Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-22	**Jadłospis dla diety: podstawowa**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kiełbaski cienkie z filetem , Ogórek świeży, , musztarda jednoporcjowa (***GOR,***),	Zupa jarzynowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Kotlet mielony wieprzowy, panierowany (***GLU, JAJ,***), Ziemniaki , Surówka z marchwi i jabłka ze śmietaną (***MLE,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet pieczony z indyka , Papryka czerwona, , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2051.59 kcal; Białko ogółem: 83.32 g; Tłuszcz: 75.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 269.39 g; Sacharoza: 35.97 g; Laktoza: 10.13 g; Błonnik pokarmowy: 18.53 g; Sód: 1193.37 mg;		
poniedziałek 2024-04-22	**Jadłospis dla diety: łatwostrawna**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kiełbaski cienkie z filetem , Pomidor, , keczup jednoporcjowy ,	Zupa jarzynowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Kotlet mielony drobiowy, duszony (***GLU, JAJ,***), Ziemniaki , Marchew gotowana , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet pieczony z indyka , Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1914.45 kcal; Białko ogółem: 87.67 g; Tłuszcz: 62.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 258.87 g; Sacharoza: 34.91 g; Laktoza: 9.77 g; Błonnik pokarmowy: 17.29 g; Sód: 1144.27 mg;		
poniedziałek 2024-04-22	**Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kiełbaski cienkie z filetem , Ogórek świeży, , musztarda jednoporcjowa (***GOR,***),	Zupa jarzynowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Kotlet mielony drobiowy, duszony (***GLU, JAJ,***), Ziemniaki , Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym (***MLE,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet pieczony z indyka , Papryka czerwona, , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1916.49 kcal; Białko ogółem: 87.09 g; Tłuszcz: 61.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 261.34 g; Sacharoza: 36.12 g; Laktoza: 10.27 g; Błonnik pokarmowy: 17.41 g; Sód: 1141.57 mg;		
poniedziałek 2024-04-22	**Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów**	
Masło, pieczywo razowe, kawa b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kiełbaski cienkie z filetem , Ogórek świeży, , musztarda jednoporcjowa (***GOR,***), **II Śniadanie:** Kanapka z serkiem twarogowym w plastrach (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***),	Zupa jarzynowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Kotlet mielony drobiowy, duszony (***GLU, JAJ,***), Ziemniaki , Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym (***MLE,***), Kompot z owoców mieszanych b/c , **Podwieczorek:** Jabłko ,	Masło, pieczywo razowe, herbata b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet pieczony z indyka , Papryka czerwona, , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2006.49 kcal; Białko ogółem: 92.81 g; Tłuszcz: 75.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.13 g; Węglowodany ogółem: 271.52 g; Sacharoza: 31.86 g; Laktoza: 17.77 g; Błonnik pokarmowy: 28.69 g; Sód: 1311.57 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-23	**Jadłospis dla diety: podstawowa**	
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Szynka konserwowa z indyka , Pomidor, , Sałata zielona ,	Zupa pomidorowa z makaronem (N) (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), Kotlet z jaj (N) (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Ziemniaki , Kapusta kiszona zasmażana (***GLU,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Ser biały z jogurtem (***MLE,***), Rzodkiewka , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2004.05 kcal; Białko ogółem: 80.98 g; Tłuszcz: 60.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.74 g; Węglowodany ogółem: 299.62 g; Sacharoza: 54.52 g; Laktoza: 15.46 g; Błonnik pokarmowy: 20.28 g; Sód: 1542.04 mg;		
wtorek 2024-04-23	**Jadłospis dla diety: łatwostrawna**	
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Szynka konserwowa z indyka , Pomidor, , Sałata zielona ,	Zupa pomidorowa z makaronem (D) (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), Kotlet z jaj (D) (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Ziemniaki , Marchew oprószana (***GLU, SOJ, MLE,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Ser biały z jogurtem (***MLE,***), Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2003.8 kcal; Białko ogółem: 81.81 g; Tłuszcz: 56.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.38 g; Węglowodany ogółem: 309.2 g; Sacharoza: 56.38 g; Laktoza: 15.48 g; Błonnik pokarmowy: 22.06 g; Sód: 1257.54 mg;		
wtorek 2024-04-23	**Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych**	
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Szynka konserwowa z indyka , Pomidor, , Sałata zielona ,	Zupa pomidorowa z makaronem (D) (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), Kotlet z jaj (D) (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Ziemniaki , Kapusta włoska duszona (D) (***GLU, MLE,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Ser biały z jogurtem (***MLE,***), Rzodkiewka , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2006.4 kcal; Białko ogółem: 82.98 g; Tłuszcz: 57.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 304.31 g; Sacharoza: 54.75 g; Laktoza: 15.82 g; Błonnik pokarmowy: 19.63 g; Sód: 1172.94 mg;		
wtorek 2024-04-23	**Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów**	
Masło, pieczywo razowe, herbata b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Szynka konserwowa z indyka , Pomidor, , Sałata zielona , **II Śniadanie:** Jogurt naturalny (***MLE,***),	Zupa pomidorowa z makaronem (D) (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), Kotlet z jaj (D) (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Ziemniaki , Kapusta włoska duszona (D) (***GLU, MLE,***), Kompot z owoców mieszanych b/c , **Podwieczorek:** Kanapka z wędliną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***),	Masło, pieczywo razowe, herbata z cytryną b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Ser biały z jogurtem (***MLE,***), Rzodkiewka , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2010.2 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 60.8 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.05 g; Węglowodany ogółem: 294.54 g; Sacharoza: 29.98 g; Laktoza: 23.32 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g; Sód: 1519.84 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-04-24	**Jadłospis dla diety: podstawowa**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Pasta rybno-twarogowa (N) (***JAJ, MLE, GOR,***), Ogórek świeży, ,	Zupa brokułowa z ziemniakami (***GLU, SOJ, MLE, SEL,***), Gulasz wieprzowy (***GLU, SEL,***), Kasza jęczmienna (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Surówka z ogórka i papryki konserwowej , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kiełbasa krakowska wieprzowa , Papryka żółta, , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2031.12 kcal; Białko ogółem: 77.75 g; Tłuszcz: 83.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 259.4 g; Sacharoza: 43.7 g; Laktoza: 18.2 g; Błonnik pokarmowy: 18.47 g; Sód: 1764.34 mg;		
środa 2024-04-24	**Jadłospis dla diety: łatwostrawna**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Pasta rybno-twarogowa (D) (***MLE, SEL,***), Pomidor, ,	Zupa brokułowa z ziemniakami (***GLU, SOJ, MLE, SEL,***), Gulasz drobiowy (***GLU, JAJ, SEL,***), Kasza jęczmienna (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Buraczki gotowane (D) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kiełbasa krakowska wieprzowa , Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1986.05 kcal; Białko ogółem: 82.72 g; Tłuszcz: 74.3 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.13 g; Węglowodany ogółem: 263.54 g; Sacharoza: 40.51 g; Laktoza: 18.2 g; Błonnik pokarmowy: 18.83 g; Sód: 1466.52 mg;		
środa 2024-04-24	**Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Pasta rybno-twarogowa (D) (***MLE, SEL,***), Ogórek świeży, ,	Zupa brokułowa z ziemniakami (***GLU, SOJ, MLE, SEL,***), Gulasz drobiowy (***GLU, JAJ, SEL,***), Kasza jęczmienna (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Surówka z ogórka i papryki konserwowej , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kiełbasa krakowska wieprzowa , Papryka żółta, , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1983.05 kcal; Białko ogółem: 82.52 g; Tłuszcz: 74.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.2 g; Węglowodany ogółem: 261.58 g; Sacharoza: 43.52 g; Laktoza: 18.2 g; Błonnik pokarmowy: 18.5 g; Sód: 1798.52 mg;		
środa 2024-04-24	**Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów**	
Masło, pieczywo razowe, kawa b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Pasta rybno-twarogowa (D) (***MLE, SEL,***), Ogórek świeży, , **II Śniadanie:** Kanapka z wędliną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***),	Zupa brokułowa z ziemniakami (***GLU, SOJ, MLE, SEL,***), Gulasz drobiowy (***GLU, JAJ, SEL,***), Kasza jęczmienna (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Surówka z ogórka i papryki konserwowej , Kompot z owoców mieszanych b/c , **Podwieczorek:** Jabłko ,	Masło, pieczywo razowe, herbata b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kiełbasa krakowska wieprzowa , Papryka żółta, , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2021.25 kcal; Białko ogółem: 89.17 g; Tłuszcz: 78.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.76 g; Węglowodany ogółem: 267.4 g; Sacharoza: 33.9 g; Laktoza: 18.2 g; Błonnik pokarmowy: 29.48 g; Sód: 2075.72 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-04-25	**Jadłospis dla diety: podstawowa**	
Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Zupa mleczna z płatkami owsianymi (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Polędwica drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Rzodkiewka , Sałata zielona ,	Barszcz czerwony (z ziemniakami) (***GLU, MLE, SEL,***), Gołąbki z sosem pieczarkowym (N) (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Szynka parzona wędzona , Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2005.05 kcal; Białko ogółem: 72.42 g; Tłuszcz: 59.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 316.87 g; Sacharoza: 56.39 g; Laktoza: 12.29 g; Błonnik pokarmowy: 24.89 g; Sód: 1438.25 mg;		
czwartek 2024-04-25	**Jadłospis dla diety: łatwostrawna**	
Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Zupa mleczna z płatkami owsianymi (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Polędwica drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Pomidor, , Sałata zielona ,	Barszcz czerwony (z ziemniakami) (***GLU, MLE, SEL,***), Gołąbki w sosie pomidorowym z włoskiej kapusty (D) (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Szynka parzona wędzona , Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1886.9 kcal; Białko ogółem: 78.4 g; Tłuszcz: 43.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.79 g; Węglowodany ogółem: 315.61 g; Sacharoza: 57.15 g; Laktoza: 12.3 g; Błonnik pokarmowy: 23.34 g; Sód: 1451.6 mg;		
czwartek 2024-04-25	**Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych**	
Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Zupa mleczna z płatkami owsianymi (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Polędwica drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Rzodkiewka , Sałata zielona ,	Barszcz czerwony (z ziemniakami) (***GLU, MLE, SEL,***), Gołąbki w sosie pomidorowym z włoskiej kapusty (D) (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Szynka parzona wędzona , Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1882.6 kcal; Białko ogółem: 78.13 g; Tłuszcz: 43.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.77 g; Węglowodany ogółem: 314.7 g; Sacharoza: 57.13 g; Laktoza: 12.3 g; Błonnik pokarmowy: 23.22 g; Sód: 1449.7 mg;		
czwartek 2024-04-25	**Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów**	
Masło, pieczywo razowe, herbata z cytryną b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Zupa mleczna z płatkami owsianymi (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Polędwica drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Rzodkiewka , Sałata zielona , **II Śniadanie:** Kanapka z serkiem twarogowym w plastrach (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***),	Barszcz czerwony (z ziemniakami) (***GLU, MLE, SEL,***), Gołąbki w sosie pomidorowym z włoskiej kapusty (D) (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Kompot z owoców mieszanych b/c , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny (***MLE,***),	Masło, pieczywo razowe, herbata b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Szynka parzona wędzona , Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1956.2 kcal; Białko ogółem: 87.61 g; Tłuszcz: 58.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.43 g; Węglowodany ogółem: 305.69 g; Sacharoza: 32.32 g; Laktoza: 19.8 g; Błonnik pokarmowy: 32.1 g; Sód: 1617.4 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-04-26	**Jadłospis dla diety: podstawowa**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Pasta z jajek ze szczypiorkiem (***JAJ, SEL, GOR,***), Ogórek świeży, ,	Krupnik czysty (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Ryba panierowana (***GLU, JAJ, RYB,***), Ziemniaki , Surówka z kapusty czerwonej z majonezem (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Ser żółty (60) (***JAJ, MLE,***), Ogórek kiszony, , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2079.84 kcal; Białko ogółem: 82.69 g; Tłuszcz: 70.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 288.19 g; Sacharoza: 34.75 g; Laktoza: 9.46 g; Błonnik pokarmowy: 19.15 g; Sód: 2413.42 mg;		
piątek 2024-04-26	**Jadłospis dla diety: łatwostrawna**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Pasta z jajek ze szczypiorkiem (***JAJ, SEL, GOR,***), Pomidor, ,	Krupnik czysty (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Ryba duszona (***GLU, RYB, MLE, SEL,***), Ziemniaki , Buraczki gotowane (D) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), serek twarogowy w plastrach (***MLE,***), Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2109.7 kcal; Białko ogółem: 86.7 g; Tłuszcz: 74.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.86 g; Węglowodany ogółem: 282.72 g; Sacharoza: 35.16 g; Laktoza: 9.58 g; Błonnik pokarmowy: 19.74 g; Sód: 1116.77 mg;		
piątek 2024-04-26	**Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Pasta z jajek ze szczypiorkiem (***JAJ, SEL, GOR,***), Ogórek świeży, ,	Krupnik czysty (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Ryba duszona (***GLU, RYB, MLE, SEL,***), Ziemniaki , Surówka z kapusty czerwonej z olejem (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Ser żółty (60) (***JAJ, MLE,***), Ogórek kiszony, , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2156.3 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 77.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.32 g; Węglowodany ogółem: 275.98 g; Sacharoza: 35.21 g; Laktoza: 9.64 g; Błonnik pokarmowy: 19.44 g; Sód: 2310.47 mg;		
piątek 2024-04-26	**Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów**	
Masło, pieczywo razowe, kawa b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Pasta z jajek ze szczypiorkiem (***JAJ, SEL, GOR,***), Ogórek świeży, , **II Śniadanie:** Jabłko ,	Krupnik czysty (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Ryba duszona (***GLU, RYB, MLE, SEL,***), Ziemniaki , Surówka z kapusty czerwonej z olejem (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Kompot z owoców mieszanych b/c , **Podwieczorek:** Kanapka z serkiem twarogowym w plastrach (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***),	Masło, pieczywo razowe, herbata z cytryną b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Ser żółty (60) (***JAJ, MLE,***), Ogórek kiszony, , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy (bez dodatku cukru) (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2256.3 kcal; Białko ogółem: 103.81 g; Tłuszcz: 94.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 279.26 g; Sacharoza: 25.55 g; Laktoza: 9.64 g; Błonnik pokarmowy: 30.42 g; Sód: 2408.47 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-04-27	**Jadłospis dla diety: podstawowa**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Polędwica drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Papryka czerwona, ,	Zupa kalafiorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Pieczeń rzymska drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Ziemniaki , Surówka z selera (***MLE, SEL,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), **Posiłek nocny:** Sałatka jarzynowa (N) (***JAJ, GOR,***), Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2280.25 kcal; Białko ogółem: 72.5 g; Tłuszcz: 86.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.91 g; Węglowodany ogółem: 324.87 g; Sacharoza: 57.84 g; Laktoza: 10.5 g; Błonnik pokarmowy: 25.54 g; Sód: 1827.62 mg;		
sobota 2024-04-27	**Jadłospis dla diety: łatwostrawna**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Polędwica drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Pomidor, ,	Zupa brokułowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Pieczeń rzymska drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Ziemniaki , Seler gotowany (***SEL,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), **Posiłek nocny:** Sałatka jarzynowa (D) (***JAJ, MLE,***), Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2127.4 kcal; Białko ogółem: 74.97 g; Tłuszcz: 71.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.8 g; Węglowodany ogółem: 315.15 g; Sacharoza: 56.21 g; Laktoza: 10.63 g; Błonnik pokarmowy: 22.9 g; Sód: 1698.27 mg;		
sobota 2024-04-27	**Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Polędwica drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Papryka czerwona, ,	Zupa kalafiorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Pieczeń rzymska drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Ziemniaki , Surówka z selera (***MLE, SEL,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), **Posiłek nocny:** Sałatka jarzynowa (D) (***JAJ, MLE,***), Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2122.45 kcal; Białko ogółem: 75.62 g; Tłuszcz: 68.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 322.54 g; Sacharoza: 57.73 g; Laktoza: 11.36 g; Błonnik pokarmowy: 25.26 g; Sód: 1755.22 mg;		
sobota 2024-04-27	**Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów**	
Masło, pieczywo razowe, kawa b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Polędwica drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Papryka czerwona, , **II Śniadanie:** Jogurt naturalny (***MLE,***),	Zupa kalafiorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Pieczeń rzymska drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Ziemniaki , Surówka z selera (***MLE, SEL,***), Kompot z owoców mieszanych , **Podwieczorek:** Kanapka z wędliną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***),	Masło, pieczywo razowe, herbata b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), **Posiłek nocny:** Sałatka jarzynowa (D) (***JAJ, MLE,***), Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2166.65 kcal; Białko ogółem: 87.37 g; Tłuszcz: 71.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 322.74 g; Sacharoza: 42.94 g; Laktoza: 18.86 g; Błonnik pokarmowy: 34.14 g; Sód: 2101.52 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-28	**Jadłospis dla diety: podstawowa**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet pieczony z indyka , Ogórek świeży, ,	Rosół z makaronem (***GLU, SEL,***), Kotlet schabowy panierowany (***GLU, JAJ,***), Ziemniaki , Surówka z buraczków z cebulą (N) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kiełbasa krakowska wieprzowa , Papryka żółta, , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1990.75 kcal; Białko ogółem: 79.94 g; Tłuszcz: 66.7 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.49 g; Węglowodany ogółem: 282.31 g; Sacharoza: 39.98 g; Laktoza: 16.9 g; Błonnik pokarmowy: 17.18 g; Sód: 1183.88 mg;		
niedziela 2024-04-28	**Jadłospis dla diety: łatwostrawna**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet pieczony z indyka , Pomidor, ,	Rosół z makaronem (***GLU, SEL,***), Bitki schabowe w sosie koperkowym (***GLU, MLE,***), Ziemniaki , Surówka z buraka i jabłka (D) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kiełbasa krakowska wieprzowa , Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1970.6 kcal; Białko ogółem: 79.06 g; Tłuszcz: 66.3 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.67 g; Węglowodany ogółem: 278.85 g; Sacharoza: 40.85 g; Laktoza: 17.61 g; Błonnik pokarmowy: 16.86 g; Sód: 1092.98 mg;		
niedziela 2024-04-28	**Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet pieczony z indyka , Ogórek świeży, ,	Rosół z makaronem (***GLU, SEL,***), Bitki schabowe w sosie koperkowym (***GLU, MLE,***), Ziemniaki , Surówka z buraka i jabłka (D) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kiełbasa krakowska wieprzowa , Papryka żółta, , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1968.6 kcal; Białko ogółem: 78.86 g; Tłuszcz: 66.3 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.65 g; Węglowodany ogółem: 278.35 g; Sacharoza: 40.85 g; Laktoza: 17.61 g; Błonnik pokarmowy: 16.71 g; Sód: 1089.98 mg;		
niedziela 2024-04-28	**Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów**	
Masło, pieczywo razowe, kawa b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet pieczony z indyka , Ogórek świeży, , **II Śniadanie:** Kanapka z serkiem twarogowym w plastrach (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***),	Rosół z makaronem (***GLU, SEL,***), Bitki schabowe w sosie koperkowym (***GLU, MLE,***), Ziemniaki , Surówka z buraka i jabłka (D) , Kompot z owoców mieszanych b/c , **Podwieczorek:** Jabłko ,	Masło, pieczywo razowe, herbata z cytryną b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kiełbasa krakowska wieprzowa , Papryka żółta, , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2076.6 kcal; Białko ogółem: 83.23 g; Tłuszcz: 82.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 284.93 g; Sacharoza: 31.19 g; Laktoza: 17.61 g; Błonnik pokarmowy: 27.69 g; Sód: 1187.98 mg;		