

Jadłospis 21.05 - 31.05.2025

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Środa 21.05.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser twardy 60g, makaron na mleku 400ml, jabłko. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 60g, makaron na mleku 400ml, jabłko. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z sera twardego jajka i ogórka św 120g, jabłko. Alergeny: gluten, mleko, jajko
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml, chleb 30g, kotlet schabowy 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml, chleb 30g, bitka schabowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml, chleb 30g, bitka schabowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, 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, salceson extra 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Posilek nocny	Mandarynka 1szt	Mandarynka 1szt	Mandarynka 1szt
	Wartość odżywcza:	E: 2065kcal, B: 71g, T: 72g w tym NKT29g, W299g w tym cukry 20g, błonnik: 32g, sól: 7g	E: 2017kcal, B: 76g, T: 72g w tym NKT 29g, W: 282g w tym cukry20g, błonnik: 37g, sól: 7g	E: 2018kcal, B: 89g, T: 77g w tym NKT31g, W: 258g w tym cukry 20g, błonnik: 36g, sól: 7g

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Czwartek 22.05.2025	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, miód 25g, ser biały 60g ze śmietaną i szczypiorkiem.	Kawa z mlekiem 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, miód 25g, ser biały 60g ze śmietaną i szczypiorkiem.	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, ser biały 60g ze śmietaną i szczypiorkiem, pomidor 60g
		Alergeny: gluten, mleko,	Alergeny: gluten, mleko,	Alergeny: gluten, mleko,
	Obiad	Rosół z łciastem 400ml, udko drobiowe pieczone 170g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy 250ml	Rosół z łciastem 400ml, udko drobiowe pieczone 170g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy 250ml	Rosół z łciastem 400ml, udko drobiowe pieczone 170g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy b/c 250ml
		Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie	Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie	Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie
	Kolacja	Alergeny: seler, mleko, jajko	Alergeny: seler, mleko, jajko	Alergeny: seler, mleko, jajko
		Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy100g, masło 10g, sałatka ryżowa z mięsem pieczonym	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy100g, masło 10g, sałatka ryżowa z mięsem pieczonym	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb razowy100g, masło 10g, sałatka ryżowa z mięsem pieczonym
Posilek nocny	Alergeny: gluten, mleko, seler,	Alergeny: gluten, mleko, seler,	Alergeny: gluten, mleko, seler,	
	Posilek nocny	Buleczka drożdżowa 1szt	Buleczka drożdżowa 1szt	Buleczka drożdżowa 1szt
Wartość odżywcza:		E: 2290kcal, B:115g, T:68gw tym NKT 25g, W: 315g w tym cukry 5g, błonnik: 26g, sól: 5g	E: 2246kcal, B: 119g, T: 69gw tym NKT 25g, W:300g w tym cukry 5g, błonnik: 30g, sól: 5g	E: 2172kcal, B: 121g, T: 69gw tym NKT 25g, W: 280g w tym cukry 5g, błonnik: 31g, sól: 5g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Piątek 23.05.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z jajka i ryby wędzonej z ogórkiem kiszonym 120g.	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajka i ryby wędzonej z ogórkiem kiszonym 120g.	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajka i ryby wędzonej z ogórkiem kiszonym 120g.
		Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba	Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba	Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba
	Obiad	Barszcz ukraiński z soczewicą 400ml, chleb 50g, łazanki z kapustą i serem białym 250g, kompot owocowy 250ml	Barszcz ukraiński z soczewicą 400ml, chleb 50g, makaron z serem białym 250g, kompot owocowy 250ml	Barszcz ukraiński z soczewicą 400ml, chleb 50g, makaron z serem białym 250g, kompot owocowy b/c 250ml
		Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: seler, mleko, jajko	Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: seler, mleko, jajko	Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, ryba po grecku 250g. Alergeny: gluten, seler, ryba	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, ryba w jarzynach 250g. Alergeny: gluten, seler, ryba	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, ryba w jarzynach 250g. Alergeny: gluten, seler, ryba
Posilek nocny		Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g
Wartość odżywcza:		E: 2143 kcal, B: 91g, T: 70gw tym NKT15g, W: 299g w tym cukry 13g, błonnik: 25g, sól: 4g	E: 2105 kcal, B: 96g, T: 70gw tym NKT15g, W: 284g w tym cukry 13g, błonnik: 30g, sól: 4g	E: 2025kcal, B:96g, T: 70gw tym NKT 15g, W: 264g w tym cukry 13g, błonnik: 30g, sól: 4g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Sobota 24.05.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa zwyczajna 100g, sałatka z marchwi i cebuli 120g.	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa zwyczajna 100g, sałatka z marchwi i cebuli 120g.	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa zwyczajna 100g, sałatka z marchwi i cebuli 120g.
		Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Zupa szpinakowa z jajkiem 400ml, chleb 50g, fasolka po bretońsku 200g, ziemniaki 250g, kompot owocowy 250ml.	Zupa szpinakowa z jajkiem 400ml, chleb 50g, potrawka drob. 150g, ziemniaki 250g, marchewka 150g, kompot owocowy 250ml.	Zupa szpinakowa z jajkiem 400ml, chleb 50g, potrawka drob. 150g, ziemniaki 250g, marchewka 150g, kompot owocowy b/c 250ml.
		Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten. seler, siarczyny , jajko	Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten. seler, jajko	Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten. seler, jajko
	Kolacja	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser biały 70g z rzodkiewką i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko,	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 70g z rzodkiewką i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko,	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 70g z rzodkiewką i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko,
Posilek nocny		Kisiel 200g	Kisiel 200g	Kisiel 200g
Wartość odżywcza:		E: 2224kcal, B: 95g, T: 80g w tym NKT 30g, W299g w tym cukry 6g, błonnik: 35g, sól: 6g	E: 2186kcal, B: 96g, T: 74g w tym NKT 27g, W 302g w tym cukry 15g, błonnik: 40g, sól: 6g	E: 2106kcal, B: 96g, T: 74g w tym NKT 27g, W282g w tym cukry 16g, błonnik: 40g, sól: 6g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Niedziela 25.05.2025	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, szynka z indyka 50g, jajko szt., pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, kakao	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka z indyka 50g, jajko szt., pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, kakao	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka z indyka 50g, jajko szt., pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, kakao
	Obiad	Zupa kalafiorowa 400ml, chleb 50g, karczek pieczony 70g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, salata zielona z ogórkiem św. 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa kalafiorowa 400ml, chleb 50g, karczek pieczony 70g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, salata zielona z ogórkiem św. 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa kalafiorowa 400ml, chleb 50g, karczek pieczony 70g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, salata zielona z ogórkiem św. 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, pieczeń cesarska 100g, musztarda 30g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pieczeń cesarska 100g, musztarda 30g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pieczeń cesarska 100g, musztarda 30g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler
	Posilek nocny	Chrupki 1op	Chrupki 1op	Chrupki 1op
	Wartość odżywcza:	E: 2124 kcal, B: 85g, T: 76g w tym NKT 28g, W: 284g w tym cukry 2g, błonnik: 22g, sól: 6g	E: 2097kcal, B: 92g, T: 77g w tym NKT27g9, W: 271g w tym cukry 2g, błonnik: 27g, sól: 6g	E: 2025kcal, B: 92g, T: 77g w tym NKT29g, W: 253g w tym cukry 2g, błonnik: 27g, sól: 6g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 26.05.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, dżem 50g, płatki na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, dżem 50g, płatki na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 80, salata zielona z pomidorem 60g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,
	Obiad	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, sznycel 80g, ziemniaki 250g, ćwikła 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, klopsiki 80g w sosie koperkowym 100g, ziemniaki 250g, ćwikła 150g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, klopsiki 80g w sosie koperkowym 100g, ziemniaki 250g, ćwikła 150g, kompot owocowy b/c 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, bigos 300g. Alergeny: gluten, seler, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, leczy z wędliną 250g. Alergeny: gluten, seler, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, leczy z wędliną 250g. Alergeny: gluten, seler, siarczyny
	Posilek nocny	Jogurt owocowy 150g	Jogurt owocowy 150g	Jogurt naturalny 150g
	Wartość odżywcza:	E: 2237kcal, B: 84g, T: 60g w tym NKT 19g, W 357g w tym cukry 22g, błonnik: 37g, sól: 5g	E: 2166kcal, B: 88g, T: 61g w tym NKT19g, W 335g w tym cukry 20g, błonnik: 40g, sól: 5g	E: 2123kcal, B: 103g, T: 73g w tym NKT 27g, W: 281g w tym cukry 14g, błonnik: 39g, sól: 7g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Wtorek 27.05.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, sos jogurtowo-chrzanowy 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, sos jogurtowo-chrzanowy 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, sos jogurtowo-chrzanowy 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Zupa neapolitańska 400ml, chleb 50g, potrawka drobiowa 150g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa neapolitańska 400ml, chleb 50g, potrawka drobiowa 150g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa neapolitańska 400ml, chleb 50g, potrawka drobiowa 150g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy b/c 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 50g, zupa ziemniaczana z czosnkiem 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 50g, zupa ziemniaczana z czosnkiem 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 50g, zupa ziemniaczana z czosnkiem 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler
	Posilek nocny	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g
	Wartość odżywcza:	E: 2096 kcal, B: 100g, T: 61g w tym NKT 23g, W: 304g w tym cukry 16g, błonnik: 36g, sól: 7g	E: 2096 kcal, B: 100g, T: 61g w tym NKT 23g, W: 304g w tym cukry 16g, błonnik: 36g, sól: 7g	E: 2017 kcal, B: 100g, T: 61g w tym NKT23g, W: 284g w tym cukry 16g, błonnik: 36g, sól: 7g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Środa 28.05.2025	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, pasta węgierska z ogórkiem kiszonym 120g Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Kakao 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, pasta węgierska z ogórkiem kiszonym 120g Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Kakao b/c 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, pasta węgierska z ogórkiem kiszonym 120g Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny
	Obiad	Zupa pomidorowa z łciastem 400ml, chleb 50g, gulasz wieprzowy, ryż z jarzynami 250g, salata zielona 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa pomidorowa z łciastem 400ml, chleb 50g, gulasz wieprzowy, ryż z jarzynami 250g, salata zielona 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa pomidorowa z łciastem 400ml, chleb 50g, gulasz wieprzowy, ryż z jarzynami 250g, salata zielona 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, ser topiony 50g, krupnik czysty z kaszą gryczaną i pieczarkami 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, ser topiony 50g, krupnik czysty z kaszą gryczaną i pieczarkami 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, ser topiony 50g, krupnik czysty z kaszą gryczaną i pieczarkami 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler
	Posilek nocny	Chrupki kukurydziane 10p	Chrupki kukurydziane 10p	Chrupki kukurydziane 10p
	Wartość odżywcza:	E: 2121kcal, B: 75g, T: 87g w tym NKT 30g, W 272g w tym cukry 3g błonnik: 29g, sól: 6g	E: 2121kcal, B: 75g, T: 87g w tym NKT 30g, W 272g w tym cukry 3g błonnik: 29g, sól: 6g	E: 2049kcal, B: 75g, T: 87g w tym NKT30g, W: 255g w tym cukry 3g, błonnik: 29g, sól: 7g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

Dieta Podstawowa		Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Czwartek 29.05.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasztet pieczony 100g, chrzan z jabłkiem 70g Alergeny: gluten, mleko, siarczyny,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasztet pieczony 100g, chrzan z jabłkiem 70g Alergeny: gluten, mleko, siarczyny,
	Obiad	Zupa fasolowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, makaron z filetem drobi i szpinakiem 300g, sos śmietanowo - serowy 100g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko, soja, gorczyca,	Zupa solferino z ziemniakami 400ml, chleb 50g, makaron z filetem drobi i szpinakiem 300g, sos śmietanowo - serowy 100g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, keczup 30g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, keczup 30g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Posilek nocny	Budyń 200g	Budyń 200g
	Wartość odżywcza:	E: 2379 kcal, B: 87g, T: 105g w tym NKT 40g, W: 279g w tym cukry 7g, błonnik: 23g, sól: 7g	E: 2257 kcal, B: 87g, T: 106g w tym NKT 40g, W: 249g w tym cukry 7g, błonnik: 24g, sól: 7g

Dieta Podstawowa		Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Piątek 30.05.2025	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z jajka i tuńczyka z ziel. pietruszką, ogórek kisz. 60g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajka i tuńczyka z ziel. pietruszką, ogórek kisz. 60g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba
	Obiad	Żurek z jajkiem 400ml, chleb 50g, sznycel z ryby 70g, ziemniaki 250g, buraczki 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko, ryba	Żurek z jajkiem 400ml, chleb 50g, klopsiki z ryby 70g, sos jarzynowy 100g, ziemniaki 250g, buraczki 150g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko, ryba
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser biały 60g z rzodkiewką i ziel. pietruszką, ryż na mleku 400ml. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 60g z rzodkiewką i ziel. pietruszką, sałatka warzywna 70g. Alergeny: gluten, mleko,
	Posilek nocny	Pieczyno ryżowe 25g, dżem 25g	Jogurt naturalny 150g
	Wartość odżywcza:	E: 2357 kcal, B: 101g, T: 60g w tym NKT 27g, W: 366g w tym cukry 5g, błonnik: 28g, sól: 5g	E: 2254 kcal, B: 108g, T: 68g w tym NKT 31g, W: 317g w tym cukry 2g, błonnik: 33g, sól: 6g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

Dieta Podstawowa		Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Sobota 31.05.2025	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z jajka i wędliny z rzodkiewką i szczypiorkiem 120g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajka i wędliny z rzodkiewką i szczypiorkiem 120g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny
	Obiad	Zupa ryżowa na rosole 400ml, chleb 50g, zrazy 80g, sos pieczarkowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kiszonej kapusty 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko,	Zupa ryżowa na rosole 400ml, chleb 50g, zrazy 80g, sos pieczarkowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kiszonej kapusty 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, lencz 100g, salata z ogórkiem św. 30g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, lencz 100g, salata z ogórkiem św. 30g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Posilek nocny	Batonik mleczny 1szt	Batonik mleczny 1szt
	Wartość odżywcza:	E: 2234 kcal, B: 89g, T: 78g w tym NKT 31g, W: 304g w tym cukry 2g błonnik: 24g, sól: 7g	E: 2187 kcal, B: 93g, T: 79g w tym NKT 31g, W: 288g w tym cukry 2g, błonnik: 28g, sól: 7g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.