

JADŁOSPIS 02.04.2026 r.

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Ryż na mleku 350g (7) Chleb żytni razowy 110g (1) Masło 10g (7) Wędlina drobiowa 80g Ogórek zielony 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (7) Cukier 5g	Chleb graham 110g (1) Masło 10g (7) Wędlina drobiowa 80g Ogórek zielony 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (7)	Ryż na mleku 350g (7) Chleb baltonowski 110g (1) Masło 10g (7) Wędlina drobiowa 80g Pomidor b/s 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (7) Cukier 5g
2 Śniadanie		Kefir 200g (7)	
Obiad	Zupa brokułowa 450g (1,9) Eskalopka drobiowa 120g (1,3,7) Ziemniaki z zieleniną 200g Surówka z kapusty pekińskiej 150g Kompot wieloowocowy 250g	Zupa grysikowa 450g (1,9) Bitka drobiowa 100g (1,3,7) Ziemniaki z zieleniną 200g Surówka z kapusty pekińskiej 150g Kompot wieloowocowy 250g	Zupa grysikowa 450g (1,9) Bitka drobiowa 100g (1,3,7) Ziemniaki z zieleniną 200g Marchewka gotowana 150g (1) Kompot wieloowocowy 250g
Podwieczorek		Gruszka 120g	

Kolacja	Chleb graham 70g (1) Masło 10g (7) Połędwica drobiowa 30g Ser biały 30g (7) Sałatka warzywna z kaszą jaglaną i sosem winegret 100g (1) Herbata 250g Cukier 5g								Chleb graham 70g (1) Masło 10g (7) Połędwica drobiowa 30g Ser biały 30g (7) Sałatka warzywna z kaszą jaglaną i sosem winegret 100g (1) Herbata 250g								Chleb baltonowski 70g (1) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 30g Ser biały 40g (7) Sałatka warzywna z kaszą jaglaną i sosem winegret 100g (1) Herbata 250g Cukier 5g							
Posiłek nocny	Chleb baltonowski 30g (1) Ser żółty 20g (7) Pomidor 30g								Chleb razowy żytni 30g (1) Ser żółty light 20g (7) Pomidor 30g								Chleb baltonowski 30g (1) Połędwica drobiowa 20g Pomidor b/s 30g							
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas(g)	W (%)	w/pr zy(%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy(%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy(%)	bł(g)	sól
	2285	15,39	28,1	24,03	56,51	9,15	34,18	1,8	2304	15,58	28,31	24,9	56,11	8,79	34,22	1,9	2253	15,23	24,87	20,14	59,9	9,07	33,18	1,9

JADŁOSPIS 03.04.2026 r.

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 350g (7) Chleb żytni razowy 110g (1) Masło 10g (7) Jajko gotowane w sosie tatarskim 80g (3) Papryka, pomidor 100g Herbata 250g Cukier 5g	Kasza jaglana na mleku 350g (7) Chleb żytni razowy 110g (1) Masło 10g (7) Jajko gotowane 50g (3) Ser żółty light 30g (7) Papryka, pomidor 100g Herbata 250g	Kasza jaglana na mleku 350g (7) Chleb baltonowski 110g (1) Masło 10g (7) Jajko gotowane na miękko 50g (3) Wędlina drobiowa 30g Pomidor b/s 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g
2 Śniadanie		Jabłko pieczone 120g	
Obiad	Żurek 450g (1,7) Miruna panierowana 100g (1,3,4,7) Ziemniaki z zieleniną 180g Surówka z kiszanej kapusty 150g Kompot wieloowocowy 250g	Żurek 450g (1,7) Miruna duszona 100g (1,3,4,7) Ziemniaki z zieleniną 180g Surówka z kiszanej kapusty 150g Kompot wieloowocowy 250g	Zupa jarzynowa 450g (1) Miruna gotowana 100g (4) Ziemniaki z zieleniną 180g Bukiet warzyw 150g Kompot wieloowocowy 250g

Podwieczorek									Chleb graham 40g (1) Ser warzywny 40g (7)															
Kolacja	Chleb baltonowski 100g (1) Masło 10g (7) Twarożek ze szczypiorkiem 100g (7) Pomidor 70g Ogórek zielony 30g Herbata 250g Cukier 5g								Chleb graham 100g (1) Masło 10g (7) Twarożek ze szczypiorkiem 100g (7) Pomidor 70g Ogórek zielony 30g Herbata 250g								Chleb baltonowski 80g (1) Masło 10g (7) Twarożek ze koperkiem 40g (7) Dżem niskosłodzony 20g Pomidor b/s 70g Sałata lodowa 30g Herbata 250g Cukier 5g							
Posiłek nocny	Winogrona 120g								Jogurt naturalny 150g (7)								Jabłko pieczone 150g							
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól
	2213	15,87	29,96	24,59	54,17	9,34	37,84	1,9	2257	15,92	29,85	24,72	54,23	8,72	37,98	1,9	2139	17,15	24,63	18,52	58,22	9,86	36,84	1,8

JADŁOSPIS 04.04.2026 r.

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Płatki jęczmienne 350g (1,7) Chleb żytni razowy 90g (1) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 30g Pasta z tuńczyka 50g (4) Pomidor 70g Sałata, oliwa 30g Herbata 250g Cukier 5g	Chleb graham 90g (1) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 30g Pasta z tuńczyka 50g (4) Pomidor 70g Sałata, oliwa 30g Herbata 250g	Płatki jęczmienne 350g (1,7) Chleb baltonowski 90g (1) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 30g Pasta z tuńczyka 50g (4) Pomidor b/s 70g Sałata, oliwa 30g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (7) Cukier 5g
2 Śniadanie		Pomarańcza 150g	

Obiad	Rosół z makaronem 450g (1,3,9) Filet z indyka pieczony 100g (1) Ryż brązowy 160g Buraczki zasmażane 150g (1,7) Kompot wieloowocowy 250g								Rosół z makaronem 450g (1,3,9) Filet z indyka na parze 100g (1) Ryż brązowy 160g Ćwikła 150g Kompot wieloowocowy 250g								Rosół z makaronem 450g (1,3,9) Filet z indyka na parze 100g (1) Ryż brązowy 160g Buraczki zasmażane 150g (1,7) Kompot wieloowocowy 250g							
Podwieczorek									Chleb żytni 50g (1) Masło 5g (7) Polędwica drobiowa 20g															
Kolacja	Chleb graham 100g (1) Masło 10g (7) Pasztet drobiowy pieczony 80g (1,3) Pasta z warzyw pieczonych 100g Herbata 250g Cukier 5g								Chleb graham 100g (1) Masło 10g (7) Pasztet z fileta z kurczaka 80g (1,3) Pasta z warzyw pieczonych 100g Herbata 250g								Chleb baltonowski 100g (1) Masło 10g (7) Pasztet z fileta z kurczaka 80g (1,3) Pasta z warzyw pieczonych 100g Herbata 250g							
Posiłek nocny	Maślanka z owocami i otrębami pszennymi 150g (1,7)								Kefir z otrębami 150g (7)								Kefir 150g (7)							
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól
	2315	16,07	28,87	24,62	55,06	9,81	33,02	1,9	2322	16,21	28,80	24,70	54,99	9,03	33,25	1,9	2287	17,27	24,89	21,69	57,84	9,81	33,02	1,9

JADŁOSPIS 05.04.2026 r.

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kasza manna na mleku 350g (1,7) Chleb graham 110g (1) Masło 10g (7) Wędlina drobiowa 80g Sałatka jarzynowa 100g (3,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250g (7)	Chleb graham 110g (1) Masło 10g (7) Wędlina drobiowa 80g Sałatka jarzynowa 100g (3,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250g (7)	Kasza manna na mleku 350g(1,7) Chleb pszenny 110g (1) Masło 10g (7) Wędlina drobiowa 80g Sałatka jarzynowa 100g (3,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250g (7)

2 Śniadanie		Chleb żytni razowy 30g (1) Ser biały 20g (7)																						
Obiad	Zupa grzybowa 450g (1,7) Schab ze śliwką 100g Ziemniaki 180 g Surówka z marchewki 150g Sernik 100 g (1,3,7) Kompot wieloowocowy 250g	Zupa grzybowa 450g (1,7) Schab ze śliwką 100g Ziemniaki 180g Surówka z marchewki 150g Jabłko 100g Kompot wieloowocowy 250g	Krupnik 450g (1,7) Schab ze śliwką 100g Ziemniaki 180g Marchewka gotowana 150g Sernik 100g (1,3,7) Kompot wieloowocowy 250g																					
Podwieczorek		Paluszki 30g (1)																						
Kolacja	Chleb żytni razowy 90g (1) Masło 10g (7) Wędlina 80g Pomidor 80g Sałata 20g Herbata 250g	Chleb żytni razowy 90g(1) Masło 10g (7) Wędlina 80g Pomidor 80g Sałata 20g Herbata 250g	Chleb pszenny 90g (1) Masło 10g (7) Wędlina 70g Pomidor b/s 80g Sałata 20g Herbata 250g																					
Posiłek nocny	Sałatka 120 g (1,3,7)	Sałatka 120 g (1,3,7)	Sałatka 120 g (1,3,7)																					
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy(%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy(%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy(%)	bł(g)	sól

	2301	16,2 7	29,1 8	24,13	54,5 5	9,32	33,56	1,9	2358	16,3 5	29,1 0	24,1 5	54,5 5	8,45	33,6 7	1,9	2241	18,2 3	24,2 7	20,2 5	57,5 0	9,32	30,7 6	1,9
--	------	-----------	-----------	-------	-----------	------	-------	-----	------	-----------	-----------	-----------	-----------	------	-----------	-----	------	-----------	-----------	-----------	-----------	------	-----------	-----

JADŁOSPIS 06.04.2026 r.

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów
--	---	--	--

Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350g (1,7) Chleb żytni razowy 110g (1) Masło 10g (7) Wędlina drobiowa 80g Pomidor 90g Sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (7)	Chleb żytni razowy 110g (1) Masło 10g (7) Wędlina drobiowa 80g Pomidor 90g Sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (7)	Płatki owsiane na mleku 350g (1,7) Chleb pszenny 90g (1) Masło 10g (7) Wędlina drobiowa 80g Pomidor 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (7)
2 Śniadanie		Chleb żytni razowy 30g (1) Ser topiony 20g (7)	
Obiad	Rosół 400g (1,7,9) Kotlet z kurczaka 100g (1,3,7) Ziemniaki 180g Surówka z czerwonej kapusty 150g Piernik 100g (1,3,7) Kompot wielowocowy 250g	Rosół 400g (1,7,9) Kotlet z kurczaka 100g Ziemniaki 180g Surówka z czerwonej kapusty 150g Banan 100g Kompot wielowocowy 250g	Rosół 400g (1,7,9) Kotlet z kurczaka 100g Ziemniaki 180g Surówka z selera 150g (9) Piernik 100g (1,3,7) Kompot wielowocowy 250g
Podwieczorek		Mandarynki 100g	
Kolacja	Chleb graham 110g (1) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 40g Ser biały 40g (7) Pomidor, rzodkiewka, sałata, oliwa 100g Herbata 250g	Chleb graham 110g (1) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 40g Ser biały 40g (7) Pomidor, rzodkiewka, sałata, oliwa 100g Herbata 250g	Chleb pszenny 90g (1) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 40g Ser biały chudy 40g (7) Pomidor, sałata, oliwa 100g Herbata 250g

Posiłek nocny	Serek homogenizowany z otrębami 200g (1,7)								Koktajl truskawkowy z otrębami 200g (1,7)								Koktajl truskawkowy z otrębami 200g (1,7)							
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól
	2323	16,4	28,72	24,66	54,88	8,91	35,78	1,9	2367	16,8	28,75	24,86	54,45	8,23	36,54	1,9	2253	16,34	24,58	20,62	59,08	8,81	33,28	1,8

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Grysik na mleku 350g (1,7) Chleb żytni razowy 90g (1) Masło 10g (7) Polędwica drobiowa 80g Pomidor 90g Sałata masłowa 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g	Chleb żytni razowy 110g (1) Masło 10g (7) Polędwica drobiowa 80g Pomidor 100g Sałata masłowa 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Grysik na mleku 350g (1,7) Chleb baltonowski 110g (1) Masło 10g (7) Polędwica drobiowa 80g Pomidor b/s 100g Sałata masłowa 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g
2 Śniadanie		Chleb graham 50g (1) Serek śmietankowy 30g (7)	
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 450g (1,7) Gulasz drobiowy 100g (1) Kasza gryczana 180g (1) Surówka z białej kapusty z fasolą 150g Kompot wieloowocowy 250g	Barszcz czerwony z ziemniakami 450g (1,7) Gulasz drobiowy 100g (1) Kasza gryczana 180g (1) Surówka z białej kapusty z fasolą 150g Kompot wieloowocowy 250g	Barszcz czerwony z ziemniakami 450g (1,7) Gulasz drobiowy 100g (1) Ryż 180g Cukinia gotowana 150g Kompot wieloowocowy 250g
Podwieczorek		Jabłko 150g	

Kolacja	Chleb graham 90g (1) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 80g Pomidor z rzodkiewką, sałatą i oliwą 100g Herbata 250g Cukier 5g								Chleb graham 90g (1) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 80g Pomidor z rzodkiewką, sałatą i oliwą 100g Herbata 250g								Chleb baltonowski 90g (1) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 80g Pomidor b/s, sałata, oliwa 100g Herbata 250g Cukier 5g							
Posiłek nocny	Serek wiejski 150g (7)								Ser półtusty 100g (7)								Serek wiejski 150g (7)							
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól
	2328	16,34	29,28	25,14	54,38	9,43	32,78	1,9	2300	16,45	29	25,87	54,28	9,03	32,96	1,9	2310	16,12	24,58	21,16	59,30	9,45	31,64	1,9

JADŁOSPIS 08.04.2026 r.

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Makaron na mleku 350g (1,7) Chleb żytni razowy 110g (1) Masło 10g (7) Baleron z indyka 40g Ser biały 40g (7) Ogórek zielony, rzodkiewka 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g	Chleb żytni razowy 110g (1) Masło 10g (7) Baleron z indyka 40g Ser biały 40g (7) Ogórek zielony, rzodkiewka 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Makaron na mleku 350g (1,7) Chleb baltonowski 110g (1) Masło 10g (7) Baleron z indyka 40g Ser biały chudy 40g (7) Pomidor b/s 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g
2 Śniadanie		Koktajl truskawkowy b/c 200g (7)	
Obiad	Zupa krem z brokuła 450g (1,7,9) Zrazy w sosie pomidorowym 100g (1,3) Ziemniaki z zieleniną 180g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot wieloowocowy 250g	Zupa krem z brokuła 450g (1,7,9) Zrazy w sosie pomidorowym 100g (1,3) Ziemniaki z zieleniną 180g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot wieloowocowy 250g	Zupa krem z brokuła 450g (1,7,9) Pulpet w sosie pomidorowym 100g (1,3) Ziemniaki z zieleniną 180g Warzywa gotowane 150g Kompot wieloowocowy 250g

Podwieczorek		Chleb graham 30g (1) Serek śmietankowy 20g (7)																						
Kolacja	Chleb graham 70g (1) Masło 10g (7) Szynka drobiowa parzona 80g Sałatka z makaronu razowego z pomidorami suszonymi i oliwą 100g (1,3) Herbata 250g Cukier 5g	Chleb graham 70g (1) Masło 10g (7) Szynka drobiowa parzona 80g Sałatka z makaronu razowego z pomidorami suszonymi i oliwą 100g (1,3) Herbata 250g	Chleb baltonowski 70g (1) Masło 10g (7) Szynka drobiowa parzona 80g Sałatka koktajlowa 100g Herbata 250g Cukier 5g																					
Posiłek nocny	Chleb baltonowski 30g (1) Ser fromage 20g (7)	Gruszka 150g	Kisiel owocowy 150g																					
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól
	2286	17,19	29,14	24,52	53,67	9,55	35,12	2	2284	17,54	29,34	24,92	53,12	9,75	35,12	2	2232	18,15	24,94	21,12	56,91	9,75	35,12	2

JADŁOSPIS 09.04.2026 r.

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,7) Chleb żytni razowy 110g (1) Masło 10g (7) Parówki drobiowe, ketchup 80g/10g Pomidor 90g Roszponka 10g Herbata 250g Cukier 5g	Chleb żytni razowy 110g (1) Masło 10g (7) Parówki drobiowe, ketchup 80g/10g Pomidor 90g Roszponka 10g Herbata 250g	Płatki jęczmienne na mleku 350g (1,7) Chleb baltonowski 110g (1) Masło 10g (7) Parówki drobiowe, ketchup 80g/10g Pomidor b/s 90g Roszponka 10g Herbata 250g Cukier 5g
2 Śniadanie		Kiwi 100g	

Obiad	Zupa koperkowa 450g (1,7) Roladka drobiowa 100g (1) Ziemniaki z zieleniną 180g Buraczki 150g (1,7) Kompot wieloowocowy 250g								Zupa koperkowa 450g (1,7) Roladka drobiowa 100g (1) Ziemniaki z zieleniną 180g Ćwikła 150g Kompot wieloowocowy 250g								Zupa koperkowa 450g (1,7) Bitka drobiowa 100g (1) Ziemniaki z zieleniną 180g Buraczki 150g (1,7) Kompot wieloowocowy 250g							
Podwieczorek									Jogurt naturalny 150 g (7)															
Kolacja	Chleb baltonowski 90g (1) Masło 10g (7) Indyk w galarecie 40g Kiełbasa szynkowa drobiowa 30g Papryka 70g Sałata 30g Herbata 250g Cukier 5g								Chleb graham 90g (1) Masło 10g (7) Indyk w galarecie 40g Kiełbasa szynkowa drobiowa 30g Papryka 70g Sałata 30g Herbata 250g								Chleb baltonowski 90g (1) Masło 10g (7) Szynka z indyka 70g Warzywa gotowane 100g Herbata 250g Cukier 5g							
Posiłek nocny	Mandarynki 120g								Chleb graham 35g (1) Serek śmietankowy 20g (7) Ogórek zielony 10g								Chleb baltonowski 35g (1) Serek śmietankowy 20g (7) Pomidor b/s 20g							
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól
	2314	15,8	29,15	24,65	55,05	9,23	33,15	1,8	2331	16,1	29,07	24,89	54,83	8,92	33,27	1,8	2301	16,4	24,17	20,93	59,43	9,20	33,04	1,8

JADŁOSPIS 10.04.2026 r.

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Ryż na mleku 350g (7) Chleb żytni razowy 110g (1) Masło 10g (7) Jajecznica 100g (3) Papryka, pomidor 100g Herbata 250g Cukier 5g	Chleb żytni razowy 110g (1) Masło 10g (7) Jajko gotowane 50g (3) Ser żółty light 30g (7) Papryka, pomidor 100g Herbata 250g	Ryż na mleku 350g (7) Chleb baltonowski 110g (1) Masło 10g (7) Jajko gotowane na miękko 50g (3) Wędlina drobiowa 30g Pomidor b/s 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g

2 Śniadanie		Jabłko pieczone 120g																						
Obiad	Zupa kalafiorowa 450g (1,7) Miruna panierowana 100g (1,3,4,7) Ziemniaki z zieleniną 180g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot wieloowocowy 250g	Zupa kalafiorowa 450g (1,7) Miruna duszona 100g (1,3,4,7) Ziemniaki z zieleniną 180g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot wieloowocowy 250g	Zupa jarzynowa 450g (1) Miruna gotowana 100g (4) Ziemniaki z zieleniną 180g Cukinia duszona 150g Kompot wieloowocowy 250g																					
Podwieczorek		Chleb graham 40g (1) Ser warzywny 40g (7)																						
Kolacja	Chleb baltonowski 100g (1) Masło 10g (7) Twarożek ze szczypiorkiem 100g (7) Pomidor 70g Ogórek zielony 30g Herbata 250g Cukier 5g	Chleb graham 100g (1) Masło 10g (7) Twarożek ze szczypiorkiem 100g (7) Pomidor 70g Ogórek zielony 30g Herbata 250g	Chleb baltonowski 80g (1) Masło 10g (7) Twarożek ze koperkiem 40g (7) Dżem niskosłodzony 20g Pomidor b/s 70g Sałata lodowa 30g Herbata 250g Cukier 5g																					
Posiłek nocny	Pomarańcza 100g	Jogurt naturalny 150g (7)	Jabłko pieczone 150g																					
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól

	2213	15,8	29,9	24,59	54,1	9,34	37,84	1,9	2257	15,9	29,8	24,7	54,2	8,72	37,9	1,9	2139	17,1	24,6	18,5	58,2	9,86	36,8	1,8
		7	6		7					2	5	2	3		8			5	3	2	2		4	

JADŁOSPIS 11.04.2026 r.

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów
--	---	--	--

Śniadanie	Kaszka kukurydziana na mleku 350g (1,7) Chleb żytni razowy 110g (1) Masło 10g (7) Paszтет pieczony drobiowy 80g Ogórek kiszony 80g Rzodkiew biała 20g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g	Chleb żytni razowy 110g (1) Masło 10g (7) Szynka drobiowa gotowana 80g Ogórek kiszony 80g Rzodkiew biała 20g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Kaszka kukurydziana na mleku 350g (1,7) Chleb baltonowski 110g (1) Masło 10g (7) szynka drobiowa gotowana 80g Pomidor b/s 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g
2 Śniadanie		Chleb graham 50g (1) Jajko 50g (3)	
Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem 450g (1,3,7) Polędwiczki drobiowe w sosie ziołowym 100g (1) Ziemniaki z zieloną 180g Sałatka z pomidorami, kukurydzą i oliwą 150g Kompot wieloowocowy 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 450g (1,3,7) Polędwiczki drobiowe w sosie czosnkowym 100g/30g (1) Ziemniaki z zieloną 180g Sałatka z pomidorami, kukurydzą i oliwą 150g Kompot wieloowocowy 250g	Zupa krem z warzyw 450g (1) Polędwiczki drobiowe 100g (1) Ziemniaki z zieloną 180g Marchewka gotowana 150g Kompot wieloowocowy 250g
Podwieczorek		Banan 150g	
Kolacja	Chleb baltonowski 110g (1) Masło 10g (7) Filet z piersi kurczaka 80g Pomidor 70g Sałata 30g Herbata 250g Cukier 5g	Chleb graham 110g (1) Masło 10g (7) Filet z piersi kurczaka 80g Pomidor 70g Sałata 30g Herbata 250g	Chleb baltonowski 110g (1) Masło 10g (7) Filet z piersi kurczaka 80g Sałata dietetyczna 100g Herbata 250g Cukier 5g

Posiłek nocny	Koktajl wieloowocowy 200g (7)								Koktajl wieloowocowy 200g (7)								Koktajl wieloowocowy 200g (7)							
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy (%)	bł(g)	sól
	2221	15,2	29,52	24,28	55,28	9,78	33,41	1,9	2245	15	28,37	24,25	56,61	8,21	33,62	1,9	2167	17,1	24,82	20,32	58,08	9,98	31,61	1,9

Spis alergenów:

1. Zboża zawierające gluten
3. Jajka i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
9. Seler