

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025.04.11 piątek	(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-żył</u> ) pasta z ryby wędzonej,jajka,sera(1) 1 Por ( <u>JAJ, RYB, MLE</u> ) sałata ziel. 10 g pomidory 50 g ogórki 50 g banan 200 g	zupa z soczewicy (1,010) 1 Por ( <u>SEL</u> ) kopytka(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ</u> ) sos pieczarkowy (1) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ) kapusta św dusz.z pomidorami (1,6) 1 Por ( <u>GLU</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 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> ) dżem 50 g	<b>Wartość netto [zł] 17,06</b> <b>Wartość brutto [zł] 17,92</b> <b>Energia kcal [kcal] 2 785,2</b> <b>Białko ogółem [g] 107</b> <b>Tłuszcz [g] 85</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 436,6</b> <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,2</b> <b>Sacharoza [g] 75</b> <b>Sód [mg] 2 594,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 42</b>
	(2)Dieta łatwastrawna	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-żył</u> ) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por ( <u>MLE</u> ) sałata ziel. 30 g banan 200 g	zupa barszcz zabielały (2,6) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL</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 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 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> ) dżem 50 g	<b>Wartość netto [zł] 16,89</b> <b>Wartość brutto [zł] 17,76</b> <b>Energia kcal [kcal] 2 227,3</b> <b>Białko ogółem [g] 99,8</b> <b>Tłuszcz [g] 63</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 333,7</b> <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,5</b> <b>Sacharoza [g] 76,4</b> <b>Sód [mg] 2 041,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,5</b>
	(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> ) połudwica drob. 50 g ( <u>SOJ</u> ) sałata ziel. 10 g pomidory 50 g ogórki 50 g jabłka. 180 g kefir 200 g ( <u>MLE</u> )	zupa z soczewicy (1,010) 1 Por ( <u>SEL</u> ) ryba gotowana w jarz.(2,6) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, RYB, SEL</u> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sos pomidor (2,6) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ) kapusta św dusz.z pomidorami (1,6) 1 Por ( <u>GLU</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 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> ) sałata ziel. 10 g	<b>Wartość netto [zł] 21,06</b> <b>Wartość brutto [zł] 22,12</b> <b>Energia kcal [kcal] 2 218,2</b> <b>Białko ogółem [g] 120,9</b> <b>Tłuszcz [g] 86,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 273,8</b> <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,9</b> <b>Sacharoza [g] 16,2</b> <b>Sód [mg] 3 467,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 37,6</b>
2025.04.12 sobota	(1)Dieta podstawowa	herbata z cytryną,pieczywo,masło(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, GLU-żył</u> ) ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) kiełb.krakowska sucha 50 g sałata ziel. 10 g papryka 50 g pomidory 50 g jabłka. 180 g jogur owocowy 1 szt ( <u>MLE</u> )	zupa ryżowa(1) 1 Por ( <u>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 sał z kapusty b. z papryką i kuk.(1,6,010) 1 Por ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ) marchew dusz.(1) 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 ogórki 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por ( <u>GLU-psz</u> ) jaja 1 szt ( <u>JAJ</u> ) rzodkiewka 50 g	<b>Wartość netto [zł] 17,13</b> <b>Wartość brutto [zł] 18</b> <b>Energia kcal [kcal] 2 134,3</b> <b>Białko ogółem [g] 101</b> <b>Tłuszcz [g] 89,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 258,9</b> <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,1</b> <b>Sacharoza [g] 45,6</b> <b>Sód [mg] 3 079,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 29,3</b>

## Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2025.04.11 do dnia 2025.04.20 KUCHNIA OGÓLNA

2025.04.12 sobota	(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 jogur owocowy 1 szt ( <u>MLE,</u> ) jabłka pieczone.(1,2) 1 Por	zupa ryżowa(2,6) 1 Por ( <u>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> ) 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] 14,58 Wartość brutto [zł] 15,31 Energia kcal [kcal] 1 930,7 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 63,9 Węglowodany ogółem [g] 258,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15,5 Sacharoza [g] 46,3 Sód [mg] 2 241,9 Błonnik pokarmowy [g] 18,1
	(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> ) kielb. krakowska sucha 50 g sałata ziel. 10 g papryka 50 g pomidory 50 g jabłka. 180 g jogurt 150 g ( <u>MLE,</u> )	zupa ryżowa(1) 1 Por ( <u>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 sał z kapusty b. z papryką i kuk.(1,6,010) 1 Por ( <u>JAJ, MLE, 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 ogórki 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] 17,68 Wartość brutto [zł] 18,57 Energia kcal [kcal] 2 010 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 89,9 Węglowodany ogółem [g] 224,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,3 Sacharoza [g] 14,7 Sód [mg] 3 191,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,7
2025.04.13 niedziela	(1)Dieta podstawowa	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, GLU-żył,</u> ) jaja 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) połędwica 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 krupnik(1) 1 Por ( <u>SEL, GLU-jęc,</u> ) klopsiki duszone z sosem pieczar.(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sałatka-mizeria(1) 1 Por ( <u>MLE,</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-żył,</u> ) pasta z drobiu i jarzyn (1) 1 Por ( <u>SEL,</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> ) rzodkiewka 50 g	Wartość netto [zł] 15,88 Wartość brutto [zł] 16,68 Energia kcal [kcal] 1 883,9 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 65,7 Węglowodany ogółem [g] 259,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,5 Sacharoza [g] 46,6 Sód [mg] 2 323,2 Błonnik pokarmowy [g] 29
	(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 jogur owocowy 1 szt ( <u>MLE,</u> ) jabłka pieczone.(1,2) 1 Por	zupa krupnik(2,6) 1 Por ( <u>MLE, SEL, GLU-jęc,</u> ) potrawka z drobiu gotowana(2,6) 1 Por ( <u>GLU, MLE, 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 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> ) dżem 50 g	Wartość netto [zł] 12,96 Wartość brutto [zł] 13,62 Energia kcal [kcal] 1 808,6 Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 45,8 Węglowodany ogółem [g] 277 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 13,3 Sacharoza [g] 63 Sód [mg] 2 021,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,8

2025.04.13 niedziela	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	jaja 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) połudwica sopočka 50 g ( <u>SOJ.</u> ) sałata ziel. 10 g pomidory 50 g ogórki 50 g jabłka. 180 g Herbata z cytryną, pieczywo, masło(6) 1 Por ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) jogurt 150 g ( <u>MLE.</u> )	zupa krupnik(1) 1 Por ( <u>SEL, GLU-jęc.</u> ) klopsiki duszone z sosem pieczar.(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, MLE.</u> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sałatka-mizeria(1) 1 Por ( <u>MLE.</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> ) pasta z drobiu i jarzyn (1) 1 Por ( <u>SEL.</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> ) rzodkiewka 50 g	Wartość netto [zł] 15,8 Wartość brutto [zł] 16,61 Energia kcal [kcal] 1 776,9 Białko ogółem [g] 92,2 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 228,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,4 Sacharoza [g] 18,2 Sód [mg] 2 410,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	(1)Dieta podstawowa	mleczna z kaszą kukurydzą(1,2) 1 Por ( <u>MLE.</u> ) kawa z ml piecz.masło ros.(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył.</u> ) pasta z twarogu z papryką św.(1) 1 Por ( <u>MLE.</u> ) sałata ziel. 10 g rzodkiewka 50 g ogórki 50 g Kiwi 120 g	zupa barszcz zabieleny(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> ) Pasta z soczewicy (1,6) 1 Por sałata ziel. 10 g pomidory 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por ( <u>GLU-psz.</u> ) szynka kons. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) papryka 50 g	Wartość netto [zł] 14,38 Wartość brutto [zł] 15,11 Energia kcal [kcal] 2 140,2 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 301,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,6 Sacharoza [g] 39,1 Sód [mg] 2 527,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,2
2025.04.14 poniedziałek	(2)Dieta łatwastrawna	mleczna z kaszą kukurydzą(1,2) 1 Por ( <u>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 banan 200 g	zupa pejzanka(2,6) 1 Por ( <u>GLU, SEL.</u> ) woł.gotowana (2,6) 1 Por ( <u>SEL.</u> ) sos koperkowy (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> ) szynka wileńska 70 g 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] 17 Wartość brutto [zł] 17,87 Energia kcal [kcal] 2 094,2 Białko ogółem [g] 102,7 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 289,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,9 Sacharoza [g] 56,3 Sód [mg] 2 433,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,2
	(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 twarogu z papryką św.(1) 1 Por ( <u>MLE.</u> ) szynka kons. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) sałata ziel. 10 g rzodkiewka 50 g ogórki 50 g Kiwi 120 g kefir 200 g ( <u>MLE.</u> )	zupa barszcz zabieleny(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, MLE, SEL.</u> ) woł.gotowana (2,6) 1 Por ( <u>SEL.</u> ) sos koperkowy (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-żył.</u> ) Pasta z soczewicy (1,6) 1 Por sałata ziel. 10 g pomidory 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por ( <u>GLU-psz.</u> ) szynka kons. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) papryka 50 g	Wartość netto [zł] 21,02 Wartość brutto [zł] 22,1 Energia kcal [kcal] 2 039,6 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 79,1 Węglowodany ogółem [g] 262 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,7 Sacharoza [g] 13,3 Sód [mg] 3 088,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,1

2025.04.15 wtorek	(1)Dieta podstawowa	mleczna z pł owsy.(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 topiony 50 g ( <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> ) gulasz drob. duszony z pieczarkami(1) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ) ryż gotowany na sypko (1,11,7) 1 Por sał. z march i jab z kefirem(1) 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) sał ziel.rzod.szczyp.(1,6) 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> ) 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> ) jaja 1 szt ( <u>JAJ, _</u> ) ogórki 50 g	<b>Wartość netto [zł] 18,55</b> <b>Wartość brutto [zł] 19,5</b> <b>Energia kcal [kcal] 2 645,9</b> <b>Białko ogółem [g] 111,1</b> <b>Tłuszcz [g] 104,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 349,8</b> <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,1</b> <b>Sacharoz [g] 53,1</b> <b>Sód [mg] 2 673</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 35,8</b>
	(2)Dieta łatwostrawna	mleczna z pł owsy.(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> ) polędwica drob. 50 g ( <u>SOJ, _</u> ) sałata ziel. 30 g placek drożdż z krusz.(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, JAJ, MLE, _</u> )	zupa jarzynowa(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 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> ) dżem 50 g	<b>Wartość netto [zł] 15,64</b> <b>Wartość brutto [zł] 16,45</b> <b>Energia kcal [kcal] 2 562,9</b> <b>Białko ogółem [g] 97,3</b> <b>Tłuszcz [g] 85,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 373,6</b> <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,2</b> <b>Sacharoz [g] 70,1</b> <b>Sód [mg] 2 413,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 26,2</b>
	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml.,pieczywo,masło (6) 1 Por ( <u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył, _</u> ) ser topiony 50 g ( <u>MLE, _</u> ) szynka wileńska 50 g 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> ) gulasz drob. duszony z pieczarkami(1) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ) ryż gotowany na sypko (1,11,7) 1 Por sał. z march i jab z kefirem(1) 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) sał ziel.rzod.szczyp.(1,6) 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> ) 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> ) jaja 1 szt ( <u>JAJ, _</u> ) ogórki 50 g	<b>Wartość netto [zł] 18,85</b> <b>Wartość brutto [zł] 19,8</b> <b>Energia kcal [kcal] 1 955,5</b> <b>Białko ogółem [g] 98,7</b> <b>Tłuszcz [g] 76,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 249</b> <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,2</b> <b>Sacharoz [g] 14,7</b> <b>Sód [mg] 2 976,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 32,4</b>
2025.04.16 środa	(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> ) Ser fromage (1,2,6) 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) dżem 50 g sałata ziel. 10 g papryka 50 g ogórki 50 g jogur owocowy 1 szt ( <u>MLE, _</u> )	grochowa z kielb.(120) 1 Por ( <u>GLU-psz, SOJ, SEL, może zawierać: GLU-psz, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u> ) zapiekanka po nelsonsku.(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, JAJ, MLE, może zawierać: GLU-psz, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u> ) może zawierać: GLU-psz, SOJ, MLE, SEL, GOR, kefir 200 g ( <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 makaronu i szynki(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, MLE, GOR, _</u> ) sałata ziel. 10 g pomidory 100 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por ( <u>GLU-psz, _</u> ) dżem 50 g	<b>Wartość netto [zł] 18,8</b> <b>Wartość brutto [zł] 19,75</b> <b>Energia kcal [kcal] 2 740</b> <b>Białko ogółem [g] 119,7</b> <b>Tłuszcz [g] 101,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 370,4</b> <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,2</b> <b>Sacharoz [g] 71,8</b> <b>Sód [mg] 2 799,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 35,7</b>
	(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-żył, _</u> ) Ser fromage (1,2,6) 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) dżem 50 g sałata ziel. 30 g jogur owocowy 1 szt ( <u>MLE, _</u> )	zupa ziemniaczana(2,6) 1 Por ( <u>GLU, SEL, _</u> ) schab got.w jarzyn.(2,6) 1 Por ( <u>SEL, _</u> ) sos koperkowy (2,6) 1 Por ( <u>GLU, MLE, 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> ) 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> ) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) sałata ziel. 10 g	<b>Wartość netto [zł] 13,66</b> <b>Wartość brutto [zł] 14,36</b> <b>Energia kcal [kcal] 2 053,8</b> <b>Białko ogółem [g] 101</b> <b>Tłuszcz [g] 54,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 304,5</b> <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,1</b> <b>Sacharoz [g] 58,6</b> <b>Sód [mg] 2 475,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 17</b>

## Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2025.04.11 do dnia 2025.04.20 KUCHNIA OGÓLNA

2025.04.16 środa	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml.,pieczywo,masło (6) 1 Por ( <u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żyt.</u> ) szynka z indyka 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Ser fromage (1,2,6) 1 Por ( <u>MLE,</u> ) salata ziel. 10 g papryka 50 g ogórki 50 g kefir 200 g ( <u>MLE,</u> ) jabłka. 180 g	grochowa z kielb.(120) 1 Por ( <u>GLU-psz, SOJ, SEL, może zawierać: GLU-psz, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) schab got.w jarzyn.(2,6) 1 Por ( <u>SEL,</u> ) sos koperkowy (2,6) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por buraczki got.(2,3,4,6) 1 Por ( <u>GLU-psz,</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> ) kielbasa szynkowa drobiowa 70 g ( <u>GLU-psz, może zawierać: MLE, GOR.</u> ) salata ziel. 10 g pomidory 100 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por ( <u>GLU-psz,</u> ) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por ( <u>MLE,</u> ) papryka 50 g	Wartość netto [zł] 17,35 Wartość brutto [zł] 18,23 Energia kcal [kcal] 2 051,2 Białko ogółem [g] 113,9 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 267,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,7 Sacharoza [g] 17 Sód [mg] 3 208,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,8
	(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> ) salata ziel. 10 g pomidory 100 g Gruszka 200 g	zupa pieczark.z makar(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, JAJ, MLE, SEL,</u> ) udka drob.piecz.(1) 1 Por ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał.z kap pekiń.kuku.papr św.(1) 1 Por marchew dusz.(1) 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> ) schab pieczony-kolacja (1) 1 Por salata ziel. 10 g papryka 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por ( <u>GLU-psz,</u> ) Ser fromage (1,2,6) 1 Por ( <u>MLE,</u> ) rzodkiewka 50 g	Wartość netto [zł] 19,13 Wartość brutto [zł] 20,11 Energia kcal [kcal] 2 261,9 Białko ogółem [g] 110,2 Tłuszcz [g] 84,3 Węglowodany ogółem [g] 294,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,3 Sacharoza [g] 43,1 Sód [mg] 2 407,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
	(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 kons. 50 g ( <u>SOJ,</u> ) salata ziel. 30 g jabłka pieczone.(1,2) 1 Por	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 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 salata 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> ) salata ziel. 10 g	Wartość netto [zł] 14,99 Wartość brutto [zł] 15,76 Energia kcal [kcal] 2 208,2 Białko ogółem [g] 106,3 Tłuszcz [g] 82,2 Węglowodany ogółem [g] 277,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,8 Sacharoza [g] 45,1 Sód [mg] 2 410,5 Błonnik pokarmowy [g] 18,2
2025.04.17 czwartek	(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 sera ż.papr.św, ogór.św(1) 1 Por ( <u>MLE,</u> ) połędwica drob. 50 g ( <u>SOJ,</u> ) salata ziel. 10 g pomidory 100 g Gruszka 200 g kefir 200 g ( <u>MLE,</u> )	zupa pieczark.z makar(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, JAJ, MLE, SEL,</u> ) udka drob.piecz.(1) 1 Por ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał.z kap pekiń.kuku.papr św.(1) 1 Por 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-żyt.</u> ) schab pieczony-kolacja (1) 1 Por salata ziel. 10 g papryka 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por ( <u>GLU-psz,</u> ) Ser fromage (1,2,6) 1 Por ( <u>MLE,</u> ) rzodkiewka 50 g	Wartość netto [zł] 21,17 Wartość brutto [zł] 22,24 Energia kcal [kcal] 2 049,9 Białko ogółem [g] 112,9 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 243,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,6 Sacharoza [g] 12,6 Sód [mg] 2 813,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,1

## Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2025.04.11 do dnia 2025.04.20 KUCHNIA OGÓLNA

2025.04.18 piątek	(1)Dieta podstawowa	mleczna z kaszą kukurydzą(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 z jaj ze szczyp.(1) 1 Por ( <u>JAJ</u> ) salata ziel. 10 g pomidory 50 g rzodkiewka 50 g Pomarańcza 250 g	zupa ogórkowa z ziemn.(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, MLE, SEL</u> ) ryba pieczona z sosem greckim(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, JAJ, RYB, SEL, GOR, może zawierać: GLU-psz</u> ) może zawierać: GLU-psz, ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał.z kap kisz.march.z olej(1) 1 Por salata 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-żyt</u> ) Ser fromage z czosnkiem (1,6) 1 Por ( <u>MLE</u> ) salata ziel. 10 g papryka 50 g ogórki 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por ( <u>GLU-psz</u> ) dżem 50 g	<b>Wartość netto [zł]</b> 16,86 <b>Wartość brutto [zł]</b> 17,72 <b>Energia kcal [kcal]</b> 2 068,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 101,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 65,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 297,5 <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g]</b> 20,3 <b>Sacharoza [g]</b> 65,3 <b>Sód [mg]</b> 3 026,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,7
	(2)Dieta łatwostrawna	mleczna z kaszą kukurydzą(1,2) 1 Por ( <u>MLE</u> ) kawa z mlek.piecz.masło (2) 1 Por ( <u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żyt</u> ) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por ( <u>MLE</u> ) salata ziel. 30 g banan 200 g	zupa owsiankowa(2,6) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL</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 salata 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> ) Ser fromage z koperkiem (1,2,6) 1 g ( <u>MLE</u> ) salata ziel. 30 g Kolacja II - godz 21 (2,3,4) 1 Por ( <u>GLU-psz</u> ) dżem 50 g	<b>Wartość netto [zł]</b> 13,66 <b>Wartość brutto [zł]</b> 14,36 <b>Energia kcal [kcal]</b> 2 049,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 97,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 54,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 306,9 <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g]</b> 18,6 <b>Sacharoza [g]</b> 72,5 <b>Sód [mg]</b> 1 992,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 18,6
	(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> ) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por ( <u>MLE</u> ) salata ziel. 10 g pomidory 50 g rzodkiewka 50 g Pomarańcza 250 g kefir 200 g ( <u>MLE</u> )	zupa ogórkowa z ziemn.(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, MLE, SEL</u> ) ryba pieczona z sosem greckim(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, JAJ, RYB, SEL, GOR, może zawierać: GLU-psz</u> ) może zawierać: GLU-psz, ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał.z kap kisz.march.z olej(1) 1 Por salata 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> ) Ser fromage z czosnkiem (1,6) 1 Por ( <u>MLE</u> ) salata ziel. 10 g ogórki 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por ( <u>GLU-psz</u> ) jaja 1 szt ( <u>JAJ</u> ) ogórki 50 g	<b>Wartość netto [zł]</b> 19,06 <b>Wartość brutto [zł]</b> 20,02 <b>Energia kcal [kcal]</b> 2 071,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 124,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 74,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 255,2 <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g]</b> 23,7 <b>Sacharoza [g]</b> 21,5 <b>Sód [mg]</b> 3 234,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33,4
2025.04.19 sobota	(1)Dieta podstawowa	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, GLU-żyt</u> ) ser żółty 100 g ( <u>MLE</u> ) dżem 50 g salata ziel. 10 g pomidory 100 g jabłka. 180 g	zupa pejzanka(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, MLE, SEL</u> ) makaron z serem twarog(1,2,6) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ) jogur owocowy 1 szt ( <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-żyt</u> ) ser topiony 100 g ( <u>MLE</u> ) salata 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	<b>Wartość netto [zł]</b> 14,28 <b>Wartość brutto [zł]</b> 15 <b>Energia kcal [kcal]</b> 2 126,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 91,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 86,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 265,2 <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g]</b> 40,4 <b>Sacharoza [g]</b> 63,8 <b>Sód [mg]</b> 3 258,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,4
	(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> ) dżem 50 g salata ziel. 30 g jabłka pieczone.(1,2) 1 Por	zupa pejzanka(2,6) 1 Por ( <u>GLU, SEL</u> ) makaron z serem twarog(1,2,6) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ) jogur owocowy 1 szt ( <u>MLE</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(2) 1 Por ( <u>GLU</u> ) szynka wileńska 70 g salata 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> ) salata ziel. 10 g	<b>Wartość netto [zł]</b> 11,58 <b>Wartość brutto [zł]</b> 12,18 <b>Energia kcal [kcal]</b> 1 839,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 84,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 48,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 277,1 <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g]</b> 15,2 <b>Sacharoza [g]</b> 65,4 <b>Sód [mg]</b> 2 166 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 14,1

2025.04.19 sobota	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(6) 1 Por ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) ser żółty 100 g ( <u>MLE.</u> ) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por ( <u>MLE.</u> ) sałata ziel. 10 g pomidory 100 g jabłka. 180 g kefir 200 g ( <u>MLE.</u> )	zupa peyzanka(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, MLE, SEL.</u> ) makaron z serem twarog(1,2,6) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, MLE.</u> ) jogurt 150 g ( <u>MLE.</u> ) herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(6) 1 Por ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) ser topiony 100 g ( <u>MLE.</u> ) ogórki 50 g 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] 17 Wartość brutto [zł] 17,86 Energia kcal [kcal] 2 167,6 Białko ogółem [g] 117 Tłuszcz [g] 95,8 Węglowodany ogółem [g] 229,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,1 Sacharoza [g] 19,6 Sód [mg] 3 458,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
	(1)Dieta podstawowa	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) jajko w sosie tatarskim.(1) 1 Por ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) połędwica sopocka 100 g ( <u>SOJ.</u> ) sałata ziel. 10 g pomidory 50 g ogórki 50 g ciasto 100 g ( <u>GLU-psz, JAJ, MLE.</u> )	zupa żurek świąteczny(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) kotlet schab. panier. pieczony(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, JAJ.</u> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por kapusta biała dusz.z kminkiem(1) 1 Por ( <u>GLU.</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> ) galaretkę z kurczaka i warzyw.(1) 1 Por ( <u>SEL.</u> ) sałata ziel. 10 g kielb.krakowska sucha 50 g papryka 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por ( <u>GLU-psz.</u> ) ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) pomidory 50 g	Wartość netto [zł] 21,35 Wartość brutto [zł] 22,45 Energia kcal [kcal] 2 720,8 Białko ogółem [g] 134,1 Tłuszcz [g] 122,1 Węglowodany ogółem [g] 299,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,8 Sacharoza [g] 45,6 Sód [mg] 4 123,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,7
	(2)Dieta łatwostrawna	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(2) 1 Por ( <u>GLU.</u> ) pasta z twarogu z sałata (1,2,6) 1 Por ( <u>MLE.</u> ) szynka z indyka 100 g ( <u>SOJ.</u> ) sałata ziel. 30 g ciasto 100 g ( <u>GLU-psz, JAJ, 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 buraczki got.(2,3,4,6) 1 Por ( <u>GLU-psz.</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> ) galaretkę z kurczaka (2,6) 1 Por ( <u>SEL.</u> ) szynka kons. 50 g ( <u>SOJ.</u> ) sałata ziel. 30 g Kolacja II- godz 21 (2,3,4) 1 Por ( <u>GLU-psz.</u> ) dżem 50 g	Wartość netto [zł] 18,23 Wartość brutto [zł] 19,17 Energia kcal [kcal] 2 181,7 Białko ogółem [g] 111,3 Tłuszcz [g] 67,1 Węglowodany ogółem [g] 299,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,1 Sacharoza [g] 63,9 Sód [mg] 2 748 Błonnik pokarmowy [g] 19,3
2025.04.20 niedziela	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) jajko w sosie tatarskim.(1) 1 Por ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) połędwica sopocka 100 g ( <u>SOJ.</u> ) sałata ziel. 10 g pomidory 50 g ogórki 50 g jogurt 150 g ( <u>MLE.</u> ) jabłka. 180 g	zupa żurek świąteczny(1) 1 Por ( <u>GLU-psz, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) może zawierać: <u>GLU-psz, SOJ, MLE, SEL, GOR.</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 kapusta biała dusz.z kminkiem(1) 1 Por ( <u>GLU.</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> ) galaretkę z kurczaka i warzyw.(1) 1 Por ( <u>SEL.</u> ) sałata ziel. 10 g kielb.krakowska sucha 50 g papryka 50 g Kolacja II - godz 21 (1,6) 1 Por ( <u>GLU-psz.</u> ) ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) pomidory 50 g	Wartość netto [zł] 20,19 Wartość brutto [zł] 21,22 Energia kcal [kcal] 2 350,2 Białko ogółem [g] 129,8 Tłuszcz [g] 111,8 Węglowodany ogółem [g] 236 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,6 Sacharoza [g] 25,7 Sód [mg] 3 939,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,8