

Jadłospis 17.08.-30.08.2026r.

Wydanie: **2**

Strona 1 z 17

17.08.2026	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Pomidor 50 g Brzoskwinia 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Pomidor 50 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Serek homo. naturalny 30 g (MLE,)	
Obiad	Brokułowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj-pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Marchew gotowana z olejem. 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem drobno tarta. 100 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj-pieczony 2 [Por] x 70 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Marchew gotowana z olejem. 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem drobno tarta. 100 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj-pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z selera i jabłka z olejem drobno tarta. 100 g (SEL,) Marchew gotowana z olejem. 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ,) Papryka świeża 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ,) Papryka świeża 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Sałatka z pomidorów i tuńczyka z koperkiem 100 g (RYB,)
Przekąska nocna	Bannan 150 g	Brzoskwinia 150 g	Banan 150 g

 SZPITAL MIEJSKI W SIEMIANOWICACH ŚLĄSKICH SP. Z O.O.		Załącznik nr 1 do Procedury – Standard organizacyjny żywienia zbiorowego pacjentów hospitalizowanych – PR/OD12		
		Jadłospis 17.08.-30.08.2026r.		Wydanie: 2
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2136.06 kcal; Białko ogółem: 69.01 g; Tłuszcz: 67.69 g; Kw. tł. nasy.: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 340.49 g; W tym cukry: 83.63 g; Błonnik pok.: 34.03 g; Sód: 3517.83 mg;	Wartość energetyczna: 2139.26 kcal; Białko ogółem: 81.44 g; Tłuszcz: 83.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.92 g; Węglowodany ogółem: 301.18 g; W tym cukry: 34.60 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sód: 3449.56 mg;	Wartość energetyczna: 2179.35 kcal; Białko ogółem: 72.88 g; Tłuszcz: 66.76 g; Kw. tł. nasy.: 20.70 g; Węglowodany ogółem: 340.12 g; W tym cukry: 85.16 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sód: 2899.19 mg;	

Jadłospis 17.08. – 30.08.2026Wydanie: **2**

Strona 3 z 17

18.08.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Łatwo strawna
Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Ogórek świeży 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Ogórek świeży 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
II śniadanie		Ser żółty 30 g (MLE,) Chleb Graham 3 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,)	
Obiad	Solferino z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 200 g Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta 100 g Sałata zielona z sosem vinegrett 80 g (GOR,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 200 g Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta 100 g Sałata zielona z sosem vinegrett 80 g (GOR,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 200 g Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta 100 g Dynia z wody z ziołami 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek 50 g (MLE,) Słupki z marchewki 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek 50 g (MLE,) Słupki z marchewki 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek 50 g (MLE,) Marchew surowa drobno tarta 50 g
Przekąska nocna	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2292.33 kcal; Białko ogółem: 121.72 g; Tłuszcz: 59.17 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; Węglowodany ogółem: 340.70 g; W tym cukry: 99.75 g; Błonnik pok.: 25.79 g; Sód: 2660.52 mg;	Wartość energetyczna: 2166.13 kcal; Białko ogółem: 133.58 g; Tłuszcz: 73.01 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 273.69 g; W tym cukry: 43.37 g; Błonnik pok.: 32.52 g; Sód: 2776.82 mg;	Wartość energetyczna: 2297.14 kcal; Białko ogółem: 124.85 g; Tłuszcz: 50.69 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; Węglowodany ogółem: 347.14 g; W tym cukry: 102.54 g; Błonnik pok.: 20.40 g; Sód: 2226.78 mg;

Jadłospis 17.08. – 30.08.2026

Wydanie: **2**

Strona 4 z 17

19.08.2026	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Salatka z pomidora i ogórka z fasolą 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Salatka z pomidora i ogórka z fasolą 50 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Pomidor 50 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (MLE,)	
Obiad	Grycikowa * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kalafior gotowany z olejem* 100 g Buraczki gotowane z olejem. 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Grycikowa * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 2 [Por] x 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kalafior gotowany z olejem* 100 g Buraczki gotowane z olejem. 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Grycikowa * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kalafior gotowany z olejem* 100 g Buraczki gotowane z olejem. 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Rzodkiew biała 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Rzodkiew biała 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Seler z pietruszką gotowany z olejem 50 g (GLU PSZ, SEL,)
Przekąska nocna	Brzoskwinia 150 g	Brzoskwinia 150 g	Brzoskwinia 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2001.22 kcal; Białko ogółem: 79.10 g; Tłuszcz: 62.29 g; Kw. tł. nasy.: 20.27 g; Węglowodany ogółem: 306.97 g; W tym cukry: 61.25 g; Błonnik pok.: 30.65 g; Sód: 2899.93 mg;	Wartość energetyczna: 2040.82 kcal; Białko ogółem: 100.05 g; Tłuszcz: 69.08 g; Kw. tł. nasy.: 22.40 g; Węglowodany ogółem: 288.03 g; W tym cukry: 31.02 g; Błonnik pok.: 34.79 g; Sód: 3001.44 mg;	Wartość energetyczna: 2047.55 kcal; Białko ogółem: 80.79 g; Tłuszcz: 60.82 g; Kw. tł. nasy.: 20.07 g; Węglowodany ogółem: 310.20 g; W tym cukry: 64.37 g; Błonnik pok.: 22.80 g; Sód: 2410.94 mg;

Jadłospis 17.08. – 30.08.2026

Wydanie: **2**

Strona 5 z 17

20.08.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50 g (MLE,) Ogórek świeży 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50 g (MLE,) Ogórek świeży 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE,) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (SOJ, MLE,) Masło extra 82% 5 g (MLE,)	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 300 g Surówka z marchwi i selera z olejem drobno tarta. 100 g (SEL,) Sałata zielona z jogurtem 80 g (MLE,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 300 g Surówka z marchwi i selera z olejem drobno tarta. 100 g (SEL,) Sałata zielona z jogurtem 80 g (MLE,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 300 g Surówka z marchwi i selera z olejem drobno tarta. 100 g (SEL,) Sałata zielona z jogurtem 80 g (MLE,) Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Brokuł gotowany* 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Brokuł gotowany* 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Brokuł gotowany* 50 g
Przekąska nocna	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2018.03 kcal; Białko ogółem: 73.15 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 18.48 g; Węglowodany ogółem: 319.13 g; W tym cukry: 66.09 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sód: 2636.09 mg;	Wartość energetyczna: 2076.42 kcal; Białko ogółem: 85.03 g; Tłuszcz: 71.16 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 304.21 g; W tym cukry: 47.09 g; Błonnik pok.: 38.96 g; Sód: 2849.49 mg;	Wartość energetyczna: 2097.75 kcal; Białko ogółem: 77.13 g; Tłuszcz: 61.05 g; Kw. tł. nasy.: 17.81 g; Węglowodany ogółem: 324.78 g; W tym cukry: 67.35 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sód: 2203.79 mg;

Jadłospis 17.08. – 30.08.2026

Wydanie: **2**

Strona 6 z 17

21.08.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Seler z pietruszką gotowany z olejem 50 g (GLU PSZ, SEL,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Seler z pietruszką gotowany z olejem 50 g (GLU PSZ, SEL,)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Seler z pietruszką gotowany z olejem 50 g (GLU PSZ, SEL,)
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE,)	
Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem*. 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba gotowana (Morszczuk) 200 g (RYB,) Sałatka z kapusty czerwonej gotowanej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem*. 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba gotowana (Morszczuk) 200 g (RYB,) Sałatka z kapusty czerwonej gotowanej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem*. 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba gotowana (Morszczuk) 200 g (RYB,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Szpinak gotowany z olejem*. 100 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Kalarepa 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Kalarepa 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Kalafior gotowany* 50 g
Przekąska nocna	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2219.93 kcal; Białko ogółem: 127.55 g; Tłuszcz: 56.21 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 326.86 g; W tym cukry: 97.70 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sód: 2619.78 mg;	Wartość energetyczna: 2023.00 kcal; Białko ogółem: 139.62 g; Tłuszcz: 58.55 g; Kw. tł. nasy.: 22.21 g; Węglowodany ogółem: 266.17 g; W tym cukry: 48.55 g; Błonnik pok.: 33.55 g; Sód: 2656.49 mg;	Wartość energetyczna: 2235.16 kcal; Białko ogółem: 131.61 g; Tłuszcz: 51.46 g; Kw. tł. nasy.: 20.32 g; Węglowodany ogółem: 327.32 g; W tym cukry: 92.75 g; Błonnik pok.: 21.86 g; Sód: 2237.83 mg;

Jadłospis 17.08. – 30.08.2026

Wydanie: **2**

Strona 7 z 17

22.08.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,)	
Obiad	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g (GLU PSZ,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem. 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem. 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem. 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Banan 150 g	Nektarynka 150 g	Banan 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2044.79 kcal; Białko ogółem: 72.03 g; Tłuszcz: 69.98 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 305.26 g; W tym cukry: 73.93 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sód: 3720.17 mg;	Wartość energetyczna: 2078.89 kcal; Białko ogółem: 89.54 g; Tłuszcz: 82.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.59 g; Węglowodany ogółem: 276.73 g; W tym cukry: 39.42 g; Błonnik pok.: 30.75 g; Sód: 3903.71 mg;	Wartość energetyczna: 2031.85 kcal; Białko ogółem: 76.27 g; Tłuszcz: 60.06 g; Kw. tł. nasy.: 21.33 g; Węglowodany ogółem: 312.26 g; W tym cukry: 81.69 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sód: 2621.43 mg;

Jadłospis 17.08. – 30.08.2026

Wydanie: **2**

Strona 8 z 17

23.08.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Miód (25g) 2 szt Rzodkiew biała 50 g	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Rzodkiew biała 50 g	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Miód (25g) 2 szt Salátka jarzynowa z olejem* 50 g (SEL)
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,)	
Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Podudzie z kurczaka pieczone 120 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem drobno tarta 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Podudzie z kurczaka pieczone 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem drobno tarta 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml Brokuł gotowany z olejem* 100 g	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Podudzie z kurczaka gotowane 120 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot z aronii* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE,) Słupki z marchewki 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE,) Słupki z marchewki 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE,) Marchew surowa drobno tarta 50 g
Przekąska nocna	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2173.50 kcal; Białko ogółem: 92.41 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 316.01 g; W tym cukry: 102.14 g; Błonnik pok.: 29.55 g; Sód: 2968.75 mg;	Wartość energetyczna: 2076.40 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 80.61 g; Kw. tł. nasy.: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 264.90 g; W tym cukry: 44.16 g; Błonnik pok.: 34.14 g; Sód: 2987.95 mg;	Wartość energetyczna: 2219.84 kcal; Białko ogółem: 96.22 g; Tłuszcz: 64.50 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 328.81 g; W tym cukry: 103.25 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sód: 2650.35 mg;

Jadłospis 17.08.– 30.08.2026

Wydanie: **2**

Strona 9 z 17

24.08.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Ogórek świeży 50 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Pomidor 50 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Polędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,)	
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE,) Surówka z marchwi z olejem drobno tarta. 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos własny* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z marchwi z olejem drobno tarta. 100 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE,) Surówka z marchwi z olejem drobno tarta. 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i sałaty lodowej z olejem 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i sałaty lodowej z olejem 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Kalafior gotowany* 50 g
Przekąska nocna	Nektarynka 150 g	Nektarynka 150 g	Banan 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2034.19 kcal; Białko ogółem: 68.98 g; Tłuszcz: 46.68 g; Kw. tł. nasy.: 17.49 g; Węglowodany ogółem: 355.41 g; W tym cukry: 78.30 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sód: 2452.73 mg;	Wartość energetyczna: 2049.92 kcal; Białko ogółem: 91.86 g; Tłuszcz: 65.53 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 301.84 g; W tym cukry: 33.90 g; Błonnik pok.: 38.68 g; Sód: 2754.55 mg;	Wartość energetyczna: 2126.51 kcal; Białko ogółem: 70.98 g; Tłuszcz: 43.74 g; Kw. tł. nasy.: 17.42 g; Węglowodany ogółem: 375.75 g; W tym cukry: 96.71 g; Błonnik pok.: 21.57 g; Sód: 1947.59 mg;

Jadłospis 17.08. – 30.08.2026

Wydanie: **2**

Strona 10 z 17

25.08.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwo strawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Masło extra 82% 10 g (MLE,) Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,)	
Obiad	Jarzynowa z grysiem dieta* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Marchew gotowana z olejem. 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c drobno tarta 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Marchew gotowana z olejem. 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c drobno tarta 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Marchew gotowana z olejem. 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Buraczki gotowane plastry 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Buraczki gotowane plastry 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Buraczki gotowane plastry 50 g
Przekąska nocna	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2046.71 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz: 53.75 g; Kw. tł. nasy.: 17.69 g; Węglowodany ogółem: 302.93 g; W tym cukry: 89.42 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sód: 2913.57 mg;	Wartość energetyczna: 2068.97 kcal; Białko ogółem: 125.48 g; Tłuszcz: 67.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 271.28 g; W tym cukry: 50.94 g; Błonnik pok.: 30.21 g; Sód: 3116.57 mg;	Wartość energetyczna: 2065.12 kcal; Białko ogółem: 114.97 g; Tłuszcz: 46.95 g; Kw. tł. nasy.: 17.14 g; Węglowodany ogółem: 311.01 g; W tym cukry: 91.69 g; Błonnik pok.: 20.22 g; Sód: 2536.83 mg;

Jadłospis 17.08. – 30.08.2026

Wydanie: **2**

Strona 11 z 17

26.08.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ,) Kalarepa 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ,) Kalarepa 50 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Sałatka z pomidorów i tuńczyka z koperkiem 100 g (RYB,)
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,)	
Obiad	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Surówka z marchwi i chrzanu z olejem drobno tarta 100 g (MLE, S02,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Surówka z marchwi i chrzanu z olejem drobno tarta 100 g (MLE, S02,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Marchew oprószana z olejem 100 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Brokuł gotowany* 50 g
Przekąska nocna	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2323.82 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 76.44 g; Kw. tł. nasy.: 31.24 g; Węglowodany ogółem: 347.10 g; W tym cukry: 68.12 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sód: 3221.97 mg;	Wartość energetyczna: 2126.82 kcal; Białko ogółem: 87.38 g; Tłuszcz: 75.56 g; Kw. tł. nasy.: 31.05 g; Węglowodany ogółem: 308.02 g; W tym cukry: 36.18 g; Błonnik pok.: 33.97 g; Sód: 3362.54 mg;	Wartość energetyczna: 2155.83 kcal; Białko ogółem: 86.83 g; Tłuszcz: 54.95 g; Kw. tł. nasy.: 20.15 g; Węglowodany ogółem: 345.11 g; W tym cukry: 67.79 g; Błonnik pok.: 24.52 g; Sód: 2233.33 mg;

Jadłospis 17.08. – 30.08.2026

Wydanie: **2**

Strona 12 z 17

27.08.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Fasolka szparagowa z wody* 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Fasolka szparagowa z wody* 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Fasolka szparagowa z wody* 50 g
II śniadanie		Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,)	
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem () drobno tarta 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem*. 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Sos boloński z mięsa wieprz łop*- dieta 150 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem () drobno tarta 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem*. 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos boloński z mięsa wieprz łop*- dieta 150 g (GLU PSZ, SEL,) Marchew gotowana z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem*. 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Sałatka z soczewicy, pomidora, ogórka i sałaty 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Sałatka z soczewicy, pomidora, ogórka i sałaty 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Sałata zielona 20 g
Przekąska nocna	Banan 150 g	Brzoskwinia 150 g	Banan 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2123.80 kcal; Białko ogółem: 85.55 g; Tłuszcz: 62.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 326.98 g; W tym cukry: 67.93 g; Błonnik pok.: 26.80 g; Sód: 2824.66 mg;	Wartość energetyczna: 2048.41 kcal; Białko ogółem: 96.10 g; Tłuszcz: 66.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 297.15 g; W tym cukry: 34.14 g; Błonnik pok.: 35.71 g; Sód: 2776.60 mg;	Wartość energetyczna: 2074.03 kcal; Białko ogółem: 84.73 g; Tłuszcz: 53.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.84 g; Węglowodany ogółem: 326.79 g; W tym cukry: 73.31 g; Błonnik pok.: 20.14 g; Sód: 2308.91 mg;

Jadłospis 17.08. – 30.08.2026

Wydanie: **2**

Strona 13 z 17

28.08.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt Miód (25g) 2 szt Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Pomidor 50 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (SOJ, MLE,)	
Obiad	Krupnik jęczmienny * 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem *. 100 g (SEL,) Surówka z kapusty młodej z olejem drobno tarta. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem *. 100 g (SEL,) Surówka z kapusty młodej z olejem drobno tarta. 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem *. 100 g (SEL,) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Sałatka wiosenna 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Sałatka wiosenna 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Kalafior gotowany* 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
Przekąska nocna	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2309.27 kcal; Białko ogółem: 82.38 g; Tłuszcz: 75.37 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 349.44 g; W tym cukry: 106.85 g; Błonnik pok.: 28.97 g; Sód: 2271.20 mg;	Wartość energetyczna: 2008.07 kcal; Białko ogółem: 91.54 g; Tłuszcz: 78.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; Węglowodany ogółem: 266.08 g; W tym cukry: 37.14 g; Błonnik pok.: 32.84 g; Sód: 2375.90 mg;	Wartość energetyczna: 2307.97 kcal; Białko ogółem: 87.49 g; Tłuszcz: 66.86 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; Węglowodany ogółem: 353.70 g; W tym cukry: 106.88 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sód: 1906.53 mg;

Jadłospis 17.08.– 30.08.2026

Wydanie: **2**

Strona 14 z 17

29.08.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwo strawna
Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Rzodkiew biała 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Rzodkiew biała 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Seler z pietruszką gotowany z olejem 50 g (GLU PSZ, SEL,)
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ,)	
Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Kociotek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (SEL,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem drobno tarta. 100 g Buraczki gotowane z olejem. 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane z olejem. 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem drobno tarta. 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem drobno tarta. 100 g Buraczki gotowane z olejem. 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Salata zielona 20 g
Przekąska nocna	Nektarynka 150 g	Nektarynka 150 g	Banan 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2007.17 kcal; Białko ogółem: 72.92 g; Tłuszcz: 65.39 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; Węglowodany ogółem: 309.32 g; W tym cukry: 67.28 g; Błonnik pok.: 32.51 g; Sód: 3124.15 mg;	Wartość energetyczna: 2016.04 kcal; Białko ogółem: 84.18 g; Tłuszcz: 70.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.48 g; Węglowodany ogółem: 296.24 g; W tym cukry: 46.30 g; Błonnik pok.: 36.18 g; Sód: 2987.44 mg;	Wartość energetyczna: 2053.37 kcal; Białko ogółem: 70.95 g; Tłuszcz: 56.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.57 g; Węglowodany ogółem: 331.89 g; W tym cukry: 83.07 g; Błonnik pok.: 25.81 g; Sód: 2670.14 mg;

Jadłospis 17.08. – 30.08.2026

Wydanie: **2**

Strona 15 z 17

30.08.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwo strawna
Śniadanie	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek homo o smaku wanilinowym 50 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 50 g	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE,) Pomidor 50 g	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek homo o smaku wanilinowym 50 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 50 g
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,)	
Obiad	Pomidorowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 200 g Sos własny* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Mizeria 100 g (MLE,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 200 g Sos własny* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Mizeria 100 g (MLE,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 200 g Sos własny* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Salata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Salata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g
Przekąska nocna	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2050.22 kcal; Białko ogółem: 123.09 g; Tłuszcz: 47.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.54 g; Węglowodany ogółem: 305.47 g; W tym cukry: 92.64 g; Błonnik pok.: 23.55 g; Sód: 2851.10 mg;	Wartość energetyczna: 2075.42 kcal; Białko ogółem: 137.56 g; Tłuszcz: 61.73 g; Kw. tł. nasy.: 31.57 g; Węglowodany ogółem: 271.77 g; W tym cukry: 53.40 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sód: 3056.41 mg;	Wartość energetyczna: 2147.91 kcal; Białko ogółem: 128.74 g; Tłuszcz: 46.34 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 317.21 g; W tym cukry: 94.63 g; Błonnik pok.: 19.95 g; Sód: 2476.16 mg;

Jadłospis 17.08. – 30.08.2026

Wydanie: **2**

Strona 16 z 17

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,

SKO - Skorupiaki i pochodne,

JAJ - Jaja i pochodne,

RYB - Ryby i pochodne,

OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,

SOJ - Soja i pochodne,

MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,

ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,

SEL - Seler i pochodne,

GOR - Gorczyca i produkty pochodne,

SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,

S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,

ŁUB - Łubin i produkty pochodne,

MCK - Mięczaki i pochodne,

MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,

GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,

GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,

GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Jadłospis 17.08. – 30.08.2026

Wydanie: **2**

Strona 17 z 17

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],

Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

Sód - Sód,

Sól - Sól,

Potas - Potas,

Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,

Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,

Ener z B. - % energii z białka,

Ener. z T. - % energii z tłuszczu,

Ener z W. - % energii z węglowodanów,

W tym cukry - w tym cukry,

WW - WW