

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2026-04-01 środa	D01 dieta podstawowa	kasza kukurydziana na mleku 220 ml ( <u>MLE,</u> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) udziec indyczy w galarecie 70 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> ) pomidor 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata 200 ml	mandarynka 60 g	kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 300 ml ( <u>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> <u>może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u> ) racuchy pieczone 2 szt 180 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) jogurt owocowy 1 szt ( <u>MLE,</u> ) kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> ) jajko gotowane 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) ogórek świeży 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	talatki orkiszowe 15g 1 szt ( <u>GLU,</u> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 941,7</b> <b>Białko ogółem [g] 78,6</b> <b>Tłuszcz [g] 64,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 284,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 19,3</b> <b>Sód [mg] 2 618,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1</b> <b>suma cukrów prostych [g] 60,1</b>
	D02 dieta łatwostrawna	kasza kukurydziana na mleku 220 ml ( <u>MLE,</u> ) chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <u>GLU,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) udziec indyczy w galarecie 70 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> ) pomidor 1 porcja 50 g mus owocowy 1 szt herbata 200 ml	jabłko pieczone 200 g	zupa grysikowa 300 ml ( <u>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> ) racuchy pieczone 2 szt 180 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) jogurt owocowy 1 szt ( <u>MLE,</u> ) kompot owocowy 200 ml		chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <u>GLU,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) pasta z jajka i twarogu 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	talatki orkiszowe 15g 1 szt ( <u>GLU,</u> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 162,1</b> <b>Białko ogółem [g] 80,2</b> <b>Tłuszcz [g] 57,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 325,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,5</b> <b>Sód [mg] 1 807,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4</b> <b>suma cukrów prostych [g] 69,4</b>

## Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-01 środa	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z makaronem drobnym 300 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ.</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) udziec indyczy w galarecie 70 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> ) pomidor 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata 200 ml	jabłka deserowe 180 g	kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 300 ml ( <u>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) gulasz drobiowy 120 g ( <u>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) kasza jęczmienna (2 gałki) 130 g ( <u>GLU, MLE.</u> ) surówka z selera i jabłka 120 g ( <u>SEL.</u> ) kompot owocowy 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ.</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) jajko gotowane 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) ogórek świeży 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g ( <u>GLU, SEZ.</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) herbata 200 ml	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 011,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 88,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 65,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 289,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 39,9 <b>Sód [mg]</b> 3 922,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33,4 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 37,3
	C01 dieta połączona podstawowa	kasza kukurydziana na mleku 220 ml ( <u>MLE.</u> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ.</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) udziec indyczy w galarecie 70 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> ) pomidor 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata 200 ml	mandarynka 60 g	zupa grysikowa 300 ml ( <u>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) racuchy pieczone 2 szt 180 g ( <u>GLU, JAJ, MLE.</u> ) jogurt owocowy 1 szt ( <u>MLE.</u> ) kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ.</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) jajko gotowane 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) ogórek świeży 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	talatki orkiszowe 15g 1 szt ( <u>GLU.</u> ) skyr owocowy 330 ml 1 szt ( <u>MLE.</u> )	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 254,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 100,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 325,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 19 <b>Sód [mg]</b> 2 245,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 57,4

## Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-02 czwartek	D01 dieta podstawowa	kasza jęczmienna na mleku 220 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pasztet drobiowy, pieczony 80 g ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b> ) ogórek kiszony 1 porcja 80 g rzodkiewka 1 porcja 50 g herbata z cukrem 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	zupa pieczarkowa z makaronem 300 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) filet drobiowy w sosie paprykowo-pomidorowy m 150 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE,</b> ) brokuł gotowany 150 g ( <b>MLE,</b> ) kompot owocowy 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kiełbasa szynkowa z bobrownik 50 g Sałatka z roszponki i pomidorów koktajlowych 50 g herbata z cukrem 200 ml	jabłka deserowe 180 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 014,7 <b>Białko</b> ogółem [g] 96,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 67 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 278,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 28,6 <b>Sód</b> [mg] 4 325,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 26,9 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 58,6
	D02 dieta łatwostrawna	kasza jęczmienna na mleku 220 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <b>GLU,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pasztet drobiowy, pieczony 80 g ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g Herbatniki BeBe 1 szt ( <b>GLU, MLE, SO2, może zawierać: OZI,</b> ) herbata z cukrem 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	zupa jarzynowa z makaronem na diet (SW) 300 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) filet drobiowy gotowany 100 g sos koperkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE,</b> ) brokuł gotowany 150 g ( <b>MLE,</b> ) kompot owocowy 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <b>GLU,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kiełbasa szynkowa z bobrownik 50 g Sałatka z roszponki i pomidorów koktajlowych 50 g herbata z cukrem 200 ml	jabłka deserowe 180 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 173,7 <b>Białko</b> ogółem [g] 97,3 <b>Tłuszcz</b> [g] 64,8 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 292,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 27,3 <b>Sód</b> [mg] 4 355 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 25,5 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 58,3

## Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-02 czwartek	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z kaszą jęczmienną 300 ml ( <b>GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pasztet drobiowy, pieczony 80 g ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b> ) ogórek kiszony 1 porcja 80 g rzodkiewka 1 porcja 50 g herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	zupa pieczarkowa z makaronem 300 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) filet drobiowy w sosie paprykowo-pomidorowy m 150 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE,</b> ) brokuł gotowany 150 g ( <b>MLE,</b> ) kompot owocowy 200 ml	jabłka deserowe 180 g	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kiełbasa szynkowa z bobrownik 50 g Sałatka z roszponki i pomidorów koktajlowych 50 g herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) herbata 200 ml	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 047,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 94,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 72,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 281,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33,7 <b>Sód [mg]</b> 4 227,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 29,7
	C01 dieta połączona podstawowa	kasza jęczmienna na mleku 220 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pasztet drobiowy, pieczony 80 g ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b> ) ogórek kiszony 1 porcja 80 g rzodkiewka 1 porcja 50 g herbata z cukrem 200 ml	jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLE,</b> )	zupa jarzynowa z makaronem na diet (SW) 300 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) filet drobiowy w sosie paprykowo-pomidorowy m 150 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE,</b> ) brokuł gotowany 150 g ( <b>MLE,</b> ) kompot owocowy 200 ml	jabłka deserowe 180 g	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kiełbasa szynkowa z bobrownik 50 g serek kiri kiri 17 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Sałatka z roszponki i pomidorów koktajlowych 50 g herbata z cukrem 200 ml	jabłka deserowe 180 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 035,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 90,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 68,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 289,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,6 <b>Sód [mg]</b> 4 510,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 25,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 68,1

2026-04-03 piątek	D01 dieta podstawowa	kasza manna na mleku 220 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata 200 ml	mus owocowy 1 szt	zupa krem z dyni z ziemniakami (M) 300 ml ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ryż zapiekany z jabłkami 300 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ,</b> ) jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) sałatka śledziowa 100 g ( <b>JAJ, RYB, MLE, GOR, może zawierać: JAJ,</b> ) Serek Almette 30 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) papryka 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 135,6</b> <b>Białko ogółem [g] 68,3</b> <b>Tłuszcz [g] 76,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 317,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 24,6</b> <b>Sód [mg] 2 608,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34</b> <b>suma cukrów prostych [g] 57,9</b>
	D02 dieta łatwostrawna	kasza manna na mleku 220 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <b>GLU,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	mus owocowy 1 szt	zupa krem z dyni z ziemniakami (M) 300 ml ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ryż zapiekany z jabłkami 300 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ,</b> ) jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kompot owocowy 200 ml		chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <b>GLU,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pasta z jajka i ryby 80 g ( <b>JAJ, RYB,</b> ) Serek Almette 30 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 135,4</b> <b>Białko ogółem [g] 79,9</b> <b>Tłuszcz [g] 58,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 312,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 22,7</b> <b>Sód [mg] 2 610,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3</b> <b>suma cukrów prostych [g] 54,8</b>

2026-04-03 piątek	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z kaszą manną 300 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata 200 ml	jabłka deserowe 180 g	zupa krem z dyni z ziemniakami (M) 300 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u> ) rizotto jarzynowe z soczewicą 300 g ( <u>SEL,</u> ) sos pomidorowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u> ) fasolka szparagowa gotowana 150 g ( <u>MLE,</u> ) kompot owocowy 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) sałatka śledziowa 100 g ( <u>JAJ, RYB, MLE, GOR, może zawierać: JAJ,</u> ) Serek Almette 30 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) papryka 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) herbata 200 ml	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 219,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 74,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 82,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 327,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,5 <b>Sód [mg]</b> 3 068,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 41,4
	C01 dieta połoźnicza podstawowa	kasza manna na mleku 220 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata 200 ml	mus owocowy 1 szt	zupa krem z dyni z ziemniakami (M) 300 ml ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u> ) ryż zapiekany z jabłkami 300 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ,</u> ) jogurt owocowy 1 szt ( <u>MLE,</u> ) kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) pasta z jajka i ryby 80 g ( <u>JAJ, RYB,</u> ) Serek Almette 30 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) papryka 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 1 991 <b>Białko ogółem [g]</b> 75,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 59,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 311 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,5 <b>Sód [mg]</b> 2 619 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 54,6

## Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-04 sobota	D01 dieta podstawowa	makaron drobny na mleku 220 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) chałka pszenna 4 kromki 100 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) dżem 2 szt 50 g kiwi 80 g kawa zbożowa 200 ml ( <u>GLU, MLE,</u> )	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	żurek z jajkiem 300 ml ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u> ) pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU, JAJ,</u> ) sos pomidorowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <u>MLE,</u> ) surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 120 g kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Pasta śródziemnomorska 80 g ( <u>MLE,</u> ) ogórek kiszony 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml	jabłka deserowe 180 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 090,7</b> <b>Białko ogółem [g] 86,5</b> <b>Tłuszcz [g] 68,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 294,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 23,4</b> <b>Sód [mg] 3 927,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1</b> <b>suma cukrów prostych [g] 90,4</b>
	D02 dieta łatwostrawna	makaron drobny na mleku 220 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) chałka pszenna 4 kromki 100 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) dżem 2 szt 50 g jabłko pieczone 200 g kawa zbożowa 200 ml ( <u>GLU, MLE,</u> )	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	żurek z jajkiem 300 ml ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u> ) pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU, JAJ,</u> ) sos pomidorowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <u>MLE,</u> ) jarzyna duszona 120 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) kompot owocowy 200 ml		chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <u>GLU,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) ser biały śniadaniowy 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	jabłka deserowe 180 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 197,1</b> <b>Białko ogółem [g] 86,4</b> <b>Tłuszcz [g] 73,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 296,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 26,1</b> <b>Sód [mg] 3 774,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6</b> <b>suma cukrów prostych [g] 90,3</b>

## Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-04 sobota	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z makaronem drobnym 300 ml ( <b>GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ.</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) ogórki świeże 50 g papryka 1 porcja 50 g herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	żurek z jajkiem 300 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.</b> ) pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU, JAJ.</b> ) sos pomidorowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.</b> ) ziemniaki z wody 220 g surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 120 g kompot owocowy 200 ml	jabłka deserowe 180 g	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ.</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta śródziemnomorska 80 g ( <b>MLE.</b> ) ogórek kiszony 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g ( <b>GLU, SEZ.</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) herbata 200 ml	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 029,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 90,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 72,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 282,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,4 <b>Sód [mg]</b> 4 412,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 36 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 38,8
	C01 dieta połączona podstawowa	makaron drobny na mleku 220 ml ( <b>GLU, MLE.</b> ) chałka pszenna 4 kromki 100 g ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) dżem 2 szt 50 g kiwi 80 g kawa zbożowa 200 ml ( <b>GLU, MLE.</b> )	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	żurek z jajkiem 300 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.</b> ) pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU, JAJ.</b> ) sos pomidorowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE.</b> ) surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 120 g kompot owocowy 200 ml	jabłka deserowe 180 g	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ.</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta śródziemnomorska 80 g ( <b>MLE.</b> ) ogórek kiszony 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml	jabłka deserowe 180 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 090,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 86,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 68,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 294,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,4 <b>Sód [mg]</b> 3 927,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 90,4

2026-04-05 niedziela	D01 dieta podstawowa	<p>płatki jęczmienne na mleku 220 ml (<u>GLU, MLE,</u>)  chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>)  Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>)  jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ,</u>)  kielbasa swojska (1 porcja) 70 g  pomidor 1 porcja 80 g  herbata 200 ml</p>	ciasto 60 g	<p>zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>)  kotlet drobiowy w płatkach kukurydzianych, pieczony 100 g (<u>JAJ, OZI, ORZ, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u>)  ziemniaki gotowane 220 g (<u>MLE,</u>)  sałatka z buraków 150 g  kompot owocowy 200 ml</p>	<p>chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>)  Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>)  kurczak z bobrownik 50 g  serek kiri kiri 17 g 1 szt (<u>MLE,</u>)  sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>)  herbata z cukrem i cytryną 200 ml</p>	pomarańcz 150 g	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 031,5</b>  <b>Białko ogółem [g] 96,5</b>  <b>Tłuszcz [g] 73,7</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 273,2</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 28</b>  <b>Sód [mg] 3 745,1</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5</b>  <b>suma cukrów prostych [g] 56</b></p>
	D02 dieta łatwosstrawna	<p>płatki jęczmienne na mleku 220 ml (<u>GLU, MLE,</u>)  chleb pszenny 3 kromki 100 g (<u>GLU,</u>)  Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>)  jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ,</u>)  kielbasa krakowska sucha 50 g  pomidor 1 porcja 80 g  herbata 200 ml</p>	ciasto 60 g	<p>zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>)  kotlet drobiowy w płatkach kukurydzianych, pieczony 100 g (<u>JAJ, OZI, ORZ, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u>)  ziemniaki gotowane 220 g (<u>MLE,</u>)  sałatka z buraków 150 g  kompot owocowy 200 ml</p>	<p>chleb pszenny 3 kromki 100 g (<u>GLU,</u>)  Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>)  kurczak z bobrownik 50 g  serek kiri kiri 17 g 1 szt (<u>MLE,</u>)  sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>)  herbata z cukrem i cytryną 200 ml</p>	pomarańcz 150 g	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 070,2</b>  <b>Białko ogółem [g] 98,6</b>  <b>Tłuszcz [g] 62,3</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 273,6</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 27</b>  <b>Sód [mg] 3 284,5</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8</b>  <b>suma cukrów prostych [g] 56</b></p>

## Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-05 niedziela	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z płatkami jęczmiennymi 300 ml ( <b>GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) kielbasa krakowska sucha 50 g pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	talatki orkiszowe 15g 1 szt ( <b>GLU,</b> ) sok warzywny 1 szt	zupa pomidorowa z ryżem 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) kotlet drobiowy w płatkach kukurydzianych, pieczony 100 g ( <b>JAJ, OZI, ORZ, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml	grejpfrut 180 g	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kurczak z bobrownik 50 g serek kiri kiri 17 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b> ) herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) herbata 200 ml	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 081,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 94,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 68,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 304,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 34,9 <b>Sód [mg]</b> 3 620,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 26,6 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 44
	C01 dieta połączona podstawowa	płatki jęczmienne na mleku 220 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) kielbasa krakowska sucha 50 g pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	ciasto 60 g	zupa pomidorowa z ryżem 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) kotlet drobiowy w płatkach kukurydzianych, pieczony 100 g ( <b>JAJ, OZI, ORZ, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kurczak z bobrownik 50 g serek kiri kiri 17 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b> ) herbata z cukrem i cytryną 200 ml	pomarańcz 150 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 1 925,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 94,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 63,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 271,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28 <b>Sód [mg]</b> 3 297,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,4 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 56

## Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-06 poniedziałek	D01 dieta podstawowa	<p>płatki kukurydziane na mleku 220 ml (<u>OZI</u>, <u>MLE</u>, <u>ORZ</u>,)</p> <p>chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU</u>, <u>SEZ</u>,)</p> <p>Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE</u>,)</p> <p>kielbasa szynkowa z bobrownik 50 g</p> <p>papryka 1 porcja 80 g</p> <p>Serek Almette 30 g 1 szt (<u>MLE</u>,)</p> <p>herbata z cukrem i cytryną 200 ml</p>	<p>Ciasteczka Kupiec 50g 1 szt (<u>GLU</u>, <u>SOJ</u>,)</p>	<p>rosół z makaronem nitki 300 ml (<u>GLU</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>GOR</u>,)</p> <p>bitka schabowa w sosie własnym 120 g (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,)</p> <p>ziemniaki gotowane 220 g (<u>MLE</u>,)</p> <p>surówka Coleslaw 150 g</p> <p>kompot owocowy 200 ml</p>	<p>chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU</u>, <u>SEZ</u>,)</p> <p>Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE</u>,)</p> <p>szynka z kotła 50 g</p> <p>ser mozzarella 60 g 60 g (<u>MLE</u>,)</p> <p>pomidor 1 porcja 80 g</p> <p>herbata z cukrem i cytryną 200 ml</p>	mandarynka 60 g	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 063,9</p> <p><b>Białko ogółem [g]</b> 93</p> <p><b>Tłuszcz [g]</b> 71,8</p> <p><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 284,6</p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,7</p> <p><b>Sód [mg]</b> 3 531,2</p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33</p> <p><b>suma cukrów prostych [g]</b> 51,8</p>
	D02 dieta łatwostrawna	<p>płatki kukurydziane na mleku 220 ml (<u>OZI</u>, <u>MLE</u>, <u>ORZ</u>,)</p> <p>chleb pszenny 3 kromki 100 g (<u>GLU</u>,)</p> <p>Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE</u>,)</p> <p>kielbasa szynkowa z bobrownik 50 g</p> <p>pomidor 1 porcja 80 g</p> <p>Serek Almette 30 g 1 szt (<u>MLE</u>,)</p> <p>herbata z cukrem i cytryną 200 ml</p>	<p>Ciasteczka Kupiec 50g 1 szt (<u>GLU</u>, <u>SOJ</u>,)</p> <p>jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE</u>,)</p>	<p>rosół z makaronem nitki 300 ml (<u>GLU</u>, <u>SEL</u>, <u>może zawierać: GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>GOR</u>,)</p> <p>bitka schabowa w sosie własnym 120 g (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,)</p> <p>ziemniaki gotowane 220 g (<u>MLE</u>,)</p> <p>surówka Coleslaw 150 g</p> <p>kompot owocowy 200 ml</p>	<p>chleb pszenny 3 kromki 100 g (<u>GLU</u>,)</p> <p>Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE</u>,)</p> <p>szynka z kotła 50 g</p> <p>ser mozzarella 60 g 60 g (<u>MLE</u>,)</p> <p>pomidor 1 porcja 80 g</p> <p>herbata z cukrem i cytryną 200 ml</p>	mandarynka 60 g	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 314,3</p> <p><b>Białko ogółem [g]</b> 101</p> <p><b>Tłuszcz [g]</b> 72,9</p> <p><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 304,4</p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,3</p> <p><b>Sód [mg]</b> 3 593,1</p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,6</p> <p><b>suma cukrów prostych [g]</b> 59,1</p>

## Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-06 poniedziałek	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z kaszą jaglaną 300 ml ( <u>SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ.</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) kielbasa szynkowa z bobrownik 50 g Serek Almette 30 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) papryka 1 porcja 80 g herbata 200 ml	jabłka deserowe 180 g	rosół z makaronem nitki 300 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) bitka schabowa w sosie własnym 120 g ( <u>GLU, MLE.</u> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <u>MLE.</u> ) surówka Coleslaw 150 g kompot owocowy 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ.</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) szynka z kotła 50 g ser mozzarella 60 g 60 g ( <u>MLE.</u> ) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g ( <u>GLU, SEZ.</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) herbata 200 ml	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 1 969,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 93,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 71,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 271,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,4 <b>Sód [mg]</b> 3 247,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 36,7 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 34,5
	C01 dieta położnicza podstawowa	płatki kukurydziane na mleku 220 ml ( <u>OZI, MLE, ORZ.</u> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ.</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) kielbasa szynkowa z bobrownik 50 g papryka 1 porcja 80 g Serek Almette 30 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) herbata z cukrem i cytryną 200 ml	Ciasteczka Kupiec 50g 1 szt ( <u>GLU, SOJ.</u> ) jogurt owocowy 1 szt ( <u>MLE.</u> )	rosół z makaronem nitki 300 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) bitka schabowa w sosie własnym 120 g ( <u>GLU, MLE.</u> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <u>MLE.</u> ) surówka Coleslaw 150 g kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ.</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) szynka z kotła 50 g ser mozzarella 60 g 60 g ( <u>MLE.</u> ) pomidor 1 porcja 80 g herbata z cukrem i cytryną 200 ml	mandarynka 60 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 176,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 97,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 74 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 304,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,7 <b>Sód [mg]</b> 3 601,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,4 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 60,1

## Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-07 wtorek	D01 dieta podstawowa	<p>płatki owsiane błyskawiczne na mleku 220 ml (<u>GLU, MLE,</u>)  chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>)  Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>)  udziec indyczy w galarecie 70 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>)  ser topiony 25g 1 szt (<u>MLE,</u>)  ogórek kiszony 1 porcja 50 g  herbata z cukrem 200 ml</p>	<p>jabłko suszone plastry 1 szt</p>	<p>zupa fasolowa z chlebem graham (2 kromki) podstawowa (SW) 300 ml (<u>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u>)  makaron ze szpinakiem i serem 250 g (<u>GLU, MLE,</u>)  jabłka deserowe 180 g  kompot owocowy 200 ml</p>		<p>chleb graham 4 kromki 100 g (<u>GLU, SEZ,</u>)  Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>)  ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>)  dżem 1/1 25 g 1 szt  pomidor 1 porcja 80 g  herbata 200 ml</p>	<p>mus owocowy 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 199,2</b>  <b>Białko ogółem [g] 88</b>  <b>Tłuszcz [g] 61,2</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 356</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 37,9</b>  <b>Sód [mg] 3 266</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9</b>  <b>suma cukrów prostych [g] 55,5</b></p>
	D02 dieta łatwosstrawna	<p>płatki owsiane błyskawiczne na mleku 220 ml (<u>GLU, MLE,</u>)  chleb pszenny 3 kromki 100 g (<u>GLU,</u>)  Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>)  udziec indyczy w galarecie 70 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>)  ser topiony 25g 1 szt (<u>MLE,</u>)  pomidor 1 porcja 80 g  herbata z cukrem 200 ml</p>	<p>jabłko suszone plastry 1 szt</p>	<p>zupa grysikowa 300 ml (<u>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>)  makaron ze szpinakiem i serem 250 g (<u>GLU, MLE,</u>)  jabłka deserowe 180 g  kompot owocowy 200 ml</p>		<p>chleb pszenny 3 kromki 100 g (<u>GLU,</u>)  Masło MAŁE 10 g 1 szt (<u>MLE,</u>)  ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>)  dżem 1/1 25 g 1 szt  pomidor 1 porcja 80 g  herbata 200 ml</p>	<p>mus owocowy 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 099,4</b>  <b>Białko ogółem [g] 77,3</b>  <b>Tłuszcz [g] 59</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 304,9</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 25,7</b>  <b>Sód [mg] 2 532,7</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1</b>  <b>suma cukrów prostych [g] 55,7</b></p>

## Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-07 wtorek	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z płatkami owsianymi błyskawicznymi 300 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) udziec indyczy w galarecie 70 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> ) ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata 200 ml	grejfrut 180 g	zupa fasolowa z chlebem graham (2 kromki) podstawowa (SW) 300 ml ( <u>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u> ) makaron ze szpinakiem i serem 250 g ( <u>GLU, MLE,</u> ) jabłka deserowe 180 g kompot owocowy 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> ) serek Almette 1 szt 30 g ( <u>MLE,</u> ) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) herbata 200 ml	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 337,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 95,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 75,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 359,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 42 <b>Sód [mg]</b> 3 257,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 39,8 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 41,4
	C01 dieta połoźnicza podstawowa	płatki owsiane błyskawiczne na mleku 220 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) udziec indyczy w galarecie 70 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> ) ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata z cukrem 200 ml	jabłko suszone plastry 1 szt skyr owocowy 330 ml 1 szt ( <u>MLE,</u> )	zupa grysikowa 300 ml ( <u>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u> ) makaron ze szpinakiem i serem 250 g ( <u>GLU, MLE,</u> ) jabłka deserowe 180 g kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> ) dżem 1/1 25 g 1 szt pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	mus owocowy 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 203,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 94,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 64,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 332,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26 <b>Sód [mg]</b> 2 890,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 30,8 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 53,6

2026-04-08 środa	D01 dieta podstawowa	ryż na mleku 220 ml ( <u>MLE.</u> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ.</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) parówka 1 szt. + ketchup 1 szt. 80 g ( <u>SOJ, SEL.</u> ) twarożek z rzodkiewką 50 g ( <u>MLE.</u> ) ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata 200 ml	banan 200 g	krupnik z kaszą jęczmienną podstawowa 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL.</u> ) sznyceł drobiowy, pieczony 100 g ( <u>GLU, JAJ.</u> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <u>MLE.</u> ) surówka z kapusty włoskiej z oliwą 150 g kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ.</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta warzywna z jabłkiem i cebulą 60 g ( <u>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</u> ) ogórek kiszony 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 143,3 <b>Białko</b> ogółem [g] 86,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 72,3 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 309 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 33,9 <b>Sód</b> [mg] 4 145,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 30,4 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 67,2
	D02 dieta łatwosstrawna	ryż na mleku 220 ml ( <u>MLE.</u> ) chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <u>GLU.</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) parówka 1 szt. + ketchup 1 szt. 80 g ( <u>SOJ, SEL.</u> ) twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	banan 200 g	krupnik z kaszą jęczmienną diety (SW) 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) sznyceł drobiowy, pieczony 100 g ( <u>GLU, JAJ.</u> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <u>MLE.</u> ) jarzyna duszona 120 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) kompot owocowy 200 ml		chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <u>GLU.</u> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) udziec indyczy w galarecie 70 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> ) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 227,4 <b>Białko</b> ogółem [g] 91,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 73 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 292,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 31,9 <b>Sód</b> [mg] 3 851,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 31,7 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 66,2

## Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-08 środa	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z ryżem 300 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać:</u> <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u> <u>GOR</u> ,) chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ</u> ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE</u> ,) parówka 1 szt. + ketchup 1 szt. 80 g ( <u>SOJ, SEL</u> ,) twarożek z rzodkiewką 50 g ( <u>MLE</u> ,) ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata 200 ml	koktajl truskawkowy na jogurcie 150 ml ( <u>MLE</u> ,)	krupnik z kaszą jęczmienną podstawowa 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ,) sznyceł drobiowy, pieczony 100 g ( <u>GLU,</u> <u>JAJ</u> ,) ziemniaki gotowane 220 g ( <u>MLE</u> ,) surówka z kapusty włoskiej z oliwą 150 g kompot owocowy 200 ml	jabłka deserowe 180 g	chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ</u> ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE</u> ,) Pasta warzywna z jabłkiem i cebulą 60 g ( <u>GLU, OZI, SOJ, ORZ,</u> <u>SEL, GOR, SEZ, ŁUB</u> ,) ogórek kiszony 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g ( <u>GLU, SEZ</u> ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE</u> ,) herbata 200 ml	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 134,1 Białko ogółem [g] 80,3 Tłuszcz [g] 76,9 Węglowodany ogółem [g] 307,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 Sód [mg] 4 178,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 suma cukrów prostych [g] 41,5</b>
	C01 dieta połoźnicza podstawowa	ryż na mleku 220 ml ( <u>MLE</u> ,) chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ</u> ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE</u> ,) parówka 1 szt. + ketchup 1 szt. 80 g ( <u>SOJ, SEL</u> ,) twarożek z rzodkiewką 50 g ( <u>MLE</u> ,) ogórek świeży 1 porcja 80 g herbata 200 ml	banan 200 g	krupnik z kaszą jęczmienną podstawowa 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ,) sznyceł drobiowy, pieczony 100 g ( <u>GLU,</u> <u>JAJ</u> ,) ziemniaki gotowane 220 g ( <u>MLE</u> ,) surówka z kapusty włoskiej z oliwą 150 g kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g ( <u>GLU, SEZ</u> ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <u>MLE</u> ,) udziec indyczy w galarecie 70 g ( <u>SOJ,</u> <u>MLE, SEL</u> ,) ogórek kiszony 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ,)	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 088 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 72,6 Węglowodany ogółem [g] 288,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 Sód [mg] 3 944 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 suma cukrów prostych [g] 63,9</b>

## Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-09 czwartek	D01 dieta podstawowa	kasza jęczmienna na mleku 220 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) ser mozzarella 60 g 60 g ( <b>MLE,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	zupa krem z cukini z ryżem (M) 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) udko pieczone 150 g ( <b>SOJ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kiełbasa szynkowa z bobrownik 50 g papryka 1 porcja 50 g ogórek świeży 1 porcja 50 g herbata 200 ml	jabłka deserowe 180 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 087,9 <b>Białko</b> ogółem [g] 102,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 78,4 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 267,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 29,6 <b>Sód</b> [mg] 3 190,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 34,1 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 50,4
	D02 dieta łatwosstrawna	kasza jęczmienna na mleku 220 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <b>GLU,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) ser mozzarella 60 g 60 g ( <b>MLE,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	zupa krem z cukini z ryżem (M) 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) udko pieczone 150 g ( <b>SOJ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml		chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <b>GLU,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kiełbasa szynkowa z bobrownik 50 g pomidor 1 porcja 80 g mus owocowy 1 szt herbata 200 ml	jabłka deserowe 180 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 291,8 <b>Białko</b> ogółem [g] 106,9 <b>Tłuszcz</b> [g] 77,7 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 284 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 29,8 <b>Sód</b> [mg] 3 183,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 34,4 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 50

## Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-09 czwartek	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z kaszą jęczmienną 300 ml ( <b>GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) ser mozzarella 60 g 60 g ( <b>MLE,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	zupa krem z cukini z ryżem (M) 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) udko pieczone 150 g ( <b>SOJ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ziemniaki z wody 220 g sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml	jabłka deserowe 180 g	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kiełbasa szynkowa z bobrownik 50 g papryka 1 porcja 50 g ogórek świeży 1 porcja 50 g herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) herbata 200 ml	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 128,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 100,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 75,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 290,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 34,7 <b>Sód [mg]</b> 3 275,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 41,4
	C01 dieta położnicza podstawowa	kasza jęczmienna na mleku 220 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) ser mozzarella 60 g 60 g ( <b>MLE,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	zupa krem z cukini z ryżem (M) 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) udko pieczone 150 g ( <b>SOJ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml	jabłka deserowe 180 g	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) kiełbasa szynkowa z bobrownik 50 g papryka 1 porcja 50 g ogórek świeży 1 porcja 50 g herbata 200 ml	jabłka deserowe 180 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 087,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 102,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 78,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 267,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,6 <b>Sód [mg]</b> 3 190,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 50,4

## Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-10 piątek	D01 dieta podstawowa	kasza kukurydziana na mleku 220 ml ( <b>MLE,</b> ) bułka maślana 90g 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) miód 2 szt 50 g Herbatniki BeBe 1 szt ( <b>GLU, MLE, SO2, może zawierać: OZI,</b> ) kakao 200 ml ( <b>MLE, może zawierać: MLE,</b> )	banan 200 g	kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami i chlebem (2 kromki) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ryba panierowana, pieczona 90 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE,</b> ) marchewka z groszkiem 150 g ( <b>MLE,</b> ) kompot owocowy 200 ml	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) rzodkiewka 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	talatki orkiszowe 15g 1 szt ( <b>GLU,</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 280,7</b> <b>Białko ogółem [g] 78,8</b> <b>Tłuszcz [g] 69,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 354,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 27,5</b> <b>Sód [mg] 3 213,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9</b> <b>suma cukrów prostych [g] 82,9</b>
	D02 dieta łatwostrawna	kasza kukurydziana na mleku 220 ml ( <b>MLE,</b> ) bułka maślana 90g 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) miód 2 szt 50 g Herbatniki BeBe 1 szt ( <b>GLU, MLE, SO2, może zawierać: OZI,</b> ) kakao 200 ml ( <b>MLE, może zawierać: MLE,</b> )	banan 200 g	zupa krem z selera z jabłkiem z grzankami 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ) ryba panierowana, pieczona 90 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE,</b> ) marchewka gotowana 150 g ( <b>MLE,</b> ) kompot owocowy 200 ml	chleb pszenny 3 kromki 100 g ( <b>GLU,</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) pomidor 1 porcja 80 g Herbatniki BeBe 1 szt ( <b>GLU, MLE, SO2, może zawierać: OZI,</b> ) herbata 200 ml	talatki orkiszowe 15g 1 szt ( <b>GLU,</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 331,9</b> <b>Białko ogółem [g] 77,1</b> <b>Tłuszcz [g] 69,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 348,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 26,6</b> <b>Sód [mg] 2 790,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6</b> <b>suma cukrów prostych [g] 86,5</b>

## Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-10 piątek	D03 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z makaronem drobnym 300 ml ( <b>GLU, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.</b> ) chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ.</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) papryka 1 porcja 50 g pomidor 1 porcja 50 g herbata 200 ml	jabłka deserowe 180 g	kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami i chlebem (2 kromki) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.</b> ) ryba panierowana, pieczona 90 g ( <b>GLU, JAJ, RYB.</b> ) ziemniaki z wody 220 g marchewka z groszkiem 150 g ( <b>MLE.</b> ) kompot owocowy 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ.</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) pomidor 1 porcja 80 g rzodkiewka 1 porcja 50 g herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g ( <b>GLU, SEZ.</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) herbata 200 ml	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 077,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 86,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 74,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 301,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 34,8 <b>Sód [mg]</b> 3 772,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,6 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 35,7
	C01 dieta połączona podstawowa	kasza kukurydziana na mleku 220 ml ( <b>MLE.</b> ) bułka maślana 90g 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) miód 2 szt 50 g Herbatniki BeBe 1 szt ( <b>GLU, MLE, SO2, może zawierać: OZI.</b> ) kakao 200 ml ( <b>MLE, może zawierać: MLE.</b> )	banan 200 g	zupa krem z selera z jabłkiem z grzankami 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR.</b> ) ryba panierowana, pieczona 90 g ( <b>GLU, JAJ, RYB.</b> ) ziemniaki gotowane 220 g ( <b>MLE.</b> ) marchewka z groszkiem 150 g ( <b>MLE.</b> ) kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g ( <b>GLU, SEZ.</b> ) Masło MAŁE 10 g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) pomidor 1 porcja 80 g rzodkiewka 1 porcja 50 g herbata 200 ml	talatki orkiszowe 15g 1 szt ( <b>GLU.</b> ) jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLE.</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 330,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 79,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 70,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 360,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,5 <b>Sód [mg]</b> 2 840,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27,4 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 95,4

### **Oznaczenia alergenów:**

- GLU* - Zboża zawierające gluten,
- SKR* - Skorupiaki i pochodne,
- JAJ* - Jaja i pochodne,
- RYB* - Ryby i pochodne,
- OZI* - Orzeszki ziemne i pochodne,
- SOJ* - Soja i pochodne,
- MLE* - Mleko i pochodne,
- ORZ* - Orzechy,
- SEL* - Seler i pochodne,
- GOR* - Gorczyca i pochodne,
- SEZ* - Nasiona sezamu i pochodne,
- SO2* - Dwutlenek siarki, siarczyny,
- ŁUB* - Łubin i pochodne,
- MCK* - Mięczaki i pochodne,