

Jadłospis 30.03.2026 – 12.04.2026r.

Wydanie: **2**

Strona 1 z 16

30.03.2026	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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Pomidor 50 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 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) 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 Jajko gotowane kl. M 2 szt. (JAJ,) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Marchew gotowana z olejem 100 g Surówka z selera i jabłka 100 g (MLE, SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Jajko gotowane kl. M 2 szt. (JAJ,) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Marchew gotowana z olejem 100 g Surówka z selera i jabłka 100 g (MLE, SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Jajko gotowane kl. M 2 szt. (JAJ,) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z selera i jabłka 100 g (MLE, 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sałata zielona 20 g
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 1972.27 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 60.96 g; Kw. tł. nasy.: 23.48 g; Węglowodany ogółem: 291.04 g; W tym cukry: 67.24 g; Błonnik pok.: 32.56 g; Sód: 3066.75 mg;	Wartość energetyczna: 1784.28 kcal; Białko ogółem: 82.89 g; Tłuszcz: 60.79 g; Kw. tł. nasy.: 23.14 g; Węglowodany ogółem: 251.07 g; W tym cukry: 35.22 g; Błonnik pok.: 34.46 g; Sód: 2796.02 mg;	Wartość energetyczna: 2041.27 kcal; Białko ogółem: 86.59 g; Tłuszcz: 62.46 g; Kw. tł. nasy.: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 298.54 g; W tym cukry: 65.74 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sód: 2897.75 mg;

Jadłospis 30.03.2026 – 12.04 .2026

Wydanie: **2**

Strona 2 z 16

31.03.2026r.	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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Polędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Miód (25g) 2 szt. Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Polędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Ogórek kiszony 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 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Polędwica Sopotka 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 Szyńka wieprzowa gotowana 200 g Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Sałata zielona z sosem vinegrett 80 g (GOR,) Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Sztuka mięsa Szyńka wieprzowa gotowana 200 g Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Sałata zielona z sosem vinegrett 80 g (GOR,) Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sztuka mięsa Szyńka wieprzowa gotowana 200 g Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dynia z wody z ziołami 100 g Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* 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,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek 50 g (MLE,) Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek 50 g (MLE,) Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Banan 1szt.	Jabłko 1 szt.	Banan 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2473.98 kcal; Białko ogółem: 126.02 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tł. nasy.: 31.80 g; Węglowodany ogółem: 347.72 g; W tym cukry: 120.68 g; Błonnik pok.: 23.65 g; Sód: 3143.80 mg;	Wartość energetyczna: 2106.34 kcal; Białko ogółem: 130.95 g; Tłuszcz: 72.45 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 253.40 g; W tym cukry: 42.10 g; Błonnik pok.: 29.50 g; Sód: 2884.85 mg;	Wartość energetyczna: 2342.15 kcal; Białko ogółem: 123.28 g; Tłuszcz: 51.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 355.60 g; W tym cukry: 122.23 g; Błonnik pok.: 18.75 g; Sód: 2211.57 mg

Jadłospis 30.03– 12.04..2026

Wydanie: **2**

Strona 3 z 16

01.04.2026	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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z fasoli konserwowej z koncentratem pomidorowym 80 g Papryka świeża 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z fasoli konserwowej z koncentratem pomidorowym 80 g Papryka świeża 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 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) 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,) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE,)	
Obiad	Grysikowa * 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* 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Grysikowa * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kalafior gotowany* 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Grysikowa * 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* 100 g Buraczki gotowane 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,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 1 szt.(JAJ,) Rżodkiew biała 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,) Rżodkiew biała 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M
Przekąska nocna	Pomarańcza 1 szt.	Pomarańcza 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Wartość Energetyczna	; Wartość energetyczna: 1842.25 kcal; Białko ogółem: 76.22 g; Tłuszcz: 40.87 g; Kw. tł. nasy.: 18.49 g; Węglowodany ogółem: 314.12 g; W tym cukry: 75.28 g; Błonnik pok.: 36.70 g; Sód: 2232.51 mg	Wartość energetyczna: 1693.23 kcal; Białko ogółem: 78.79 g; Tłuszcz: 39.80 g; Kw. tł. nasy.: 18.23 g; Węglowodany ogółem: 285.67 g; W tym cukry: 42.25 g; Błonnik pok.: 39.63 g; Sód: 2348.78 mg;	Wartość energetyczna: 1805.19 kcal; Białko ogółem: 76.18 g; Tłuszcz: 42.88 g; Kw. tł. nasy.: 18.84 g; Węglowodany ogółem: 291.81 g; W tym cukry: 62.87 g; Błonnik pok.: 21.19 g; Sód: 2391.72 mg

Jadłospis 30.03. – 12.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 4 z 16

02.04.2026r.	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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z twarogu i cebuli 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z twarogu i cebuli 50 g (MLE,) Pomidor 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 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE,) Pomidor 50 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	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 150 g Surówka z marchwi i selera drobno tarta 100 g (MLE, SEL,) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 150 g Surówka z marchwi i selera drobno tarta 100 g (MLE, SEL,) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g 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 * 150 g Surówka z marchwi i selera drobno tarta 100 g (MLE, SEL,) 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL,)
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Wartość Energetyczna	; Wartość energetyczna: 1717.35 kcal; Białko ogółem: 60.77 g; Tłuszcz: 36.28 g; Kw. tł. nasy.: 16.72 g; Węglowodany ogółem: 304.46 g; W tym cukry: 65.30 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sód: 2325.51 mg;	Wartość energetyczna: 1781.35 kcal; Białko ogółem: 72.11 g; Tłuszcz: 46.52 g; Kw. tł. nasy.: 20.47 g; Węglowodany ogółem: 290.82 g; W tym cukry: 46.24 g; Błonnik pok.: 38.52 g; Sód: 2570.91 mg;	Wartość energetyczna: 1783.72 kcal; Białko ogółem: 63.30 g; Tłuszcz: 37.05 g; Kw. tł. nasy.: 16.73 g; Węglowodany ogółem: 313.61 g; W tym cukry: 66.16 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sód: 2202.49 mg;

Jadłospis 30.03. – 12.04.2026

 Wydanie: **2**

Strona 5 z 16

03.04.2026r.	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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,) Sałata zielona 20 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 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt. Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,) Sałata zielona 20 g
II śniadanie		Masło extra 82% 5 g (MLE,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Ser żółty 30 g (MLE,)	
Obiad	Dyniowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba smażona (Morszczuk) 200 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba gotowana (Morszczuk) 200 g (RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba gotowana (Morszczuk) 200 g (RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Ogórek kiszony 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenka 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Ogórek kiszony 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. t Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. t (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.	Banan 1szt.
Wartość Energetyczna	; Wartość energetyczna: 2536.85 kcal; Białko ogółem: 127.18 g; Tłuszcz: 86.76 g; Kw. tł. nasy.: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 329.21 g; W tym cukry: 79.01 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sód: 3052.21 mg;	Wartość energetyczna: 1954.15 kcal; Białko ogółem: 130.97 g; Tłuszcz: 64.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 235.64 g; W tym cukry: 28.12 g; Błonnik pok.: 30.82 g; Sód: 3115.68 mg;	Wartość energetyczna: 2349.32 kcal; Białko ogółem: 134.66 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 340.13 g; W tym cukry: 106.08 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sód: 2297.67 mg;

Jadłospis 30.03. – 12.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 6 z 16

04.04.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Papryka świeża 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Papryka świeża 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 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Serek homo. naturalny 30 g (MLE,)	
Obiad	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Mus z truskawek* 100 g Surówka z marchwi z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Mus z truskawek* b/c 100 g Surówka z marchwi z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Mus z truskawek* 100 g Surówka z marchwi 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet z soczewicy *	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet z soczewicy * 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Rządki białe 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (SOJ,) Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Banan 1szt.	Jabłko 1 szt.	Banan 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2271.11 kcal; Białko ogółem: 84.53 g; Tłuszcz: 66.63 g; Kw. tł. nasy.: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 354.81 g; W tym cukry: 99.45 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sód: 2017.22 mg;	Wartość energetyczna: 2128.56 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 72.63 g; Kw. tł. nasy.: 31.50 g; Węglowodany ogółem: 307.82 g; W tym cukry: 51.55 g; Błonnik pok.: 40.83 g; Sód: 2057.07 mg	Wartość energetyczna: 1953.84 kcal; Białko ogółem: 70.97 g; Tłuszcz: 46.42 g; Kw. tł. nasy.: 17.97 g; Węglowodany ogółem: 325.93 g; W tym cukry: 93.83 g; Błonnik pok.: 21.33 g; Sód: 1373.60 mg

Jadłospis 30.03 – 12.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 7 z 16

05.04.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt. (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2szt. 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,) Miód (25g) 2 szt. Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL,) Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ,)	Jogurt naturalny 150g 1 szt. (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL,)	Jogurt naturalny 150g 1 szt. (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2szt. Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,) Miód (25g) 2 szt. Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL,) Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ,)
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	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Cukinia pieczona 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 porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt. (MLE,) Szyńka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szyńka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Pomidor 50 g	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,) Szyńka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2502.75 kcal; Białko ogółem: 115.23 g; Tłuszcz: 87.16 g; Kw. tł. nasy.: 30.59 g; Węglowodany ogółem: 334.87 g; W tym cukry: 112.57 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sód: 2858.22 mg	Wartość energetyczna: 2148.77 kcal; Białko ogółem: 120.32 g; Tłuszcz: 84.16 g; Kw. tł. nasy.: 31.26 g; Węglowodany ogółem: 251.26 g; W tym cukry: 36.65 g; Błonnik pok.: 29.23 g; Sód: 3106.08 mg;	Wartość energetyczna: 2501.36 kcal; Białko ogółem: 118.13 g; Tłuszcz: 80.50 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 337.64 g; W tym cukry: 111.11 g; Błonnik pok.: 17.56 g; Sód: 2599.18 mg;

Jadłospis 30.03. – 12.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 8 z 16

06.04.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwo strawna
Śniadanie	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,
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 biały z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony w rękawie 200 g Sos własny* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony w rękawie 200 g Sos własny* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony w rękawie 200 g Sos własny* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane 100 g Surówka z kapusty pekińskiej 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,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Papryka świeża 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Papryka świeża 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE,) Pomidor 50 g
Przekąska nocna	Pomarańcza 1 szt.	Pomarańcza 1 szt.	Banan 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2291.78 kcal; Białko ogółem: 130.88 g; Tłuszcz: 57.19 g; Kw. tł. nasy.: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 306.53 g; W tym cukry: 71.19 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sód: 2876.11 mg;	Wartość energetyczna: 2010.06 kcal; Białko ogółem: 133.46 g; Tłuszcz: 59.07 g; Kw. tł. nasy.: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 262.52 g; W tym cukry: 42.05 g; Błonnik pok.: 33.69 g; Sód: 2956.71 mg;	Wartość energetyczna: 2300.84 kcal; Białko ogółem: 127.88 g; Tłuszcz: 45.80 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; Węglowodany ogółem: 330.94 g; W tym cukry: 86.10 g; Błonnik pok.: 21.66 g; Sód: 2318.05 mg;

Jadłospis 30.03. – 12.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 9 z 16

07.04.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwo strawna
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,) Dżem 25 g 2 szt. Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Masło extra 82% 10 g (MLE,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,) Pomidor 50 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 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl. M 1 szt. (JAJ,) Dżem 25 g 2 szt. Pomidor 50 g
II śniadanie		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ,)	
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 drobiowy z udźca 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* 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 Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet z ciecierzycy* 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Ogórek kiszony 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet z ciecierzycy* 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Ogórek kiszony 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ,) Sałata zielona 20 g
Przekąska nocna	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2042.42 kcal; Białko ogółem: 54.87 g; Tłuszcz: 53.61 g; Kw. tł. nasy.: 18.19 g; Węglowodany ogółem: 353.12 g; W tym cukry: 90.31 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sód: 2261.35 mg;	Wartość energetyczna: 2125.94 kcal; Białko ogółem: 83.33 g; Tłuszcz: 71.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; Węglowodany ogółem: 311.02 g; W tym cukry: 39.13 g; Błonnik pok.: 42.08 g; Sód: 2760.97 mg;	Wartość energetyczna: 1756.06 kcal; Białko ogółem: 49.21 g; Tłuszcz: 39.76 g; Kw. tł. nasy.: 17.13 g; Węglowodany ogółem: 311.07 g; W tym cukry: 93.31 g; Błonnik pok.: 19.28 g; Sód: 1883.56 mg;

Jadłospis 30.03.– 12.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 10 z 16

08.04.2026r.	Dieta Podstawowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwo strawna
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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt.(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 Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Papryka świeża 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 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) 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,) 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	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Kalafior gotowany* 100 g Surówka z marchwi i chrzanu drobno tarta 100 g (MLE, S02,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Kalafior gotowany* 100 g Surówka z marchwi i chrzanu drobno tarta 100 g (MLE, S02,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 80 g (RYB, SEL,) Rzodkiew biała 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 80 g (RYB, SEL,) Rzodkiew biała 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 80 g (RYB, SEL,) Sałata zielona 20
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2050.54 kcal; Białko ogółem: 85.44 g; Tłuszcz: 50.29 g; Kw. tł. nasy.: 21.19 g; Węglowodany ogółem: 334.66 g; W tym cukry: 69.59 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sód: 2071.94 mg;	Wartość energetyczna: 1859.14 kcal; Białko ogółem: 83.40 g; Tłuszcz: 49.34 g; Kw. tł. nasy.: 21.00 g; Węglowodany ogółem: 296.86 g; W tym cukry: 37.59 g; Błonnik pok.: 37.24 g; Sód: 2244.51 mg;	Wartość energetyczna: 2149.61 kcal; Białko ogółem: 86.00 g; Tłuszcz: 57.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.99 g; Węglowodany ogółem: 337.43 g; W tym cukry: 67.01 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sód: 2049.75 mg;

Jadłospis 30.03. – 12.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 1 z 16

09.04.2026r.	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,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Ogórek kiszony 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Ogórek kiszony 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 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Pomidor 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 () 100 g (MLE,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 () 100 g (MLE,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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* 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,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet z soczewicy * 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet z soczewicy * 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Poledwica 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	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2019.43 kcal; Białko ogółem: 83.67 g; Tłuszcz: 57.76 g; Kw. tł. nasy.: 20.72 g; Węglowodany ogółem: 306.78 g; W tym cukry: 50.47 g; Błonnik pok.: 27.98 g; Sód: 2461.91 mg;	; Wartość energetyczna: 2006.90 kcal; Białko ogółem: 92.08 g; Tłuszcz: 61.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 295.31 g; W tym cukry: 33.72 g; Błonnik pok.: 35.97 g; Sód: 2436.08 mg;	Wartość energetyczna: 1846.11 kcal; Białko ogółem: 78.45 g; Tłuszcz: 45.52 g; Kw. tł. nasy.: 17.97 g; Węglowodany ogółem: 290.48 g; W tym cukry: 57.05 g; Błonnik pok.: 19.51 g; Sód: 2288.78 m

Jadłospis 30.03. – 12.04.2026

Wydanie: **2**

Strona 12 z 16

10.04.2026r.	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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (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 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) 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 kiszzonej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* 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 kiszzonej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* 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* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
Kolacja	. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 m	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj 80 g (JAJ, MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt.
Przekąska nocna	Banan 1szt.	Jabłko 1 szt.	Banan 1szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2345.53 kcal; Białko ogółem: 82.83 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 368.41 g; W tym cukry: 131.55 g; Błonnik pok.: 28.30 g; Sód: 2362.88 mg;	Wartość energetyczna: 1865.93 kcal; Białko ogółem: 80.90 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 255.63 g; W tym cukry: 36.33 g; Błonnik pok.: 32.01 g; Sód: 2492.58 mg	Wartość energetyczna: 2357.26 kcal; Białko ogółem: 86.76 g; Tłuszcz: 63.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 371.25 g; W tym cukry: 126.57 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sód: 2069.35 mg;

11.04.2026r.	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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (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 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (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 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) 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
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,) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL,) Surówka z marchwi i jabłka drobno tarta 100 g (MLE,) Buraczki gotowane 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 100 g Surówka z marchwi i jabłka drobno tarta 100 g (MLE,) 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 drobno tarta 100 g (MLE,) Buraczki gotowane 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 100 g (GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Ogórek kiszony 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 100 g (GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Ogórek kiszony 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt. Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt. (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 100 g (GLU PSZ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 20 g
Przekąska nocna	Pomarańcza 1 szt.	Pomarańcza 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 1948.40 kcal; Białko ogółem: 64.09 g; Tłuszcz: 56.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.93 g; Węglowodany ogółem: 317.12 g; W tym cukry: 74.50 g; Błonnik pok.: 35.24 g; Sód: 2992.48 mg;	Wartość energetyczna: 2014.43 kcal; Białko ogółem: 79.88 g; Tłuszcz: 63.94 g; Kw. tł. nasy.: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 307.95 g; W tym cukry: 54.36 g; Błonnik pok.: 39.16 g; Sód: 2959.65 mg;	; Wartość energetyczna: 1904.75 kcal; Białko ogółem: 63.97 g; Tłuszcz: 50.69 g; Kw. tł. nasy.: 19.92 g; Węglowodany ogółem: 313.30 g; W tym cukry: 65.55 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sód: 2478.91 mg

Jadłospis 30.03. – 12.04.2026

 Wydanie: **2**

Strona 14 z 16

12.04.2026r.	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) 2szt. Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek homo o smaku wanilinowym 50 g (MLE,) Dżem 25 g 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 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt. (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek a'la homogenizowany 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,) Serek homo o smaku wanilinowym 50 g (MLE,) Dżem 25 g 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 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,) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g 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,) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 140 g (GLU PSZ,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt 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,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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,) 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,) 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,) Sałata zielona 20 g
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Wartość Energetyczna	Wartość energetyczna: 2265.29 kcal; Białko ogółem: 127.72 g; Tłuszcz: 58.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.67 g; Węglowodany ogółem: 338.38 g; W tym cukry: 81.76 g; Błonnik pok.: 31.82 g; Sód: 3091.97 mg;	; Wartość energetyczna: 2109.39 kcal; Białko ogółem: 134.14 g; Tłuszcz: 71.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 259.53 g; W tym cukry: 43.39 g; Błonnik pok.: 31.30 g; Sód: 2893.78 mg	; Wartość energetyczna: 2114.89 kcal; Białko ogółem: 123.60 g; Tłuszcz: 53.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 299.64 g; W tym cukry: 83.53 g; Błonnik pok.: 21.45 g; Sód: 2351.49 mg

Oznaczenia alergenó

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenney,

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.:

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,

Jadłospis 30.03. – 12.04..2026

Wydanie: **2**

Strona 16 z 16

*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*