

**Jadłospis od dnia 01.05.2025r do dnia 07.05.2025r.**

|                                |           | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                                            | <b>Dieta łatwostrawna</b>                                                                                                                                                         | <b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>                                                                                                                                     |
|--------------------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>CZWARTEK 01.05.2025 rok</b> | Śniadanie | Kakao 250g (7)<br>Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Kiełbasa krakowska 40g (-)<br>Pasta z twarogu i jajek z rzodkiewką 50g (3,7)<br>Sałata 10g (-)<br>Papryka 50g (-) | Kakao 250g (7)<br>Chleb pszenny 120g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Kiełbasa krakowska 40g (-)<br>Pasta z twarogu i jajek z rzodkiewką 50g (3,7)<br>Sałata 10g (-)<br>Pomidor 50g (-) | Kakao 250g (7)<br>Chleb razowy 120g(1)<br>Masło 82% 20g(7)<br>Kiełbasa krakowska 40g (-)<br>Pasta z twarogu i jajek z rzodkiewką 50g(3,7)<br>Sałata 10g (-)<br>Pomidor 50g (-)            |
|                                | IIŚ       |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                   | Mus owocowy b/c 1szt. (-)                                                                                                                                                                 |
|                                | Obiad     | Zupa brokułowa 350g (1,9)<br>Kotlet schabowy smaź. z pieczarkami 80g (1,3)<br>Ziemniaki dusz. 300g (7)<br>Sur. z białej kap.150g (-)<br>Kompot 250g (-)                                            | Zupa brokułowa 350g (1,9)<br>Rolada z schabu z warzywami duszona 80g (9)<br>W sosie własnym 150g (1)<br>Ziemniaki dusz. 300g (7)<br>Marchewka got. 150g (1)<br>Kompot 250g (-)    | Zupa brokułowa 350g (1,9)<br>Rolada z schabu z warzywami duszona 80g (9)<br>W sosie własnym 150g (1)<br>Ziemniaki dusz. 300g (7)<br>Sur. z białej kap.150g (-)<br>Herbata owocowa 250g(-) |
|                                | Kolacja   | Herbata 250g(-)<br>Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Paszтетowa drobiowa 40g (-)<br>Parówka cienka 1szt. (-)<br>Sał. z kalafiora 50g (3,9)                            | Herbata 250g(-)<br>Chleb pszenny 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Paszтетowa drobiowa 40g (-)<br>Parówka cienka 1szt. (-)<br>Sał. z kalafiora 50g (3,9)                            | Herbata 250g(-)<br>Chleb razowy 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Paszтетowa drobiowa 40g (-)<br>Parówka cienka 1szt. (-)<br>Sał. z kalafiora 50g (3,9)                                     |
|                                | PN        | Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)                                                                                                                                                                       | Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)                                                                                                                                                      | Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)                                                                                                                                                              |
|                                |           | E: 2614 kcal; B:91,48g;T:98,86g w tym kw.tł.nasy:35,88g; W:296,11g w tym cukry: 54,59g; Bł: 33,77g, sól:6,89g.                                                                                     | E: 2478 kcal; B:95,16 g;T:85,91gw tym kw.tł.nasy:34,56g; W:283,24g w tym cukry:49,14g; Bł: 25,34g, sól:6,62g.                                                                     | E: 2426 kcal; B:89,67g;T:89,87gw tym kw.tł.nasy:34,73g; W:272,13g w tym cukry: 38,04g; Bł: 40,89g, sól:5,98g.                                                                             |

|                              |           | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                                                 | <b>Dieta łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                               | <b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>                                                                                                                                                  |
|------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>PIĄTEK 02.05.2025 rok</b> | Śniadanie | Kawa zb. z ml. 250g (1,7)<br>Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Serek wiejski 1szt. (7)<br>Powidła 1szt. (-)<br>Sałata lodowa 10g (-)<br>Jabłko 1szt. (-)                   | Kawa zb. z ml. 250g (1,7)<br>Chleb pszenny 120g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Serek wiejski 1szt. (7)<br>Powidła 1szt. (-)<br>Sałata lodowa 10g (-)<br>Jabłko 1szt. (-)                                    | Kawa zb. z ml. 250g (1,7)<br>Chleb razowy 120g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Serek wiejski 1szt. (7)<br>Ser żółty 40g (7)<br>Sałata lodowa 10g (-)<br>Jabłko 1szt. (-)                                    |
|                              | IIŚ       |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                         | Pieczywo chrupkie (1)                                                                                                                                                                                  |
|                              | Obiad     | Zupa fasolowa 350g (9)<br>Sos szpinakowo - serowy 250g (1,7)<br>Makaron 300g (1)<br>Sał. z buraczków 150g (-)<br>Kompot 250g(-)                                                                         | Zupa ziemniaczana 350g (9)<br>Sos szpinakowo - serowy 250g (1,7)<br>Makaron 300g (1)<br>Sał. z buraczków 150g (-)<br>Kompot 250g(-)                                                                     | Zupa ziemniaczana 350g (9)<br>Sos szpinakowo - serowy 250g (1,7)<br>Makaron 300g (1)<br>Sał. z buraczków 150g (-)<br>Herbata owocowa 250g(-)                                                           |
|                              | Kolacja   | Herbata 250g(-)<br>Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Paprykarz 100g (4)<br>Ser topiony 50g (7)<br>Pomidor z szczypiorkiem, słonecznikiem, pestkami dyni z jogurtem 50g (7) | Herbata 250g(-)<br>Chleb pszenny 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Pasta z tuńczyka i warzyw 50g (4,9)<br>Ser topiony 50g (7)<br>Pomidor z szczypiorkiem, słonecznikiem, pestkami dyni z jogurtem 50g (7) | Herbata 250g(-)<br>Chleb razowy 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Pasta z tuńczyka i warzyw 50g (4,9)<br>Ser topiony 50g (7)<br>Pomidor z szczypiorkiem, słonecznikiem, pestkami dyni z jogurtem 50g (7) |
|                              | PN        | Deser mleczny – ryż z owocem 1szt. (7)                                                                                                                                                                  | Deser mleczny – ryż z owocem 1szt. (7)                                                                                                                                                                  | Kefir 1szt. (7)                                                                                                                                                                                        |
|                              |           | E: 2948kcal; B:103,62g;T:84,03g w tym kw.tł.nasy:37,12g; W:459,34g w tym cukry: 51,72g; Bł: 43,24 g, sól:5,98g.                                                                                         | E: 2853 kcal; B:91,77g;T:71,57gw tym kw.tł.nasy:36,50g; W:445,12 g w tym cukry: 48,29g; Bł: 25,94g, sól:4,85g.                                                                                          | E: 2801kcal; B:98,69g;T:83,06 gw tym kw.tł.nasy:42,46g; W:400,80g w tym cukry: 31,54g; Bł: 43,99g, sól:4,95g.                                                                                          |

|                              |           | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                           | <b>Dieta łatwostrawna</b>                                                                                                                                                       | <b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>                                                                                                                                        |
|------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>SOBOTA 03.05.2025 rok</b> | Śniadanie | Kakao 250g (7)<br>Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Ser żółty 40g (7)<br>Jajko got. 1szt. (3)<br>Ogórek ziel. 50g (-)                                | Kakao 250g (7)<br>Chleb pszenny 120g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Szynka konserwowa 40g (-)<br>Jajko got. 1szt. (3)<br>Pomidor 50g (-)                                            | Kakao 250g (7)<br>Chleb razowy 120g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Szynka konserwowa 40g (-)<br>Jajko got. 1szt. (3)<br>Pomidor 50g (-)                                                          |
|                              | IIŚ       |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                 | Biszkopty b/c (1)                                                                                                                                                                            |
|                              | Obiad     | Zupa kalafiorowa z l. ciastem 350g (1,3,9)<br>Kotlet de volaile dusz. 80g (1,3,7)<br>Ziemniaki dusz. 300g (7)<br>Sur. z warzyw 150g (7,9)<br>Kompot 250g (-)<br>Banan 1szt. (-)   | Zupa kalafiorowa z l. ciastem 350g (1,3,9)<br>Kotlet de volaile dusz. 80g (1,3,7)<br>Ziemniaki dusz. 300g (7)<br>Sur. z warzyw 150g (7,9)<br>Kompot 250g (-)<br>Banan 1szt. (-) | Zupa kalafiorowa z l. ciastem 350g (1,3,9)<br>Kotlet de volaile dusz. 80g (1,3,7)<br>Ziemniaki dusz. 300g (7)<br>Sur. z warzyw 150g (7,9)<br>Herbata owocowa 250g(-)<br>Pomarańcza 1szt. (-) |
|                              | Kolacja   | Herbata 250g(-)<br>Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Kieł. biała cienka 1szt. (-)<br>Serek „hochland” 22g (7)<br>Sał. z makaronu i brokuła 50g (1,3) | Herbata 250g(-)<br>Chleb pszenny 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Kieł. biała cienka 1szt. (-)<br>Serek „hochland” 22g (7)<br>Sał. z makaronu i brokuła 50g (1,3)                | Herbata 250g(-)<br>Chleb razowy 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Kieł. biała cienka 1szt. (-)<br>Serek „hochland” 22g (7)<br>Sał. z makaronu i brokuła 50g (1,3)                              |
|                              | PN        | Jogurt owocowy 1szt. (7)                                                                                                                                                          | Jogurt owocowy 1szt. (7)                                                                                                                                                        | Jogurt naturalny 1szt. (7)                                                                                                                                                                   |
|                              |           | E: 2457 kcal; B:86,40g;T:92,53 g w tym kw.tł.nasy:45,83g; W:321,44 g w tym cukry: 74,13g; Bł: 37,84 g, sól:4,76 g.                                                                | E: 2400 kcal; B:85,10 g;T:89,94 gw tym kw.tł.nasy:41,66 g; W:309,32g w tym cukry: 72,38 g; Bł: 28,87 g, sól:4,47g.                                                              | E: 2565 kcal; B:87,34 g;T:103,02gw tym kw.tł.nasy: 45,36g; W:304,93 g w tym cukry: 55,99g; Bł: 46,93g, sól:4,98g.                                                                            |

|                          |           | Dieta podstawowa                                                                                                                                                           | Dieta łatwostrawna                                                                                                                                                    | Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                                                 |
|--------------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| NIEDZIELA 04.05.2025 rok | Śniadanie | Kakao 250g (7)<br>Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Pasta z wędliny z ogórkiem kon.80g (3,10)<br>Sałata lodowa 10g (-)<br>Jabłko 1szt. (-)    | Kakao 250g (7)<br>Chleb pszenny 120g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Pasta z wędliny z ogórkiem kon.80g (3,10)<br>Sałata lodowa 10g (-)<br>Jabłko 1szt. (-)                | Kakao 250g (7)<br>Chleb razowy 120g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Pasta z wędliny z ogórkiem kon.80g (3,10)<br>Sałata lodowa 10g (-)<br>Jabłko 1szt. (-)                          |
|                          | IIŚ       |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                       | Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)                                                                                                                                                   |
|                          | Obiad     | Rosół z makaronem 350g (1,9)<br>Udko z kurczaka got.1szt. (-)<br>Sos potrawkowy 150g (1,3,7)<br>Ryż 300g (-)<br>Marchewka z groszkiem got. 150g (1)<br>Kompot 250g(-)      | Rosół z makaronem 350g (1,9)<br>Udko z kurczaka got.1szt. (-)<br>Sos potrawkowy 150g (1,3,7)<br>Ryż 300g (-)<br>Marchewka z groszkiem got. 150g (1)<br>Kompot 250g(-) | Rosół z makaronem 350g (1,9)<br>Udko z kurczaka got.1szt. (-)<br>Sos potrawkowy 150g (1,3,7)<br>Ryż 300g (-)<br>Marchewka z groszkiem got. 150g (1)<br>Herbata owocowa 250g(-) |
|                          | Kolacja   | Herbata 250g(-)<br>Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Paszтет drobiowy 60g (1)<br>Twarożek z papryką 50g (7)<br>Sałatka ziemniaczana 50g (3,9) | Herbata 250g(-)<br>Chleb pszenny 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Paszтет drobiowy 60g (1)<br>Twarożek z pomidorem 50g (7)<br>Sałatka ziemniaczana 50g (3,9)           | Herbata 250g(-)<br>Chleb razowy 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Paszтет drobiowy 60g (1)<br>Twarożek z pomidorem 50g (7)<br>Sałatka ziemniaczana 50g (3,9)                     |
|                          | PN        | Mus owocowy b/c 1szt. (-)                                                                                                                                                  | Mus owocowy b/c 1szt. (-)                                                                                                                                             | Mus owocowy b/c 1szt. (-)                                                                                                                                                      |
|                          |           | E: 2389kcal; B:81,50g;T:90,84g w tym kw.tł.nasy:33,42g; W: 287,69g w tym cukry: 49,45g; Bł: 32,95g, sól:4,89g.                                                             | E: 2360 kcal; B:94,48g;T:89,87g w tym kw.tł.nasy:33,32g; W: 296,70 g w tym cukry: 47,14g; Bł: 23,63g, sól:4,60g.                                                      | E: 2336 kcal; B:92,29g;T:91,88 g w tym kw.tł.nasy:33,44g; W: 285,75g w tym cukry: 41,62g; Bł: 40,76g, sól:4,96g.                                                               |

|                                  |           | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>Dieta łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                                        | <b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>PONIEDZIAŁEK 05.05.2025 r</b> | Śniadanie | Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7)<br>Kawa zb. z ml. 250g (1,7)<br>Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1)<br>Masło 82% 20g(7)<br>Kiełbasa łopatkowa 40g (-)<br>Serek „gouda” 17g (7)<br>Sałata 10g (-)<br>Pomidor 50g (-) | Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7)<br>Kawa zb. z ml. 250g (1,7)<br>Chleb pszenny 120g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Kiełbasa łopatkowa 40g (-)<br>Serek „gouda” 17g (7)<br>Sałata 10g (-)<br>Pomidor 50g (-)                       | Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7)<br>Kawa zb. z ml. 250g(1,7)<br>Chleb razowy 120g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Kiełbasa łopatkowa 40g (-)<br>Serek „gouda” 17g (7)<br>Sałata 10g (-)<br>Pomidor 50g (-)                                  |
|                                  | IIŚ       |                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                  | Ser żółty 50g (7)                                                                                                                                                                                                                         |
|                                  | Obiad     | Zupa pomidorowa z makaronem 350g (1,7,9)<br>Jajko sadzone 1szt. (3)<br>Ziemniaki dusz. 300g (7)<br>Mizeria 100g (7)<br>Sur. z selera, jabłka i marchewki 100g (9)<br>Kompot 250g(-)                                        | Zupa pomidorowa z makaronem 350g (1,7,9)<br>Jajko got. 1szt. (3)<br>Sos koperkowo – ziołowy 150g (1,7)<br>Ziemniaki dusz. 300g (7)<br>Fasolka szp. got. 100g (1)<br>Sur. z selera, jabłka i marchewki 100g (9)<br>Kompot 250g(-) | Zupa pomidorowa z makaronem 350g (1,7,9)<br>Jajko got. 1szt. (3)<br>Sos koperkowo – ziołowy 150g (1,7)<br>Ziemniaki dusz. 300g (7)<br>Fasolka szp. got. 100g (1)<br>Sur. z selera, jabłka i marchewki 100g (9)<br>Herbata owocowa 250g(-) |
|                                  | Kolacja   | Herbata 250g(-)<br>Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Makrela w oleju 100g (4)<br>Pasta z fasoli z szczypiorkiem 50g (-)<br>Sał. grecka 50g (7)                                                | Herbata 250g(-)<br>Chleb pszenny 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Galaretka z ryby 150g (3,4,9)<br>Humus 1szt. (11)<br>Sał. grecka 50g (7)                                                                                        | Herbata 250g(-)<br>Chleb razowy 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Galaretka z ryby 150g (3,4,9)<br>Humus 1szt. (11)<br>Sał. grecka 50g (7)                                                                                                  |
|                                  | PN        | Kefir 1 szt. (7)                                                                                                                                                                                                           | Kefir 1 szt. (7)                                                                                                                                                                                                                 | Kefir 1 szt. (7)                                                                                                                                                                                                                          |
|                                  |           | E: 2431 kcal; B:70,93g;T:101,02g w tym kw.tł.nasy:34,97g; W: 245,96g w tym cukry: 53,03g; Bł: 32,32g, sól:5,41g.                                                                                                           | E: 2332 kcal; B:92,68g;T:81,91g w tym kw.tł.nasy:31,17g; W: 298,40g w tym cukry: 54,14g; Bł: 31,98g, sól:5,93g.                                                                                                                  | E: 2390 kcal; B:95,74g;T:93,96g w tym kw.tł.nasy:38,88 g; W: 290,07g w tym cukry: 50,15g; Bł: 47,37g, sól:6,95g.                                                                                                                          |

|                             |           | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                                                         | <b>Dieta łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                       | <b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>                                                                                                                                              |
|-----------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>WTOREK 06.05.2025rok</b> | Śniadanie | Zupa ml. budyniowa 300g (7)<br>Kawa zb. z ml. 250g (1,7)<br>Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1)<br>Masło 82% 20g(7)<br>Serek homogenizowany 1szt. (7)<br>Dżem 1szt. (-)<br>Papryka 50g (-)<br>Kiwi 1szt. (-) | Zupa ml. budyniowa 300g (7)<br>Kawa zb. z ml. 250g (1,7)<br>Chleb pszenny 120g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Serek homogenizowany 1szt. (7)<br>Dżem 1szt. (-)<br>Pomidor 50g (-)<br>Kiwi 1szt. (-) | Zupa ml. budyniowa 300g (7)<br>Kawa zb. z ml. 250g(1,7)<br>Chleb razowy 120g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Serek homogenizowany 1szt. (7)<br>Szynka got. 40g (-)<br>Pomidor 50g (-)<br>Kiwi 1szt. (-) |
|                             | IIŚ       |                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                 | Krakersy 1szt. (1)                                                                                                                                                                                 |
|                             | Obiad     | Barszcz z jarzynami 350g (1,7,9)<br>Sos myśliwski 250g (1,10)<br>Kasza j. 300g (1)<br>Sał. z ogórka kon. 150g (10)<br>Kompot 250g (-)                                                                           | Barszcz z jarzynami 350g (1,7,9)<br>Gulasz wieprzowy got. 250g (1)<br>Kasza j. 300g (1)<br>Brokuł got. 150g (1)<br>Kompot 250g (-)                                                              | Barszcz z jarzynami 350g (1,7,9)<br>Gulasz wieprzowy got. 250g (1)<br>Kasza j. 300g (1)<br>Brokuł got. 150g (1)<br>Herbata owocowa 250g(-)                                                         |
|                             | Kolacja   | Herbata 250g(-)<br>Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Szynka biała 40g (-)<br>Serek „deliser” 17g (7)<br>Sał. z selera z szynką, ananasem, serem żółtym 50g (3,7,9)                 | Herbata 250g(-)<br>Chleb pszenny 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Szynka biała 40g (-)<br>Serek „deliser” 17g (7)<br>Sał. z selera z szynką, ananasem, serem żółtym 50g (3,7,9)                  | Herbata 250g(-)<br>Chleb razowy 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Szynka biała 40g (-)<br>Serek „deliser” 17g (7)<br>Sał. z selera z szynką, serem żółtym 50g (3,7,9)                                |
|                             | PN        | Baton owocowy b/c 1szt. (-)                                                                                                                                                                                     | Baton owocowy b/c 1szt. (-)                                                                                                                                                                     | Baton owocowy b/c 1szt. (-)                                                                                                                                                                        |
|                             |           | E: 2299 kcal; B:78,30g;T:67,55g w tym kw.tł.nasy:35,75g; W: 329,80g w tym cukry: 72,35g; Bł: 32,61g, sól:5,97g.                                                                                                 | E: 2296 kcal; B:89,07g;T:68,75g w tym kw.tł.nasy:34,82g; W: 315,17g w tym cukry: 68,97g; Bł: 30,92g, sól:4,56g.                                                                                 | E: 2335 kcal; B:91,46g;T:77,77g w tym kw.tł.nasy:39,70g; W: 317,04g w tym cukry: 48,90g; Bł: 46,16g, sól:5,23g.                                                                                    |

|                      |           | Dieta podstawowa                                                                                                                                                                                                                  | Dieta łatwostrawna                                                                                                                                                                                               | Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                                                                              |
|----------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ŚRODA 07.05.2025 rok | Śniadanie | Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7)<br>Kawa zb. z ml. 250g (1,7)<br>Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Pasta z jajka z szczypiorkiem 80g (3)<br>Sał. z sałaty , pomidorów, rzodkiewki i kukurydzy 50g (-) | Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7)<br>Kawa zb. z ml. 250g (1,7)<br>Chleb pszenny 120g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Pasta z jajka z szczypiorkiem 80g (3)<br>Sał. z sałaty , pomidorów, rzodkiewki i kukurydzy 50g (-) | Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7)<br>Kawa zb. z ml. 250g (1,7)<br>Chleb razowy 120g(1)<br>Masło 20g (7)<br>Pasta z jajka z szczypiorkiem 80g (3)<br>Sał. z sałaty , pomidorów, rzodkiewki i kukurydzy 50g (-) |
|                      | IIŚ       |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                  | Mus owocowy b/c 1szt. (-)                                                                                                                                                                                   |
|                      | Obiad     | Zupa szparagowa z l. ciastem 350g (1,3,7,9)<br>Schab duszony 80g (-)<br>W sosie własnym 150g (1)<br>Ziemniaki 300g (-)<br>Sur. z czerwonej kap. 100g (-)<br>Kalafior got.100g (1)<br>Kompot 250g(-)                               | Zupa szparagowa z l. ciastem 350g (1,3,7,9)<br>Schab duszony 80g (-)<br>W sosie własnym 150g (1)<br>Ziemniaki 300g (-)<br>Sur. z marchewki 100g (-)<br>Kalafior got.100g (1)<br>Kompot 250g(-)                   | Zupa szparagowa z l. ciastem 350g (1,3,7,9)<br>Schab duszony 80g (-)<br>W sosie własnym 150g (1)<br>Ziemniaki 300g (-)<br>Sur. z marchewki 100g (-)<br>Kalafior got.100g (1)<br>Herbata owocowa 250g(-)     |
|                      | Kolacja   | Herbata 250g(-)<br>Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Serek „fro – smak” 1szt. (7)<br>Sał. gajowego 50g (1,3)                                                                                         | Herbata 250g(-)<br>Chleb pszenny 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Serek „fro – smak” 1szt. (7)<br>Sał. gajowego 50g (1,3)                                                                                         | Herbata 250g(-)<br>Chleb razowy 150g(1)<br>Masło 82% 20g (7)<br>Serek „fro – smak” 1szt. (7)<br>Sał. gajowego 50g (1,3)                                                                                     |
|                      | PN        | Deser mleczny – kaszka z owocem 1szt. (7)                                                                                                                                                                                         | Deser mleczny – kaszka z owocem 1szt. (7)                                                                                                                                                                        | Jogurt nat. - 1szt. (7)                                                                                                                                                                                     |
|                      |           | E: 2639 kcal; B:115,39g;T:93,53g w tym kw.tł.nasy:46,94g; W: 315,27g w tym cukry: 41,79g; Bł: 29,72g, sól:4,80g.                                                                                                                  | E: 2643 kcal; B115,94g;T:84,08g w tym kw.tł.nasy:47,55g; W: 301,76g w tym cukry: 43,96g; Bł: 20,23g, sól:4,85g.                                                                                                  | E: 2678 kcal; B:118,71g;T:90,52g w tym kw.tł.nasy:49,77g; W: 301,44g w tym cukry: 33,45g; Bł: 38,14g, sól:5,42g.                                                                                            |

## **OZNACZENIA ALERGENÓW POKARMOWYCH**

**Gluten (1)**

**Jaja i produkty pochodne (3)**

**Ryby i produkty pochodne (4)**

**Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) (7)**

**Orzechy (8)**

**Seler i produkty pochodne (9)**

**Gorczyca i produkty pochodne (10)**

**Sezam (11)**

Opracował:

Izabela Cegiela – Kier.działu żywienia

Alicja Kędzierska – Starszy dietetyk