

Jadłospis 21.09-30.09.2025

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Niedziela 21.09.2025	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, szynka wieprzowa 50g, jajko 1szt, pomidor 100g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka wieprzowa 50g, jajko 1szt, pomidor 100g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka wieprzowa 50g, jajko 1szt, pomidor 100g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 70g, sos 100g, ziemniaki 250g, kapusta z koperkiem 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posilku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 70g, sos 100g, ziemniaki 250g, kapusta z koperkiem 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posilku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 70g, sos 100g, ziemniaki 250g, kapusta z koperkiem 150g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posilku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pieczeń cesarska 100g, jarzyna gotowana 120g Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pieczeń cesarska 100g, jarzyna gotowana 120g Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pieczeń cesarska 100g, jarzyna gotowana 120g Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny
	Posilek nocny	Sok owocowy 1szt	Sok owocowy 1szt	Sok owocowy 1szt
	Wartość odżywcza:	E: 2189 kcal, B: 85g, T: 68gw tym NKT27g, W: 322g w tym cukry 7g, błonnik: 30g, sól: 7g	E: 2140kcal, B: 89g, T: 69gw tym NKT27g, W: 305g w tym cukry 7g, błonnik: 35g, sól: 7g	E: 2061kcal, B: 90g, T: 69gw tym NKT27g, W: 285g w tym cukry 7g, błonnik: 34g, sól: 7g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 22.09.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, powidło 50g, lane ciasto na mleku 400ml Alergeny: gluten, mleko, jajko.	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g powidło 50g, lane ciasto na mleku 400ml Alergeny: gluten, mleko, jajko.	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, sałatka z kalafiora z jajkiem i jogurtem 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko.
	Obiad	Zupa fasolowa 400ml, chleb 50g, makaron z filetem drobiowym i szpinakiem 300g, sos serowo-śmietanowy 100g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko, siarczyny	Zupa z zielonego groszku 400ml, chleb 50g, makaron z filetem drobiowym i szpinakiem 300g, sos serowo-śmietanowy 100g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko, siarczyny	Zupa z zielonego groszku 400ml, chleb 50g, makaron z filetem drobiowym i szpinakiem 300g, sos serowo-śmietanowy 100g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko, siarczyny
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, sałatka jarzynowa 120g z serem mozzarella 120g Alergeny: gluten, mleko,	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, sałatka jarzynowa 120g z serem mozzarella 120g Alergeny: gluten, mleko,	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, sałatka jarzynowa 120g z serem mozzarella 120g Alergeny: gluten, mleko,
	Posilek nocny	Sok warzywny 1szt	Sok warzywny 1szt	Sok warzywny 1szt
	Wartość odżywcza:	E: 2127kcal, B: 72g, T: 60g w tym NKT23g, W 336g w tym cukry13g, błonnik: 29g, sól: 10g	E: 2110kcal, B: 82g, T: 62g w tym NKT23g, W 321g w tym cukry13g, błonnik: 33g, sól: 4g	E: 2033kcal, B: 97g, T: 60g w tym NKT22g, W: 294g w tym cukry16g, błonnik: 38g, sól: 6g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Wtorek 23.09.2025	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z sera białego i jajka z papryką i zieloną pietruszką 120g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z sera białego i jajka z papryką i zieloną pietruszką 120g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z sera białego i jajka z papryką i zieloną pietruszką 120g. Alergeny: gluten, mleko, jajko		
	Obiad	Zupa flakowa 400ml, chleb 50g, potrawka drobiowa, ziemniaki 250g, ćwikła 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, potrawka drobiowa, ziemniaki 250g, ćwikła 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, potrawka drobiowa, ziemniaki 250g, ćwikła 150g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko,		
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, salceson smakowity 100g, keczup 30g. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, keczup 30g. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, keczup 30g. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny		
	Posilek nocny	Kisiel 200g	Kisiel 200g	Kisiel 200g		
	Wartość odżywcza:	E: 2216kcal, B: 95g, T: 87g w tym NKT34g, W 280g w tym cukry 13g, błonnik: 38g, sól: 6g	E: 2157kcal, B: 94g, T: 72g w tym NKT27g, W: 300g w tym cukry 13g, błonnik: 38g, sól: 7g	E: 2086kcal, B: 94g, T: 72gw tym NKT27g, W: 282g w tym cukry 13g, błonnik: 38g, sól: 7g		

Dieta Podstawowa		Dieta Łatwostrawna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Środa 24.09.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa swojska 100g, sos majonezowo-chrzanowy 70g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, gorczyca, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa swojska 100g, sos majonezowo-chrzanowy 70g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, gorczyca, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa swojska 100g, sos majonezowo-chrzanowy 70g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, gorczyca, siarczyny	
	Obiad	Zupa brokułowa 400ml, chleb 50g, klops pieczony, sos jarzynowy 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa brokułowa 400ml, chleb 50g, klops pieczony, sos jarzynowy 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa brokułowa 400ml, chleb 50g, klops pieczony, sos jarzynowy 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 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, pasta z jajek i ogórka św. z ziel.pietruszką 120g, kasza manna na mleku 400ml. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajek i ogórka św. z ziel.pietruszką 120g, kasza manna na mleku 400ml. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajek i ogórka św. z ziel.pietruszką 120g, kasza manna na mleku 400ml. Alergeny: gluten, mleko, jajko	
	Posilek nocny	Chrupki kukurydziane 1op	Chrupki kukurydziane 1op	Chrupki kukurydziane 1op	
	Wartość odżywcza:	E: 2231kcal, B: 92g, T: 86g w tym NKT32g, W285g w tym cukry 8g, błonnik: 27g, sól: 5g	E: 2160kcal, B: 96g, T: 86g w tym NKT32g, W264g w tym cukry 8g, błonnik: 32g, sól: 6g	E: 2080kcal, B: 96g, T: 86g w tym NKT32g, W: 243g w tym cukry 7g, błonnik: 32g, sól: 6g	

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Czwartek 25.09.2025	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb graham 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, mleko, siarczyny, kakao
		Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, kakao	Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, kakao		
	Obiad	Zupa pieczarkowa z l. ciastem 400ml, chleb 50g, bitka schabowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej 150g, kompot owocowy 250ml	Zupa pieczarkowa z l. ciastem 400ml, chleb 50g, bitka schabowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej 150g, kompot owocowy 250ml	Zupa pieczarkowa z l. ciastem 400ml, chleb 50g, bitka schabowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej 150g, kompot owocowy b/c 250ml	Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, mleko, jajko,
		Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: seler, mleko, jajko,	Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, mleko, jajko,		
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb graham 100g, bigos 300g. Alergeny: gluten, siarczyny	Herbata 250ml, chleb graham 100g, leczko z wędliną 300g. Alergeny: gluten, siarczyny	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, leczko z wędliną 300g. Alergeny: gluten, siarczyny	
Posilek nocny		Ciastka zbożowe 50g	Ciastka zbożowe 50g	Ciastka zbożowe 50g	
Wartość odżywcza:		E: 2282 kcal, B: 102g, T: 70g w tym NKT18g, W: 329g w tym cukry 22g, błonnik: 39g, sól: 6g	E: 2167kcal, B: 99g, T: 67g w tym NKT18g, W: 308g w tym cukry 21g, błonnik: 38g, sól: 6g	E: 2087kcal, B: 99g, T: 67g w tym NKT18g, W: 288g w tym cukry 21g, błonnik: 38g, sól: 6g	

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Piątek 26.09.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, pasta z sera białego i tuńczyka z ogórkiem św. i szczypiorkiem 120g.	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, pasta z sera białego i tuńczyka z ogórkiem św. i szczypiorkiem 120g.	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, pasta z sera białego i tuńczyka z ogórkiem św. i szczypiorkiem 120g.	Alergeny: gluten, mleko, ryby
		Alergeny: gluten, mleko, ryby	Alergeny: gluten, mleko, ryby		
	Obiad	Barszcz ukraiński 400ml, chleb g, racuszki 300g, jogurt owocowy 1szt, kompot owocowy 250ml., Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Barszcz ukraiński 400ml, chleb 50g, budyń z sera i kaszy manny 300g, jogurt owocowy 1szt, kompot owocowy 250ml., Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Barszcz ukraiński 400ml, chleb 50g, makaron z serem 250g, jogurt naturalny 1szt, kompot owocowy b/c 250ml., Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko,	Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko,
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, ser twardy 60g, sałatka z marchwi i selera 120g. Alergeny: gluten, mleko, seler	Herbata 250ml, chleb razowy 100g, ser twardy 60g, sałatka z marchwi i selera 120g. Alergeny: gluten, mleko, seler	Herbata b/c 250ml, chleb razowy 100g, ser twardy 60g, sałatka z marchwi i selera 120g. Alergeny: gluten, mleko, seler	
Posilek nocny		Buleczka drożdżowa 1szt	Buleczka drożdżowa 1szt	Buleczka drożdżowa 1szt	
Wartość odżywcza:		E: 2241kcal, B: 70g, T: 71g w tym NKT 29g, W: 344g w tym cukry 9g, błonnik: 29g, sól: 4g	E: 2241kcal, B: 70g, T: 71g w tym NKT 29g, W: 344g w tym cukry 9g, błonnik: 29g, sól: 4g	E: 2152kcal, B: 101g, T: 59g w tym NKT21g, W: 318g w tym cukry 7g, błonnik: 30g, sól: 5g	

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Sobota 27.09.2025	Śniadanie	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa zwyczajna 100g, musztarda 30g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, masło 10g, kielbasa zwyczajna 100g, musztarda 30g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa zwyczajna 100g, musztarda 30g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, potrawka wieprzowa 150g, makaron 250g, surówka z czerwonej kapusty 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, potrawka wieprzowa 150g, makaron 250g, surówka z czerwonej kapusty 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, potrawka wieprzowa 150g, makaron 250g, surówka z czerwonej kapusty 120g, kompot owocowy b/c 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, marmolada 50g, kasza jagłana na mleku 400ml. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata 250ml, chleb graham100g, masło 10g, marmolada 50g, kasza jagłana na mleku 400ml. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata b/c 250ml, chleb graham100g, masło 10g, serek ziarnisty 200g, pomidor 100g. Alergeny: gluten, mleko,
	Posilek nocny	Pieczыwo ryżowe 25g, ser topiony 17,5g	Pieczыwo ryżowe 25g, ser topiony 17,5g	Pieczыwo ryżowe 25g, ser topiony 17,5g
	Wartość odżywcza:	E: 2300kcal, B: 83g, T: 78gw tym NKT29g, W: 325g w tym cukry 6g, błonnik: 23g, sól: 5g	E: 2279kcal, B: 88g, T: 79gw tym NKT 29g, W: 315g w tym cukry 6g, błonnik: 28g, sól: 6g	E: 2100kcal, B: 103g, T: 78gw tym NKT28g, W: 262g w tym cukry 19g, błonnik: 32g, sól: 7g

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Niedziela 28.09.2025	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, szynka z indyka 100g, pomidor 100g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny.	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka z indyka 100g, pomidor 100g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny.	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka z indyka 100g, pomidor 100g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny.		
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, karczek pieczony 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, sałatka z buraczków 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, karczek pieczony 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, sałatka z buraczków 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, karczek pieczony 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, sałatka z buraczków 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, pasta z sera białego i wędliny 120g z ogórkiem św. i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z sera białego i wędliny 120g z ogórkiem św. i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z sera białego i wędliny 120g z ogórkiem św. i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny		
	Posilek nocny	Budyń 200g	Budyń 200g	Budyń 200g		
	Wartość odżywcza:	E: 2108kcal, B: 91g, T: 79g w tym NKT32g, W268g w tym cukry 5g, błonnik: 23g, sól: 7g	E: 2087kcal, B: 97g, T: 80g w tym NKT32g, W258g w tym cukry 5g, błonnik: 28g, sól: 7g	E: 2030kcal, B: 97g, T: 80g w tym NKT 32g, W: 243g w tym cukry 5g, błonnik: 29g, sól: 7g		

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 29.09.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, baleron 100g, sałatka z marchwi i cebuli 150g Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler, jajko, gorczyca	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, baleron 100g, sałatka z marchwi i cebuli 150g Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler, jajko, gorczyca		Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, baleron 100g, sałatka z marchwi i cebuli 150g Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler, jajko, gorczyca
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, pulpety 80g w sosie pieczarkowym 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 pieczarkowym 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 pieczarkowym 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, ser topiony 50g, płatki owsiane na mleku 400ml, Alergeny: gluten, mleko	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, płatki owsiane na mleku 400ml. Alergeny: gluten, mleko		Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, zupa jarzynowa 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler,
	Posilek nocny	Chrupki 1op	Chrupki 1op		Chrupki 1op
	Wartość odżywcza:	E: 2136kcal, B: 74g, T: 75g w tym NKT25g, W305g w tym cukry 10g, błonnik: 31g, sól: 6g	E: 2112kcal, B: 79g, T: 76g w tym NKT26g, W: 294g w tym cukry 10g, błonnik: 37g, sól: 6g		E: 2073kcal, B: 82g, T: 77g w tym NKT26g, W: 280g w tym cukry12g, błonnik: 40g, sól: 7g

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Wtorek 30.09.2025	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 80g ze śmietaną, pomidorem i ziel. pietruszką Alergeny: gluten, mleko,	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 80g ze śmietaną, pomidorem i ziel. pietruszką Alergeny: gluten, mleko,		Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 80g ze śmietaną, pomidorem i ziel. pietruszką Alergeny: gluten, mleko,
	Obiad	Zupa ziemniaczana z czosnkiem 400ml, chleb 50g, wątroba panierowana 100g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa ziemniaczana z czosnkiem 400ml, chleb 50g, wątroбка drobiowa w sosie 120g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko		Zupa ziemniaczana z czosnkiem 400ml, chleb 50g, wątroбка drobiowa w sosie 120g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, lencz 100g,sałatka z buraczków i selera 120g, Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, lencz 100g,sałatka z buraczków i selera 120g. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny		Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, lencz 100g,sałatka z buraczków i selera 120g. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny
	Posilek nocny	Sok owocowy 1szt	Sok owocowy 1szt		Sok owocowy 1szt
	Wartość odżywcza:	E: 2194kcal, B: 80g, T: 81g w tym NKT28g, W 297g w tym cukry13g, błonnik: 24g, sól: 5g	E: 2146kcal, B: 85g, T: 81g w tym NKT 28g, W: 281g w tym cukry13g, błonnik: 29g, sól: 5g		E: 2066kcal, B: 85g, T: 81g w tym NKT28g, W: 261g w tym cukry13g, błonnik: 29g, sól: 5g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.