczyca	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z białej fasoli 120g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, kakao, siarczyny, gorczyca
	Obiad	Barszcz ukraiński z soczewicą 400ml, chleb 50g, pierogi leniwe 300g z sosem pomidorowym 100g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko, soczewica	Barszcz ukraiński z soczewicą 400ml, chleb 50g, pierogi leniwe 300g z sosem pomidorowym 100g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko, soczewica	Barszcz ukraiński z soczewicą 400ml, chleb 50g, pierogi leniwe 300g z sosem pomidorowym 100g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko, soczewica
		Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ryba w jarzynach 150g. Alergeny: gluten, seler, mleko, ryba	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ryba w jarzynach 150g. Alergeny: gluten, seler, mleko, ryba
	Posilek nocny	Chrupki 1op	Chrupki 1op	Chrupki 1op
	Wartość odżywcza:	E: 2359kcal, B: 79g, T: 64g w tym NKT21g, W328g w tym cukry 19g, błonnik: 33g, sól: 4g	E: 2315 kcal, B: 83g, T: 64g w tym NKT 21g, W: 367g w tym cukry19g, błonnik: 37g, sól: 4g	E: 2123kcal, B: 85g, T: 59g w tym NKT18g, W: 335g w tym cukry 20g, błonnik: 47g, sól: 4g

Dieta Podstawowa		Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Sobota 22.03.2025	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser topiony 50g, miód 25g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, miód 25g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,	
	Obiad	Zupa solferino z ziemniakami 400ml, chleb 50g, 2szt jajko, sos chrzanowy 100g, ziemniaki 250g, buraczki 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa solferino z ziemniakami 400ml, chleb 50g, 2szt jajko, sos chrzanowy 100g, ziemniaki 250g, buraczki 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	
		Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser biały 60g z jogurtem, kasza manna na mleku 400ml. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały w plastrze 80g, pomidor 70g. Alergeny: gluten, mleko,
	Posilek nocny	Kefir 200g	Kefir 200g	
	Wartość odżywcza:	E: 2340 kcal, B: 79g, T: 73gw tym NKT 37g, W: 353g w tym cukry 13g, błonnik: 26g, sól: 4g	E: 2296kcal, B: 84g, T: 74gw tym NKT37g, W: 338g w tym cukry 13g, błonnik: 31g, sól: 4g	E: 2153kcal, B: 90g, T: 81gw tym NKT40g, W: 279g w tym cukry 13g, błonnik: 31g, sól: 4g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Niedziela 23.03.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa swojska 100g, sałatka jarzynowa 150g.	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa swojska 100g, sałatka jarzynowa 150g.	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, sałatka jarzynowa 150g.		
		Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Alergeny: gluten, mleko, siarczyny		
	Obiad	Zupa brokułowa 400ml, pieczeń wieprzowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 120g, kompot owocowy 250ml	Zupa brokułowa 400ml, pieczeń wieprzowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 120g, kompot owocowy 250ml	Zupa brokułowa 400ml, pieczeń wieprzowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 120g, kompot owocowy b/c 250ml		
		Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie	Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie	Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie		
	Kolacja	Alergeny: seler, mleko, gorczyca	Alergeny: seler, mleko, gorczyca	Alergeny: seler, mleko, gorczyca		
		Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z jajek z papryką św. 100g, ryż na mleku 400ml, jabłko 150g.	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajek z papryką św. 100g, ryż na mleku 400ml, jabłko 150g.	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajek z papryką św. 100g, jabłko 150g.		
		Alergeny: gluten, jajko, mleko,	Alergeny: gluten, jajko, mleko,	Alergeny: gluten, jajko, mleko,		
	Posilek nocny	Jogurt owocowy 150g	Jogurt owocowy 150g.	Jogurt naturalny 150g.		
Wartość odżywcza:		E: 2344 kcal, B: 81g, T: 95gw tym NKT35g, W: 301g w tym cukry 6g, błonnik: 27g, sól: 7g	E: 2300 kcal, B: 86g, T: 96gw tym NKT35g, W: 286g w tym cukry 6g, błonnik: 32g, sól: 7g	E: 2028kcal, B: 80g, T: 92gw tym NKT33g, W: 232g w tym cukry 7g, błonnik: 31g, sól: 7g		

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Poniedziałek 24.03.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, dżem 50g, kasza manna na mleku 400ml, jabłko 150g.	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, dżem 50g, kasza manna na mleku 400ml, jabłko 150g.	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka wieprzowa 100g, pomidor 60g, jabłko 150g		
		Alergeny: gluten, mleko,	Alergeny: gluten, mleko,	Alergeny: gluten, mleko,		
	Obiad	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, potrawka wieprzowa 150g, ziemniaki 250g, fasolka szparagowa z brukselką 120g, kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, potrawka wieprzowa 150g, ziemniaki 250g, fasolka szparagowa z brukselką 120g, kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, potrawka wieprzowa 150g, ziemniaki 250g, fasolka szparagowa z brukselką 120g, kompot owocowy b/c 250ml		
		Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: seler, mleko,	Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: seler, mleko,	Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: seler, mleko,		
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, pasta mięsno-warzywna 120g, sos pomidorowy 100g.	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, pasta mięsno-warzywna 120g, sos pomidorowy 100g.	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta mięsno-warzywna 120g, sos pomidorowy 100g.		
		Alergeny: gluten, seler	Alergeny: gluten, seler	Alergeny: gluten, seler		
Posilek nocny	Sok owocowy 1szt	Sok owocowy 1szt	Sok owocowy 1szt			
Wartość odżywcza:		E: 2024kcal, B: 71g, T: 44g w tym NKT10g, W361g w tym cukry 28g, błonnik: 34g, sól: 3g	E: 2025kcal, B: 76g, T: 45g w tym NKT10g, W346g w tym cukry 28g, błonnik: 40g, sól: 3g	E: 2009kcal, B: 101g, T: 68g w tym NKT21g, W266g w tym cukry20g, błonnik: 36g, sól: 9g		

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Wtorek 25.03.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta węgierska z ogórkiem kiszonym 120g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta węgierska z ogórkiem kiszonym 120g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta węgierska z ogórkiem kiszonym 120g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny
	Obiad	Zupa cebulowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, bigos 250g, ziemniaki 250g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, siarczyny	Zupa cebulowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, pieczeń drobiowa 100g 150g, ziemniaki 250g, szpinak z brokulem got.150g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, siarczyny	Zupa cebulowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, pieczeń drobiowa 100g 150g, ziemniaki 250g, szpinak z brokulem got.150g, kompot owocowy b/c 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, siarczyny
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, salceson extra 80g, keczup 30g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 80g, keczup 30g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 80g, keczup 30g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Posilek nocny	Kisiel 200g	Kisiel 200g	Kisiel 200g
Wartość odżywcza:		E: 2130kcal, B: 72g, T: 90gw tym NKT33g, W: 270g w tym cukry 15g, błonnik: 28g, sól: 8g	E: 2090kcal, B: 93g, T: 80gw tym NKT27g, W: 263g w tym cukry 14g, błonnik: 31g, sól: 7g	E: 2011kcal, B: 93g, T: 80gw tym NKT27g, W: 243g w tym cukry 14g, błonnik: 31g, sól: 7g

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Środa 26.03.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, płatki owsiane 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, płatki owsiane na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, ogórek kiszony 60g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko
	Obiad	Żurek z ziemniakami 400ml, chleb 50g, filet rybny panierowany 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszonej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, ryba, siarczyny	Żurek z ziemniakami 400ml, chleb 50g, filet rybny w cieście 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszonej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, ryba, siarczyny	Żurek z ziemniakami 400ml, chleb 50g, filet rybny w cieście 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszonej 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, ryba, siarczyny
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, kalafior z jarzynami i ogórkiem św. 120g. Alergeny: gluten, mleko, seler, jajko	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, kalafior z jarzynami i ogórkiem św. 120g. Alergeny: gluten, mleko, seler, jajko	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, kalafior z jarzynami i ogórkiem św. 120g. Alergeny: gluten, mleko, seler, jajko
	Posilek nocny	Jogurt naturalny 150g	Jogurt naturalny 150g	Jogurt naturalny 150g
Wartość odżywcza:		E: 2304kcal, B: 85g, T: 98g w tym NKT35g, W284g w tym cukry 15g, błonnik: 33g, sól: 5g	E: 2304kcal, B: 85g, T: 98g w tym NKT35g, W284g w tym cukry 15g, błonnik: 33g, sól: 5g	E: 2060kcal, B: 78g, T: 92g w tym NKT32g, W: 244g w tym cukry15g , błonnik: 32g, sól: 6g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Czwartek 27.03.2025	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser biały 80g ze śmietaną, papryką św i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko, jajko,	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 80g ze śmietaną, papryką św i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko, jajko,	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 80g ze śmietaną, papryką św i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko, jajko,		
	Obiad	Zupa flakowa 400ml, chleb 50g, risotto 250g z sosem pieczarkowym 100g, mix салат 120g z sosem winegret, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa kalafiorowa 400ml, chleb 50g, risotto 250g z sosem pieczarkowym 100g, mix салат 120g z sosem winegret, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa kalafiorowa 400ml, chleb 50g, risotto 250g z sosem pieczarkowym 100g, mix салат 120g z sosem winegret, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko,		
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasztetowa 80g, салатка z marchwi i cebuli 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasztetowa 80g, салатка z marchwi i cebuli 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasztetowa 80g, салатка z marchwi i cebuli 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny		
	Posilek nocny	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g		
	Wartość odżywcza:	E: 2189 kcal, B: 89g, T: 82gw tym NKT33g, W: 286g w tym cukry 14g, błonnik: 26g, sól: 4g	E: 2098 kcal, B: 79g, T: 81gw tym NKT32g, W: 278g w tym cukry 14g, błonnik: 33g, sól: 4g	E: 2059 kcal, B: 79g, T: 81gw tym NKT32g, W: 268g w tym cukry 15g, błonnik: 33g, sól: 4g		

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Piątek 28.03.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, pasta z sera białego i makreli wędzonej z ogórkiem św. 120g Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba,	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, pasta z sera białego i makreli wędzonej z ogórkiem św. 120g Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z sera białego i makreli wędzonej z ogórkiem św. 120g Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba,
	Obiad	Zupa fasolowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, makaron 250g, sos jarzynowy z tuńczykiem 120g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko, ryba	Zupa zielonego groszku z ziemniakami 400ml, chleb 50g, makaron 250g, sos jarzynowy z tuńczykiem 120g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko, ryba	Zupa zielonego groszku z ziemniakami 400ml, chleb 50g, makaron 250g, sos jarzynowy z tuńczykiem 120g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy b/c 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko, ryba
		Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, marmolada 50g, ryż na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, marmolada 50g, ryż na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,
	Posilek nocny	Serek ziarnisty 10p	Serek ziarnisty 10p	Serek ziarnisty 10p
	Wartość odżywcza:		E: 2312kcal, B: 103g, T: 66g w tym NKT26g, W342g w tym cukry19g, błonnik: 34g, sól: 7g	E: 2250kcal, B: 100g, T: 65g w tym NKT26g, W330g w tym cukry 19g, błonnik: 32g, sól: 7g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Sobota 29.03.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, musztarda 30g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, musztarda 30g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, musztarda 30g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, pulpety wieprzowo-drobiowe 80g w sosie pomidorowym 100g, kasza mieszana 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko,	Zupa selerowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, pulpety wieprzowo-drobiowe 80g w sosie pomidorowym 100g, kasza mieszana 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko,	Zupa selerowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, pulpety wieprzowo-drobiowe 80g w sosie pomidorowym 100g, kasza mieszana 250g, 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, 2szt jajko, salátka jarzynowa 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, seler	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, salátka jarzynowa 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, seler	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, salátka jarzynowa 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, seler
	Posilek nocny	Mandarynki	Mandarynki	Mandarynki
	Wartość odżywcza:	E: 2184 kcal, B: 73g, T: 97gw tym NKT32g, W: 267g w tym cukry 7g, błonnik: 31g, sól: 6g	E: 2140 kcal, B: 78g, T: 96gw tym NKT32g, W: 252g w tym cukry 7g, błonnik: 35g, sól: 6g	E: 2060 kcal, B: 78g, T: 98gw tym NKT32g, W: 232g w tym cukry 7g, błonnik: 35g, sól: 6g

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Niedziela 30.03.2025	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa krakowska parzona 50g, ser biały z jogurtem i zieloną pietruszką 50g, pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa krakowska parzona 50g, ser biały z jogurtem i zieloną pietruszką 50g, pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa krakowska parzona 50g, ser biały z jogurtem i zieloną pietruszką 50g, pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Rosół z makaronem 400ml, chleb 50g, pieczeń schabowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Rosół z makaronem 400ml, chleb 50g, pieczeń schabowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Rosół z makaronem 400ml, chleb 50g, pieczeń schabowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa starowiejska 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa starowiejska 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa starowiejska 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Posilek nocny	Ciastka zbożowe 1op	Ciastka zbożowe 1op	Ciastka zbożowe 1op
	Wartość odżywcza:	E: 2185 kcal, B: 91g, T: 76gw tym NKT30g, W: 296g w tym cukry 18g, błonnik: 27g, sól: 9g	E: 2141 kcal, B: 95g, T: 77gw tym NKT30g, W: 281g w tym cukry 18g, błonnik: 31g, sól: 9g	E: 2070 kcal, B: 95g, T: 77g w tym NKT30g, W: 263g w tym cukry 18g, błonnik: 31g, sól: 9g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 31.03.2025	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z serów i wędliny z koncentratem pomidorowym i ogórkiem św. 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z serów i wędliny z koncentratem pomidorowym i ogórkiem św. 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z serów i wędliny z koncentratem pomidorowym i ogórkiem św. 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Kapuśniak 400ml, chleb 50g, kielbasa w sosie chrzanowym 100g, ziemniaki 250g, surówka z selera, jabłka i papryki 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, siarczyny	Kapuśniak 400ml, chleb 50g, kielbasa w sosie chrzanowym 100g, ziemniaki 250g, surówka z selera, jabłka i papryki 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, siarczyny	Kapuśniak 400ml, chleb 50g, kielbasa w sosie chrzanowym 100g, ziemniaki 250g, surówka z selera, jabłka i papryki 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, siarczyny
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasztet drwala 80g, keczup 30g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny,	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasztet drwala 80g, keczup 30g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny,	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasztet drwala 80g, keczup 30g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny,
	Posilek nocny	Deser mleczny 1szt	Deser mleczny 1szt	Skyr 1szt
	Wartość odżywcza:	E: 2289 kcal, B: 103g, T: 100gw tym NKT43g, W: 258g w tym cukry 4g, błonnik: 31g, sól: 8g	E: 2289 kcal, B: 103g, T: 100gw tym NKT43g, W: 258g w tym cukry 4g, błonnik: 31g, sól: 8g	E: 2209 kcal, B: 103g, T: 100gw tym NKT43g, W: 238g w tym cukry 4g, błonnik: 31g, sól: 8g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.