

Jadłospis 13.04..2026 – 26.04.2026r.

 Wydanie: **2**

Strona 1 z 16

13.04.2026	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Paszтет z fasoli* 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Ogórek kiszony 50 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Paszтет z fasoli* 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 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,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,)	
Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Mus z jabłek prażonych 100 g Surówka z marchwi z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Surówka z marchwi z olejem 100 g Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Surówka z marchwi z olejem 100 g Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Rzodkiew biała 50 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rzodkiew biała 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Sałata lodowa 20 g
Przekąska nocna	Pomarańcza 1 szt.	Pomarańcza 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2160.95 kcal; Białko ogółem: 79.17 g; Tłuszcz: 57.88 g; Kw. tł. nasy.: 21.34 g; Węglowodany ogółem: 355.74 g; W tym cukry: 84.71 g; Błonnik pok.: 36.41 g; Sód: 2315.59 mg;	Wartość energetyczna: 1990.60 kcal; Białko ogółem: 77.81 g; Tłuszcz: 61.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.52 g; Węglowodany ogółem: 312.76 g; W tym cukry: 53.29 g; Błonnik pok.: 41.88 g; Sód: 2379.13 mg;	Wartość energetyczna: 2008.91 kcal; Białko ogółem: 74.72 g; Tłuszcz: 51.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.31 g; Węglowodany ogółem: 324.05 g; W tym cukry: 77.95 g; Błonnik pok.: 21.74 g; Sód: 1996.37 mg

Jadłospis 13.04. – 26.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 2 z 16

14.04.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Sałata zielona 20 g	, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆCZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆCZ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 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	Brokułowa z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Szyńska wieprzowa pieczona 200 g Sos meksykański z fasolą 50 g (GLU PSZ,) Surówka z kapusty białej z olejem drobno tartą 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Szyńska wieprzowa pieczona 200 g Sos własny* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty białej z olejem drobno tartą 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Szyńska wieprzowa pieczona 200 g Sos własny* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Banan 1szt	Jabłko 1 szt.	Banan 1szt
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2163.28 kcal; Białko ogółem: 121.60 g; Tłuszcz: 46.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.82 g; Węglowodany ogółem: 338.17 g; W tym cukry: 108.65 g; Błonnik pok.: 26.04 g; Sód: 2221.88 mg;	Wartość energetyczna: 2057.91 kcal; Białko ogółem: 132.46 g; Tłuszcz: 59.49 g; Kw. tł. nasy.: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 276.53 g; W tym cukry: 45.46 g; Błonnik pok.: 29.14 g; Sód: 2420.18 mg;	Wartość energetyczna: 2194.52 kcal; Białko ogółem: 122.96 g; Tłuszcz: 45.89 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 337.33 g; W tym cukry: 105.68 g; Błonnik pok.: 20.01 g; Sód: 1874.75 mg;

Jadłospis 13.04.– 26.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 3 z 16

15.04.2026	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Pomidor 50 g	Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 50 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Pomidor 50 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,)	
Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z marchwi drobno tarta 100 g (MLE,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi drobno tarta 100 g (MLE,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z marchwi drobno tarta 100 g (MLE,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 80 g (RYB, SEL,) Ogórek kiszony 50 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 80 g (RYB, SEL,) Ogórek kiszony 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 80 g (RYB, SEL,) Salata zielona 20 g
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt.
Wartość Energetyczna	; Wartość energetyczna: 1848.21 kcal; Białko ogółem: 76.00 g; Tłuszcz: 47.67 g; Kw. tł. nasy.: 19.30 g; Węglowodany ogółem: 301.97 g; W tym cukry: 64.68 g; Błonnik pok.: 28.20 g; Sód: 2892.46 mg;	Wartość energetyczna: 1676.75 kcal; Białko ogółem: 76.42 g; Tłuszcz: 48.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.94 g; Węglowodany ogółem: 262.83 g; W tym cukry: 33.83 g; Błonnik pok.: 31.73 g; Sód: 2770.77 mg;	Wartość energetyczna: 1914.53 kcal; Białko ogółem: 78.78 g; Tłuszcz: 47.77 g; Kw. tł. nasy.: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 308.00 g; W tym cukry: 67.05 g; Błonnik pok.: 22.93 g; Sód: 2190.04 mg;

Jadłospis 13.04. – 26.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 4 z 16

16.04.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 80 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, SEL, GOR, SEZ,) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,)	, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,)	
Obiad	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Fasolka po bretońsku 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (MLE,) Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot z aronii* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ,) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (MLE,) Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot z aronii* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JĘCZ,) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,) Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt.
Wartość Energetyczna	; Wartość energetyczna: 2193.84 kcal; Białko ogółem: 87.48 g; Tłuszcz: 77.45 g; Kw. tł. nasy.: 33.98 g; Węglowodany ogółem: 315.64 g; W tym cukry: 55.50 g; Błonnik pok.: 38.59 g; Sód: 3865.24 mg;	Wartość energetyczna: 1941.91 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw. tł. nasy.: 33.10 g; Węglowodany ogółem: 264.09 g; W tym cukry: 33.84 g; Błonnik pok.: 35.35 g; Sód: 2644.08 mg	Wartość energetyczna: 1857.84 kcal; Białko ogółem: 78.13 g; Tłuszcz: 52.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 283.40 g; W tym cukry: 63.58 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sód: 1976.87 mg;

Jadłospis 13.04. – 26.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 5 z 16

17.04.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	
Obiad	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos cytrynowy 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos cytrynowy 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószony olejem* 100 g (GLU PSZ, SEL,)	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos cytrynowy 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (GLU PSZ, SEL,)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt.
Wartość Energetyczna	; Wartość energetyczna: 2136.70 kcal; Białko ogółem: 85.63 g; Tłuszcz: 69.56 g; Kw. tł. nasy.: 23.56 g; Węglowodany ogółem: 314.48 g; W tym cukry: 83.87 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sód: 2351.32 mg;	Wartość energetyczna: 1873.82 kcal; Białko ogółem: 85.92 g; Tłuszcz: 69.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 253.66 g; W tym cukry: 33.31 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sód: 2524.35 mg	Wartość energetyczna: 2142.20 kcal; Białko ogółem: 89.34 g; Tłuszcz: 64.39 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 315.82 g; W tym cukry: 82.51 g; Błonnik pok.: 20.05 g; Sód: 1793.81 mg;

Jadłospis 13.04. – 26.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 6 z 16

18.04.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadanej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆCZ,) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadanej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆCZ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadanej 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	Koperkowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL,) Kopytka ziemniaczane * 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ,) Surówka z marchwi i jabłka drobno tarta 100 g (MLE,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ,) Surówka z marchwi i jabłka drobno tarta 100 g (MLE,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL,) Kopytka ziemniaczane * 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ,) Surówka z marchwi i jabłka drobno tarta 100 g (MLE,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Rządki białe 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Rządki białe 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szyńka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.	Banan 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 1829.55 kcal; Białko ogółem: 74.80 g; Tłuszcz: 59.49 g; Kw. tł. nasy.: 21.92 g; Węglowodany ogółem: 269.13 g; W tym cukry: 51.34 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sód: 2289.78 mg	Wartość energetyczna: 1923.49 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz: 68.03 g; Kw. tł. nasy.: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 269.95 g; W tym cukry: 32.49 g; Błonnik pok.: 33.62 g; Sód: 2726.86 mg;	Wartość energetyczna: 1913.50 kcal; Białko ogółem: 75.88 g; Tłuszcz: 56.69 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 285.72 g; W tym cukry: 81.32 g; Błonnik pok.: 16.73 g; Sód: 2502.75 mg

Jadłospis 13.04. – 26.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 7 z 16

19.04.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Ser żółty 50 g (MLE,) Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (SEL	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (SEL,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (SEL,) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt. t Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (MLE
II śniadanie		Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (SOJ, MLE,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,)	
Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szyńka 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,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Pomidor 50 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szyńka 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,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szyńka 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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2279.49 kcal; Białko ogółem: 115.78 g; Tłuszcz: 92.73 g; Kw. tł. nasy.: 36.35 g; Węglowodany ogółem: 268.59 g; W tym cukry: 60.74 g; Błonnik pok.: 26.03 g; Sód: 3086.50 mg	Wartość energetyczna: 2286.28 kcal; Białko ogółem: 126.96 g; Tłuszcz: 95.77 g; Kw. tł. nasy.: 39.42 g; Węglowodany ogółem: 258.87 g; W tym cukry: 41.20 g; Błonnik pok.: 30.14 g; Sód: 3328.70 mg;	Wartość energetyczna: 2191.21 kcal; Białko ogółem: 113.41 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kw. tł. nasy.: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 275.16 g; W tym cukry: 64.59 g; Błonnik pok.: 20.66 g; Sód: 2359.54 mg;

Jadłospis 13.04. – 26.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 8 z 16

20.04.2026r.	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,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt. Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb Graham 100 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,) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt. Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Sałata zielona 20 g
II śniadanie		Jabłko 1 szt.	
Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto z warzywami i tofu* 300 g (SOJ, SEL,) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot z aronii* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto z warzywami i tofu* 300 g (SOJ, SEL,) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot z aronii* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto z warzywami i tofu* 300 g (SOJ, SEL,) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot z aronii* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Papryka świeża 50 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Papryka świeża 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 1817.58 kcal; Białko ogółem: 57.60 g; Tłuszcz: 50.30 g; Kw. tł. nasy.: 18.83 g; Węglowodany ogółem: 306.10 g; W tym cukry: 94.32 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sód: 2726.82 mg;	Wartość energetyczna: 1625.28 kcal; Białko ogółem: 60.74 g; Tłuszcz: 51.20 g; Kw. tł. nasy.: 18.89 g; Węglowodany ogółem: 258.13 g; W tym cukry: 50.71 g; Błonnik pok.: 33.80 g; Sód: 2566.12 mg;	Wartość energetyczna: 1903.65 kcal; Białko ogółem: 60.03 g; Tłuszcz: 50.59 g; Kw. tł. nasy.: 18.77 g; Węglowodany ogółem: 317.06 g; W tym cukry: 100.60 g; Błonnik pok.: 23.60 g; Sód: 2028.81 mg;

Jadłospis 13.04. – 26.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 9 z 16

21.04.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwo strawna
Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 80 g (RYB, SEL,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 80 g (RYB, SEL,) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 80 g (RYB, SEL,) Sałata zielona 20 g
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,	
Obiad	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki drobno tarta 100 g (MLE,) Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki drobno tarta 100 g (MLE,) Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 m	Solferino z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Marchew gotowana z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem.* 100 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Pomidor 50 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt.
Wartość Energetyczna	; Wartość energetyczna: 2192.33 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 63.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; Węglowodany ogółem: 334.98 g; W tym cukry: 59.30 g; Błonnik pok.: 35.45 g; Sód: 2591.07 mg;	Wartość energetyczna: 1906.88 kcal; Białko ogółem: 89.40 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 280.39 g; W tym cukry: 30.95 g; Błonnik pok.: 34.44 g; Sód: 2473.75 mg	Wartość energetyczna: 2156.79 kcal; Białko ogółem: 92.39 g; Tłuszcz: 61.48 g; Kw. tł. nasy.: 21.98 g; Węglowodany ogółem: 325.22 g; W tym cukry: 65.12 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sód: 2291.61 mg;

Jadłospis 13.04.– 26.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 10 z 16

22.04.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwo strawna
Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
II śniadanie		Półdzwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,	
Obiad	Grycikowa * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 200 g (GLU PSZ,) Sos brokułowy 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grycikowa * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 200 g (GLU PSZ,) Sos brokułowy 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grycikowa * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 200 g (GLU PSZ,) Sos brokułowy 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Dynia z wody z ziołami 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 m
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Rżodkiew biała 50 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rżodkiew biała 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Banan 1szt.	Jabłko 1 szt.	Banan 1szt. 1 szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2199.35 kcal; Białko ogółem: 113.56 g; Tłuszcz: 55.55 g; Kw. tł. nasy.: 20.41 g; Węglowodany ogółem: 334.96 g; W tym cukry: 101.18 g; Błonnik pok.: 26.37 g; Sód: 3056.36 mg;	Wartość energetyczna: 1810.39 kcal; Białko ogółem: 112.34 g; Tłuszcz: 55.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.51 g; Węglowodany ogółem: 243.02 g; W tym cukry: 26.49 g; Błonnik pok.: 29.48 g; Sód: 3208.46 mg;	Wartość energetyczna: 2235.78 kcal; Białko ogółem: 116.04 g; Tłuszcz: 52.29 g; Kw. tł. nasy.: 20.15 g; Węglowodany ogółem: 338.89 g; W tym cukry: 104.63 g; Błonnik pok.: 20.42 g; Sód: 2160.67 mg;

Jadłospis 13.04.– 26.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 1 z 16

23.04.2026r.	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,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Pasta z tofu i marchewki 80 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z tofu i marchewki 80 g (SOJ,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z tofu i marchewki 80 g (SOJ,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,)	
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos miesno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Surowka wielowarzynna z olejem drobno tarta 100 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Sos miesno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Surowka wielowarzynna z olejem drobno tarta 100 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos miesno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 100 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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 1868.75 kcal; Białko ogółem: 70.70 g; Tłuszcz: 54.21 g; Kw. tł. nasy.: 17.96 g; Węglowodany ogółem: 297.95 g; W tym cukry: 66.64 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sód: 2681.20 mg;	; Wartość energetyczna: 1895.35 kcal; Białko ogółem: 82.13 g; Tłuszcz: 60.87 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 286.45 g; W tym cukry: 49.74 g; Błonnik pok.: 38.17 g; Sód: 2716.60 mg;	Wartość energetyczna: 1925.47 kcal; Białko ogółem: 73.40 g; Tłuszcz: 53.42 g; Kw. tł. nasy.: 17.82 g; Węglowodany ogółem: 302.65 g; W tym cukry: 62.74 g; Błonnik pok.: 23.38 g; Sód: 2184.75 mg;

Jadłospis 13.04. – 26.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 12 z 16

24.04.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwo strawna
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Twarożek 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Twarożek 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Polędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,)	
Obiad	Ryżowa* 350 ml (MLE, SEL,) Ryba smażona (Morszczuk) 200 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryżowa* 350 ml (MLE, SEL,) Ryba gotowana (Morszczuk) 200 g (RYB,) Surówka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa* 350 ml (MLE, SEL,) Ryba gotowana (Morszczuk) 200 g (RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL,) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 m
Kolacja	. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2483.02 kcal; Białko ogółem: 124.20 g; Tłuszcz: 84.08 g; Kw. tł. nasy.: 24.01 g; Węglowodany ogółem: 328.65 g; W tym cukry: 76.20 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sód: 2941.83 mg;	Wartość energetyczna: 1789.81 kcal; Białko ogółem: 124.03 g; Tłuszcz: 53.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.92 g; Węglowodany ogółem: 229.79 g; W tym cukry: 24.25 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sód: 3033.59 mg;	Wartość energetyczna: 2177.09 kcal; Białko ogółem: 128.15 g; Tłuszcz: 52.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 313.01 g; W tym cukry: 87.39 g; Błonnik pok.: 20.33 g; Sód: 2004.21 mg;

Jadłospis 13.04. – 26.04.2026

 Wydanie: **2**

Strona 13 z 16

25.04.2026r.	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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 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 100 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 100 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,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,)	
Obiad	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Gulasz z żołądków drobiowych* 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c drobno tarta 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SEL,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c drobno tarta 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SEL,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Marchew gotowana 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Pomidor 50 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Banan 1szt.	Jabłko 1 szt.	Banan 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2185.81 kcal; Białko ogółem: 82.09 g; Tłuszcz: 77.53 g; Kw. tł. nasy.: 29.51 g; Węglowodany ogółem: 317.21 g; W tym cukry: 84.98 g; Błonnik pok.: 32.69 g; Sód: 2323.38 mg;	Wartość energetyczna: 2026.97 kcal; Białko ogółem: 86.60 g; Tłuszcz: 77.49 g; Kw. tł. nasy.: 31.71 g; Węglowodany ogółem: 279.46 g; W tym cukry: 43.65 g; Błonnik pok.: 37.27 g; Sód: 2318.81 mg;	; Wartość energetyczna: 1997.75 kcal; Białko ogółem: 70.76 g; Tłuszcz: 56.02 g; Kw. tł. nasy.: 20.14 g; Węglowodany ogółem: 321.12 g; W tym cukry: 87.48 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sód: 2092.82 mg;

Jadłospis 13.04. – 26.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 14 z 16

26.04.2026r.	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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt. Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (SEL,)	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (SEL,)	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt. Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (SEL,)
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,)	
Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 200 g Sos własny* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kapusta biała gotowana 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 200 g Sos własny* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kapusta biała gotowana 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 200 g Sos własny* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2144.54 kcal; Białko ogółem: 130.10 g; Tłuszcz: 51.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.34 g; Węglowodany ogółem: 309.13 g; W tym cukry: 98.04 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sód: 2472.60 mg;	Wartość energetyczna: 2095.90 kcal; Białko ogółem: 143.23 g; Tłuszcz: 65.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.10 g; Węglowodany ogółem: 260.00 g; W tym cukry: 40.00 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sód: 2704.10 mg;	Wartość energetyczna: 2230.01 kcal; Białko ogółem: 132.13 g; Tłuszcz: 54.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 315.89 g; W tym cukry: 100.63 g; Błonnik pok.: 19.79 g; Sód: 2172.73 mg;

Jadłospis 13.04.– 26.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 15 z 16

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

Jadłospis 13.04.– 26.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 16 z 16

*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*