

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025.05.11 niedziela	(1)Dieta podstawowa	herbata z cytryną,pieczywo,masło(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE.</u>) południca sopocka 50 g (<u>SOJ.</u>) sałata ziel. 10 g pomidory 50 g ogórki 50 g jabłka. 180 g jogur owocowy 1 szt (<u>MLE.</u>)	zupa pejzanka(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, SEL.</u>) gulasz drob. duszony z pieczarkami(1) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL.</u>) ryż gotowany na sypko (1,11,7) 1 Por Sał.z sałaty lodowej z papryką,ogórkiem i pomid.(1,6,010) 1 Por (<u>GOR, może zawierać: GLU-psz.</u>) może zawierać: GLU-psz, buraczki got.(2,3,4,6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną,pieczywo,masło(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) schab pieczony-kolacja (1) 1 Por sałata ziel. 10 g papryka 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) jaja 1 szt (<u>JAJ.</u>) rzodkiewka 50 g	Wartość netto [zł] 15,92 Wartość brutto [zł] 16,74 Energia kcal [kcal] 1 947,1 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 265,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14,1 Sacharoza [g] 45 Sód [mg] 2 264,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,1
	(2)Dieta łatwostrawna	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(2) 1 Por (<u>GLU.</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE.</u>) szynka kons. 50 g (<u>SOJ.</u>) sałata ziel. 30 g jabłka pieczone.(1,2) 1 Por jogur owocowy 1 szt (<u>MLE.</u>)	zupa pejzanka(2,6) 1 Por (<u>GLU, SEL.</u>) pulpety gotowane z indyka (2,6) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, SEL.</u>) sos koperkowy (2,6) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL.</u>) ryż gotowany na sypko (1,11,7) 1 Por buraczki got.(2,3,4,6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(2) 1 Por (<u>GLU.</u>) Schab pieczony - kolacja (2,3,4,6,) 1 Por sałata ziel. 30 g Kolacja II- godz 21 (2,3,4) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) szynka wileńska 50 g sałata ziel. 10 g	Wartość netto [zł] 14,84 Wartość brutto [zł] 15,6 Energia kcal [kcal] 2 008,3 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 62,2 Węglowodany ogółem [g] 278,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14,5 Sacharoza [g] 46,6 Sód [mg] 2 472,9 Błonnik pokarmowy [g] 18,2
	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE.</u>) południca sopocka 50 g (<u>SOJ.</u>) sałata ziel. 10 g pomidory 50 g ogórki 50 g jabłka. 180 g jogurt 150 g (<u>MLE.</u>)	zupa pejzanka(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, SEL.</u>) gulasz drob. duszony z pieczarkami(1) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL.</u>) ryż gotowany na sypko (1,11,7) 1 Por Sał.z sałaty lodowej z papryką,ogórkiem i pomid.(1,6,010) 1 Por (<u>GOR, może zawierać: GLU-psz.</u>) może zawierać: GLU-psz, buraczki got.(2,3,4,6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) schab pieczony-kolacja (1) 1 Por sałata ziel. 10 g papryka 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) jaja 1 szt (<u>JAJ.</u>) rzodkiewka 50 g	Wartość netto [zł] 15,85 Wartość brutto [zł] 16,66 Energia kcal [kcal] 1 840,4 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 64,2 Węglowodany ogółem [g] 234,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14,9 Sacharoza [g] 16,6 Sód [mg] 2 351,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,8
2025.05.12 poniedziałek	(1)Dieta podstawowa	mleczna z kaszą manną (1,2) 1 Por (<u>GLU, MLE.</u>) kawa z ml piecz.masło ros.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył.</u>) pasta z jaj ze szczyp.(1) 1 Por (<u>JAJ.</u>) sałata ziel. 10 g rzodkiewka 50 g pomidory 50 g banan 200 g	zupa barszcz ukraiński(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, SEL.</u>) łazanki z kap kiszoną i łopatką wieprz.(1) 1 Por (<u>GLU, JAJ.</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną,pieczywo,masło(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) Sałatka z tuńczykiem i z ryżem (1,6) 1 Por (<u>JAJ, RYB, MLE, GOR.</u>) sałata ziel. 10 g pomidory 100 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) Ser fromage (1,2,6) 1 Por (<u>MLE.</u>) papryka 50 g	Wartość netto [zł] 16,05 Wartość brutto [zł] 16,87 Energia kcal [kcal] 2 528,3 Białko ogółem [g] 109,8 Tłuszcz [g] 82,5 Węglowodany ogółem [g] 366,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,1 Sacharoza [g] 58,6 Sód [mg] 2 612,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,9

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2025.05.11 do dnia 2025.05.20 KUCHNIA OGÓLNA

2025.05.12 poniedziałek	(2)Dieta łatwostrawna	mleczna z kaszą manną (1,2) 1 Por (<u>GLU, MLE, </u>) kawa z mlek.piecz.masło (2). 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żyt, </u>) Ser fromage z koperkiem (1,2,6) 1 g (<u>MLE, </u>) sałata ziel. 30 g banan 200 g	zupa ziemniaczana(2,6) 1 Por (<u>GLU, SEL, </u>) potrawka z drobiu gotowana(2,6) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL, </u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por szpinak got.(2,6) 1 Por (<u>MLE, </u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(2) 1 Por (<u>GLU, </u>) kielbasa szynkowa drobiowa 70 g (<u>GLU-psz, może zawierać: MLE, GOR, </u>) sałata ziel. 30 g Kolacja II- godz 21 (2,3,4) 1 Por (<u>GLU-psz, </u>) dżem 50 g	Wartość netto [zł] 11,93 Wartość brutto [zł] 12,54 Energia kcal [kcal] 2 028,8 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 47,3 Węglowodany ogółem [g] 325,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,4 Sacharoza [g] 71,3 Sód [mg] 2 429,9 Błonnik pokarmowy [g] 18,5
	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml.,pieczywo,masło (6) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żyt, </u>) pasta z jaj ze szczyp.(1) 1 Por (<u>JAJ, </u>) szynka kons. 50 g (<u>SOJ, </u>) sałata ziel. 10 g rzodkiewka 50 g pomidory 50 g jabłka. 180 g kefir 200 g (<u>MLE, </u>)	zupa barszcz ukraiński(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, SEL, </u>) potrawka z drobiu gotowana(2,6) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL, </u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por szpinak got.(2,6) 1 Por (<u>MLE, </u>) sał.z kap kisz.(6) 1 Por herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żyt, </u>) Sałatka z tuńczykiem i z ryżem (1,6) 1 Por (<u>JAJ, RYB, MLE, GOR, </u>) sałata ziel. 10 g pomidory 100 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz, </u>) Ser fromage (1,2,6) 1 Por (<u>MLE, </u>) papryka 50 g	Wartość netto [zł] 17,64 Wartość brutto [zł] 18,53 Energia kcal [kcal] 2 010,7 Białko ogółem [g] 105,7 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 281,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,2 Sacharoza [g] 17 Sód [mg] 3 047,9 Błonnik pokarmowy [g] 43,4
	(1)Dieta podstawowa	mleczna z ryżem(1,2) 1 Por (<u>MLE, </u>) kawa z ml.piecz.masło ros.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żyt, </u>) pasta sera ż.papr.św. ogór.św(1) 1 Por (<u>MLE, </u>) sałata ziel. 10 g pomidory 50 g rzodkiewka 50 g placek drożdż z krusz.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, MLE, </u>)	zupa jarzynowa.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, SEL, </u>) pieczeń drobiowa z jajkiem pieczona(1) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, </u>) sos chrzanowy(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, DWU, </u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sałatka-mizeria(1) 1 Por (<u>MLE, </u>) marchew gotowana (2) 1 Por (<u>GLU, </u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną,pieczywo,masło(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żyt, </u>) pasta z woł.(1,2,6) 1 Por (<u>SEL, </u>) sałata ziel. 10 g papryka 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz, </u>) szynka kons. 50 g (<u>SOJ, </u>) ogórki 50 g	Wartość netto [zł] 19,15 Wartość brutto [zł] 20,13 Energia kcal [kcal] 2 711 Białko ogółem [g] 111,1 Tłuszcz [g] 109,2 Węglowodany ogółem [g] 356 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,2 Sacharoza [g] 57,1 Sód [mg] 2 906,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,1
2025.05.13 wtorek	(2)Dieta łatwostrawna	mleczna z ryżem(1,2) 1 Por (<u>MLE, </u>) kawa z mlek.piecz.masło (2). 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żyt, </u>) szynka z indyka 50 g (<u>SOJ, </u>) sałata ziel. 30 g placek drożdż z krusz.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, MLE, </u>)	zupa owsiankowa(2,6) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL, </u>) pieczeń z drobiu(2,6) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, </u>) sos koperkowy (2,6) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL, </u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por marchew gotowana (2) 1 Por (<u>GLU, </u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(2) 1 Por (<u>GLU, </u>) pasta z woł.(1,2,6) 1 Por (<u>SEL, </u>) sałata ziel. 30 g Kolacja II- godz 21 (2,3,4) 1 Por (<u>GLU-psz, </u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE, </u>) sałata ziel. 10 g	Wartość netto [zł] 16,13 Wartość brutto [zł] 16,95 Energia kcal [kcal] 2 499,4 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 88,2 Węglowodany ogółem [g] 341,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,5 Sacharoza [g] 54,6 Sód [mg] 2 391,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,8

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2025.05.11 do dnia 2025.05.20 KUCHNIA OGÓLNA

2025.05.13 wtorek	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml.,pieczywo,masło (6) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył</u>) pasta sera ż.papr.św, ogór.św(1) 1 Por (<u>MLE</u>) szynka z indyka 50 g (<u>SOJ</u>) sałata ziel. 10 g pomidory 50 g rzodkiewka 50 g kefir 200 g (<u>MLE</u>) jabłka. 180 g	zupa jarzynowa.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, SEL</u>) pieczeń drobiowa z jajkiem pieczona(1) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ</u>) sos chrzanowy(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, DWU</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sałatka-mizeria(1) 1 Por (<u>MLE</u>) sał.z march i selera .(11) 1 Por (<u>MLE, SEL</u>) herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył</u>) pasta z woł.(1,2,6) 1 Por (<u>SEL</u>) sałata ziel. 10 g papryka 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz</u>) szynka kons. 50 g (<u>SOJ</u>) ogórki 50 g	Wartość netto [zł] 20,5 Wartość brutto [zł] 21,55 Energia kcal [kcal] 1 978,2 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 263,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,4 Sacharoza [g] 17,4 Sód [mg] 3 090,3 Błonnik pokarmowy [g] 39,7
	(1)Dieta podstawowa	mleczna z pł ows.(1,2) 1 Por (<u>GLU, MLE</u>) kawa z ml piecz.masło ros.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył</u>) kielb.krakowska sucha 50 g sałata ziel. 10 g papryka 50 g ogórki 50 g jogur owocowy 1 szt (<u>MLE</u>)	zupa z soczewicy (1,010) 1 Por (<u>SEL</u>) rizotto z m.wieprzowego i warzyw (1) 1 Por (<u>SEL</u>) sos pomidorowy(1). 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL</u>) sał z kapusty b. z papryką i kuk.(1,6,010) 1 Por (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) sałata ziel (1,2,6) 1 Por herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną,pieczywo,masło(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył</u>) pasta z drobiu i jarzyn (1) 1 Por (<u>SEL</u>) sałata ziel. 10 g pomidory 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE</u>) rzodkiewka 50 g	Wartość netto [zł] 16,4 Wartość brutto [zł] 17,24 Energia kcal [kcal] 2 440,8 Białko ogółem [g] 108,6 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 330,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3 Sacharoza [g] 42,4 Sód [mg] 2 845,2 Błonnik pokarmowy [g] 37
	(2)Dieta łatwostrawna	mleczna z pł ows.(1,2) 1 Por (<u>GLU, MLE</u>) kawa z mlek.piecz.masło (2). 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE</u>) sałata ziel. 30 g jogur owocowy 1 szt (<u>MLE</u>)	zupa jarzynowa(2,6) 1 Por (<u>GLU, SEL</u>) rizotto z drobiu.(2,6) 1 Por (<u>SEL</u>) sos pomidor (2,6) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL</u>) sałata ziel (1,2,6) 1 Por herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(2) 1 Por (<u>GLU</u>) pasta z drobiu i jarz.(2,6) 1 Por (<u>SEL</u>) sałata ziel. 30 g Kolacja II- godz 21 (2,3,4) 1 Por (<u>GLU-psz</u>) szynka kons. 50 g (<u>SOJ</u>) sałata ziel. 10 g	Wartość netto [zł] 12,9 Wartość brutto [zł] 13,55 Energia kcal [kcal] 2 031,8 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 63,3 Węglowodany ogółem [g] 279,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,3 Sacharoza [g] 39 Sód [mg] 2 330,3 Błonnik pokarmowy [g] 16,2
2025.05.14 środa	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył</u>) kielb.krakowska sucha 100 g sałata ziel. 10 g papryka 50 g ogórki 50 g kefir 200 g (<u>MLE</u>) jabłka. 180 g	zupa z soczewicy (1,010) 1 Por (<u>SEL</u>) rizotto z m.wieprzowego i warzyw (1) 1 Por (<u>SEL</u>) sos pomidorowy(1). 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL</u>) sał z kapusty b. z papryką i kuk.(1,6,010) 1 Por (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) sałata ziel (1,2,6) 1 Por herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył</u>) pasta z drobiu i jarzyn (1) 1 Por (<u>SEL</u>) sałata ziel. 10 g pomidory 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE</u>) rzodkiewka 50 g	Wartość netto [zł] 16,46 Wartość brutto [zł] 17,31 Energia kcal [kcal] 2 213,6 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 288,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,8 Sacharoza [g] 16,4 Sód [mg] 3 211,3 Błonnik pokarmowy [g] 44

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2025.05.11 do dnia 2025.05.20 KUCHNIA OGÓLNA

2025.05.15 czwartek	(1)Dieta podstawowa	mleczna z kaszą kukurydzy.(1,2) 1 Por (<u>MLE</u> , <u> </u>) kawa z ml piecz.masło ros.(1) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU-jęc</u> , <u>GLU-żył</u> , <u> </u>) pasta z twarogu z papryką św.(1) 1 Por (<u>MLE</u> , <u> </u>) sałata ziel. 10 g rzodkiewka 50 g ogórki 50 g Gruszka 250 g	zupa ogórkowa z ziemn.(1) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u>) kotlet schab.panier.pieczony(1) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u>JAJ</u> , <u> </u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por kapusta św dusz.z pomidorami (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u> </u>) szpinak got.(2,6) 1 Por (<u>MLE</u> , <u> </u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną,pieczywo,masło(1) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u>GLU-żył</u> , <u> </u>) sałatka z makaronu i szynki(1) 1 Por (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u> , <u> </u>) sałata ziel. 10 g pomidory 100 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u> </u>) jaja 1 szt (<u>JAJ</u> , <u> </u>) papryka 50 g	Wartość netto [zł] 17,87 Wartość brutto [zł] 18,78 Energia kcal [kcal] 2 303,3 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 75,9 Węglowodany ogółem [g] 333,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,9 Sacharoza [g] 41,3 Sód [mg] 3 077,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,2
	(2)Dieta łatwostrawna	mleczna z kaszą kukurydzy.(1,2) 1 Por (<u>MLE</u> , <u> </u>) kawa z mlek.piecz.masło (2). 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU-jęc</u> , <u>GLU-żył</u> , <u> </u>) szynka wileńska 50 g sałata ziel. 30 g jabłka pieczone.(1,2) 1 Por	zupa barszcz zabieleny (2,6) 1 Por (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u>) schab got.w jarzyn.(2,6) 1 Por (<u>SEL</u> , <u> </u>) sos koperkowy (2,6) 1 Por (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por szpinak got.(2,6) 1 Por (<u>MLE</u> , <u> </u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(2) 1 Por (<u>GLU</u> , <u> </u>) szynka kons. 70 g (<u>SOJ</u> , <u> </u>) sałata ziel. 30 g Kolacja II- godz 21 (2,3,4) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u> </u>) Ser fromage z koperkiem (1,2,6) 1 g (<u>MLE</u> , <u> </u>) sałata ziel. 10 g	Wartość netto [zł] 12,79 Wartość brutto [zł] 13,46 Energia kcal [kcal] 1 902,7 Białko ogółem [g] 85,9 Tłuszcz [g] 64,1 Węglowodany ogółem [g] 263 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,1 Sacharoza [g] 44,5 Sód [mg] 2 724,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,6
	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml.,pieczywo,masło (6) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU-jęc</u> , <u>GLU-żył</u> , <u> </u>) pasta z twarogu z papryką św.(1) 1 Por (<u>MLE</u> , <u> </u>) szynka wileńska 50 g sałata ziel. 10 g rzodkiewka 50 g ogórki 50 g Gruszka 250 g kefir 200 g (<u>MLE</u> , <u> </u>)	zupa ogórkowa z ziemn.(1) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u>) schab got.w jarzyn.(2,6) 1 Por (<u>SEL</u> , <u> </u>) sos koperkowy (2,6) 1 Por (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por kapusta św dusz.z pomidorami (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u> </u>) szpinak got.(2,6) 1 Por (<u>MLE</u> , <u> </u>) herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(6) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u>GLU-żył</u> , <u> </u>) szynka kons. 70 g (<u>SOJ</u> , <u> </u>) sałata ziel. 10 g pomidory 100 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u> </u>) jaja 1 szt (<u>JAJ</u> , <u> </u>) papryka 50 g	Wartość netto [zł] 17,65 Wartość brutto [zł] 18,54 Energia kcal [kcal] 1 926,3 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 67,4 Węglowodany ogółem [g] 270,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,5 Sacharoza [g] 15,2 Sód [mg] 3 399,4 Błonnik pokarmowy [g] 40,4
2025.05.16 piątek	(1)Dieta podstawowa	mleczna z kaszą manną (1,2) 1 Por (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u> </u>) kawa z ml piecz.masło ros.(1) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU-jęc</u> , <u>GLU-żył</u> , <u> </u>) pasta z ryby wędzonej,jajka,sera(1) 1 Por (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u> </u>) sałata ziel. 10 g pomidory 50 g ogórki 50 g Kiwi 120 g	grochowa z kielb.(120) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GLU-psz</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u> </u>) kopytka(1) 1 Por (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u> </u>) sos pieczarkowy (1) 1 Por (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u>) sał.z selera i jabłek(1,6) 1 Por (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u>) buraczki got.(2,3,4,6) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u> </u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną,pieczywo,masło(1) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u>GLU-żył</u> , <u> </u>) pieczeń z drobiu -kolacja (1,2,6) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u>JAJ</u> , <u> </u>) sałata ziel. 10 g papryka 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u> </u>) dżem 50 g	Wartość netto [zł] 14,31 Wartość brutto [zł] 15,05 Energia kcal [kcal] 2 824,6 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 88,4 Węglowodany ogółem [g] 437,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21 Sacharoza [g] 61,4 Sód [mg] 2 726,6 Błonnik pokarmowy [g] 44,6
	(2)Dieta łatwostrawna	mleczna z kaszą manną (1,2) 1 Por (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u> </u>) kawa z mlek.piecz.masło (2). 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU-jęc</u> , <u>GLU-żył</u> , <u> </u>) pasta z twarogu z sałata (1,2,6) 1 Por (<u>MLE</u> , <u> </u>) sałata ziel. 30 g banan 200 g	zupa koperk.z ziem.(2,6) 1 Por (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u>) ryba gotowana w jarz.(2,6) 1 Por (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u> </u>) sos pomidor (2,6) 1 Por (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por buraczki got.(2,3,4,6) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u> </u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(2) 1 Por (<u>GLU</u> , <u> </u>) pieczeń z drobiu -kolacja (1,2,6) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u>JAJ</u> , <u> </u>) sałata ziel. 30 g Kolacja II- godz 21 (2,3,4) 1 Por (<u>GLU-psz</u> , <u> </u>) dżem 50 g	Wartość netto [zł] 14,64 Wartość brutto [zł] 15,38 Energia kcal [kcal] 2 279,2 Białko ogółem [g] 102,9 Tłuszcz [g] 53,9 Węglowodany ogółem [g] 364,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,5 Sacharoza [g] 77,9 Sód [mg] 2 067,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,7

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2025.05.11 do dnia 2025.05.20 KUCHNIA OGÓLNA

2025.05.16 piątek	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml.,pieczywo,masło (6) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył, _</u>) pasta z ryby wędzonej,jajka,sera(1) 1 Por (<u>JAJ, RYB, MLE, _</u>) szynka kons. 50 g (<u>SOJ, _</u>) sałata ziel. 10 g pomidory 50 g ogórki 50 g Kiwi 120 g kefir 200 g (<u>MLE, _</u>)	grochowa z kielb.(120) 1 Por (<u>GLU-psz, SOJ, SEL, może zawierać: GLU-psz, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u>) ryba gotowana w jarz.(2,6) 1 Por (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, _</u>) sos pomidor (2,6) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał.z selera i jabłek(1,6) 1 Por (<u>MLE, SEL, _</u>) buraczki got.(2,3,4,6) 1 Por (<u>GLU-psz, _</u>) herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył, _</u>) pieczeń z drobiu -kolacja (1,2,6) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, _</u>) sałata ziel. 10 g papryka 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz, _</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE, _</u>) sałata ziel. 10 g	Wartość netto [zł] 18,8 Wartość brutto [zł] 19,75 Energia kcal [kcal] 2 327 Białko ogółem [g] 121,8 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 307,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,5 Sacharoza [g] 20,2 Sód [mg] 3 229,6 Błonnik pokarmowy [g] 45,8
	(1)Dieta podstawowa	herbata z cytryną,pieczywo,masło(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył, _</u>) ser żółty 50 g (<u>MLE, _</u>) ogonówka 50 g (<u>GLU-psz, SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR, _</u>) sałata ziel. 10 g pomidory 50 g ogórki 50 g jabłka. 180 g jogur owocowy 1 szt (<u>MLE, _</u>)	zupa ryżowa(1) 1 Por (<u>MLE, SEL, _</u>) bitka z dr dusz z warz.(1) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał.z por i jabł z majon.(1) 1 Por (<u>JAJ, GOR, _</u>) marchew gotowana (2) 1 Por (<u>GLU, _</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną,pieczywo,masło(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył, _</u>) schab pieczony-kolacja (1) 1 Por sałata ziel. 10 g papryka 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz, _</u>) Ser fromage z koperkiem (1,2,6) 1 g (<u>MLE, _</u>) rzodkiewka 50 g	Wartość netto [zł] 16,67 Wartość brutto [zł] 17,51 Energia kcal [kcal] 1 897,6 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 72,8 Węglowodany ogółem [g] 241,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,7 Sacharoza [g] 46,6 Sód [mg] 2 677,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,1
	(2)Dieta łatwostrawna	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(2) 1 Por (<u>GLU, _</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE, _</u>) szynka z indyka 50 g (<u>SOJ, _</u>) sałata ziel. 30 g jabłka pieczone.(1,2) 1 Por jogur owocowy 1 szt (<u>MLE, _</u>)	zupa ryżowa(2,6) 1 Por (<u>MLE, SEL, _</u>) bitka z drob. w sosie koperkowym (7,11) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por marchew gotowana (2) 1 Por (<u>GLU, _</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(2) 1 Por (<u>GLU, _</u>) Schab pieczony - kolacja (2,3,4,6,) 1 Por sałata ziel. 30 g Kolacja II- godz 21 (2,3,4) 1 Por (<u>GLU-psz, _</u>) Ser fromage (1,2,6) 1 Por (<u>MLE, _</u>) sałata ziel. 10 g	Wartość netto [zł] 15,1 Wartość brutto [zł] 15,87 Energia kcal [kcal] 1 784,7 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 53,2 Węglowodany ogółem [g] 241,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 12,4 Sacharoza [g] 45,7 Sód [mg] 2 086,2 Błonnik pokarmowy [g] 17,4
2025.05.17 sobota	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył, _</u>) ser żółty 50 g (<u>MLE, _</u>) ogonówka 50 g (<u>GLU-psz, SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR, _</u>) sałata ziel. 10 g pomidory 50 g ogórki 50 g jabłka. 180 g jogurt 150 g (<u>MLE, _</u>)	zupa ryżowa(1) 1 Por (<u>MLE, SEL, _</u>) bitka z dr dusz z warz.(1) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał.z por i jabł z majon.(1) 1 Por (<u>JAJ, GOR, _</u>) sał.z march i selera .(11) 1 Por (<u>MLE, SEL, _</u>) herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył, _</u>) schab pieczony-kolacja (1) 1 Por sałata ziel. 10 g papryka 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz, _</u>) Ser fromage z koperkiem (1,2,6) 1 g (<u>MLE, _</u>) rzodkiewka 50 g	Wartość netto [zł] 17,2 Wartość brutto [zł] 18,09 Energia kcal [kcal] 1 773,3 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 73,3 Węglowodany ogółem [g] 206,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,9 Sacharoza [g] 15,7 Sód [mg] 2 789,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,6

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2025.05.11 do dnia 2025.05.20 KUCHNIA OGÓLNA

2025.05.18 niedziela	(1)Dieta podstawowa	herbata z cytryną,pieczywo,masło(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) południca sopocka 50 g (<u>SOJ.</u>) jaja 1 szt (<u>JAJ.</u>) sałata ziel. 10 g papryka 50 g ogórki 50 g jabłka. 180 g jogur owocowy 1 szt (<u>MLE.</u>)	zupa krupnik(1) 1 Por (<u>SEL, GLU-jęc.</u>) karkówka duszona w jarz.(1) 1 Por (<u>GLU, SEL.</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał.z kap kisz.march.z olej(1) 1 Por szpinak got.(2,6) 1 Por (<u>MLE.</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną,pieczywo,masło(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) Sałatka z ciecierzycy (1) 1 Por (<u>GOR, może zawierać: GLU-psz,</u>) może zawierać: GLU-psz, sałata ziel. 10 g pomidory 100 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) kielbasa szynkowa 50 g rzodkiewka 50 g	Wartość netto [zł] 15,39 Wartość brutto [zł] 16,17 Energia kcal [kcal] 2 002,8 Białko ogółem [g] 83,1 Tłuszcz [g] 75,5 Węglowodany ogółem [g] 281,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19 Sacharoza [g] 45,9 Sód [mg] 2 841,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,8
	(2)Dieta łatwostrawna	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(2) 1 Por (<u>GLU.</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE.</u>) szynka kons. 50 g (<u>SOJ.</u>) sałata ziel. 30 g jabłka pieczone.(1,2) 1 Por jogur owocowy 1 szt (<u>MLE.</u>)	zupa krupnik(2,6) 1 Por (<u>MLE, SEL, GLU-jęc.</u>) schab got.w jarzyn.(2,6) 1 Por (<u>SEL.</u>) sos pomidor (2,6) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL.</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por szpinak got.(2,6) 1 Por (<u>MLE.</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(2) 1 Por (<u>GLU.</u>) kielbasa szynkowa drobiowa 70 g (<u>GLU-psz, może zawierać: MLE, GOR.</u>) sałata ziel. 30 g Kolacja II- godz 21 (2,3,4) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) dżem 50 g	Wartość netto [zł] 13,92 Wartość brutto [zł] 14,62 Energia kcal [kcal] 1 837,1 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 54,5 Węglowodany ogółem [g] 271,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14,4 Sacharoza [g] 58,9 Sód [mg] 2 657,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,9
	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) południca sopocka 50 g (<u>SOJ.</u>) jaja 1 szt (<u>JAJ.</u>) sałata ziel. 10 g papryka 50 g ogórki 50 g jabłka. 180 g jogurt 150 g (<u>MLE.</u>)	zupa krupnik(1) 1 Por (<u>SEL, GLU-jęc.</u>) karkówka duszona w jarz.(1) 1 Por (<u>GLU, SEL.</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał.z kap kisz.march.z olej(1) 1 Por szpinak got.(2,6) 1 Por (<u>MLE.</u>) herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) Sałatka z ciecierzycy (1) 1 Por (<u>GOR, może zawierać: GLU-psz,</u>) może zawierać: GLU-psz, sałata ziel. 10 g pomidory 100 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) kielbasa szynkowa 50 g rzodkiewka 50 g	Wartość netto [zł] 15,31 Wartość brutto [zł] 16,09 Energia kcal [kcal] 1 895,9 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 250,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,9 Sacharoza [g] 17,5 Sód [mg] 2 929 Błonnik pokarmowy [g] 36,5
2025.05.19 poniedziałek	(1)Dieta podstawowa	mleczna z pł ows.(1,2) 1 Por (<u>GLU, MLE.</u>) kawa z ml piecz.masło ros.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył.</u>) Ser fromage (1,2,6) 1 Por (<u>MLE.</u>) dżem 50 g sałata ziel. 10 g rzodkiewka 50 g pomidory 50 g Pomarańcza 250 g	zupa ziemniaczanka(1) 1 Por (<u>GLU-psz, SEL, może zawierać: GLU-psz, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) może zawierać: GLU-psz, SOJ, MLE, SEL, GOR, spagetti z pieczar i serem.(1) 1 Por (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL.</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną,pieczywo,masło(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) sałatka z kurczakiem(1) 1 Por (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) sałata ziel. 10 g pomidory 100 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) ogonówka 50 g (<u>GLU-psz, SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) ogórki 50 g	Wartość netto [zł] 16,12 Wartość brutto [zł] 16,94 Energia kcal [kcal] 2 415,5 Białko ogółem [g] 102,5 Tłuszcz [g] 80,6 Węglowodany ogółem [g] 348,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,3 Sacharoza [g] 61,4 Sód [mg] 2 551,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
	(2)Dieta łatwostrawna	mleczna z pł ows.(1,2) 1 Por (<u>GLU, MLE.</u>) kawa z mlekiem.piecz.masło (2). 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył.</u>) Ser fromage (1,2,6) 1 Por (<u>MLE.</u>) dżem 50 g sałata ziel. 30 g banan 200 g	zupa grysikowa(2,6) 1 Por (<u>GLU, SEL.</u>) potrawka z woł- jarz.gotowana(2,6) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL.</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sałata ziel (1,2,6) 1 Por herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(2) 1 Por (<u>GLU.</u>) pasta z drob.i jarz.(2,6) 1 Por (<u>SEL.</u>) sałata ziel. 30 g Kolacja II- godz 21 (2,3,4) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) szynka z indyka 50 g (<u>SOJ.</u>) sałata ziel. 10 g	Wartość netto [zł] 17,03 Wartość brutto [zł] 17,89 Energia kcal [kcal] 2 198,4 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 68,3 Węglowodany ogółem [g] 306,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,1 Sacharoza [g] 71,3 Sód [mg] 2 198,1 Błonnik pokarmowy [g] 16,7

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2025.05.11 do dnia 2025.05.20 KUCHNIA OGÓLNA

2025.05.19 poniedziałek	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml.,pieczywo,masło (6) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żyt.</u>) Ser fromage (1,2,6) 1 Por (<u>MLE.</u>) szynka kons. 50 g (<u>SOJ.</u>) sałata ziel. 10 g rzodkiewka 50 g pomidory 50 g Pomarańcza 250 g jogurt 150 g (<u>MLE.</u>)	zupa ziemniaczanka(1) 1 Por (<u>GLU-psz, SEL, może zawierać: GLU-psz, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) może zawierać: GLU-psz, SOJ, MLE, SEL, GOR, potrawka z woł- jarz.gotowana(2,6) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL.</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sałata ziel (1,2,6) 1 Por herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żyt.</u>) sałatka z kurczakiem(1) 1 Por (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) sałata ziel. 10 g pomidory 100 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) ogonówka 50 g (<u>GLU-psz, SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) ogórki 50 g	Wartość netto [zł] 19,99 Wartość brutto [zł] 21 Energia kcal [kcal] 2 019,3 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 76,9 Węglowodany ogółem [g] 256,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,7 Sacharoza [g] 18,8 Sód [mg] 2 876,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,9
	(1)Dieta podstawowa	mleczna z kaszą kukurydź.(1,2) 1 Por (<u>MLE.</u>) kawa z ml.piecz.masło ros.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żyt.</u>) kielbasa szynkowa 50 g sałata ziel. 10 g pomidory 50 g papryka 50 g placek drożdż z krusz.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, MLE.</u>)	zupa wiejska(1) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, SEL.</u>) udka drob.piecz.(1) 1 Por ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał z kapusty b.z kukur.i por.(1,6,010) 1 Por (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) buraczki got.(2,3,4,6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną,pieczywo,masło(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żyt.</u>) pasta z woł.(1,2,6) 1 Por (<u>SEL.</u>) sałata ziel. 10 g ogórki 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE.</u>) rzodkiewka 50 g	Wartość netto [zł] 19,88 Wartość brutto [zł] 20,91 Energia kcal [kcal] 2 669,9 Białko ogółem [g] 124,1 Tłuszcz [g] 105 Węglowodany ogółem [g] 342,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,1 Sacharoza [g] 56 Sód [mg] 2 625,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,1
	(2)Dieta łatwastrawna	mleczna z kaszą kukurydź.(1,2) 1 Por (<u>MLE.</u>) kawa z mlek.piecz.masło (2). 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żyt.</u>) kielbasa szynkowa drobiowa 50 g (<u>GLU-psz, może zawierać: MLE, GOR.</u>) sałata ziel. 30 g placek drożdż z krusz.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, MLE.</u>)	zupa makaronowa(2,6) 1 Por (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL.</u>) udka dr.got w jarz.(2,6) 1 Por (<u>SEL.</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por buraczki got.(2,3,4,6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(2) 1 Por (<u>GLU.</u>) pasta z woł.(1,2,6) 1 Por (<u>SEL.</u>) sałata ziel. 30 g Kolacja II- godz 21 (2,3,4) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE.</u>) sałata ziel. 10 g	Wartość netto [zł] 18,03 Wartość brutto [zł] 18,96 Energia kcal [kcal] 2 540,4 Białko ogółem [g] 119 Tłuszcz [g] 100,7 Węglowodany ogółem [g] 310,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,5 Sacharoza [g] 54,4 Sód [mg] 2 513,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,2
2025.05.20 wtorek	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml.,pieczywo,masło (6) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żyt.</u>) kielbasa szynkowa 100 g sałata ziel. 10 g pomidory 50 g papryka 50 g kefir 200 g (<u>MLE.</u>) jabłka. 180 g	zupa wiejska(1) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, SEL.</u>) udka drob.piecz.(1) 1 Por ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał z kapusty b.z kukur.i por.(1,6,010) 1 Por (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) buraczki got.(2,3,4,6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żyt.</u>) pasta z woł.(1,2,6) 1 Por (<u>SEL.</u>) sałata ziel. 10 g ogórki 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE.</u>) rzodkiewka 50 g	Wartość netto [zł] 19,66 Wartość brutto [zł] 20,66 Energia kcal [kcal] 2 040,2 Białko ogółem [g] 108,4 Tłuszcz [g] 75,2 Węglowodany ogółem [g] 269,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,1 Sacharoza [g] 19 Sód [mg] 2 831,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,9