

Jadłospis od dnia 10.04.2025r do dnia 16.04.2025r.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
CZWARTEK 10.04.2025 rok	Śniadanie	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica z piersi kurczaka 40g (-) Powidła 1szt. (-) Sałata 10g (-) Kiwi 1szt. (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica z piersi kurczaka 40g (-) Powidła 1szt. (-) Sałata 10g (-) Kiwi 1szt. (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Polędwica z piersi kurczaka 40g (-) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Sałata 10g (-) Kiwi 1szt. (-)
	IIŚ			Pieczywo chrupkie (1)
	Obiad	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Gołąbki po poznańsku dusz. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1,7) Ziemniaki 300g (-) Kalafior got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1,7) Ziemniaki 300g (-) Kalafior got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1,7) Ziemniaki 300g (-) Kalafior got. 150g (1) Herbata owocowa 250g (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro-smak” 1szt. (7) Sał. z makaronu, kurczaka, pieczarek i papryki 50g (1,3)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro-smak” 1szt. (7) Sał. z makaronu, kurczaka, pieczarek i papryki 50g (1,3)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro-smak” 1szt. (7) Sał. z makaronu, kurczaka, pieczarek i papryki 50g (1,3)
	PN	Baton owocowy b/c 1szt. (-)	Baton owocowy b/c 1szt. (-)	Baton owocowy b/c 1szt. (-)
		E: 2728 kcal; B:85,81g;T:102,80g w tym kw.tł.nasy:47,30g; W:354,17g w tym cukry: 62,36g; Bł: 37,71g, sól:5,22g.	E: 2676 kcal; B:97,22g;T:101,35gw tym kw.tł.nasy:66,30g; W:327,00g w tym cukry:48,46g; Bł: 26,82g, sól:5,14g.	E: 2601 kcal; B:91,59g;T:102,78gw tym kw.tł.nasy:66,30g; W:319,55g w tym cukry: 35,05g; Bł: 45,41g, sól:5,16g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PIĄTEK 11.04.2025 rok	Śniadanie	Zupa ml. z kaszką p .300g (1,7) Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Ser topiony 50g (7) Sałata lodowa 10g (-) Ogórek ziel. 50g (-)	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Ser topiony 50g (7) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Ser topiony 50g (7) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Biskopity b/c cukru (1)
	Obiad	Zupa koperkowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Placki z ryby z warzywami dusz.80g (1,3,4) Ziemniaki dusz. 300g (7) Warzywa dusz.100g (9) Sur. z kisz. kap.100g (-) Kompot 250g(-)	Zupa koperkowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Placki z ryby z warzywami dusz.80g (1,3,4) Ziemniaki dusz. 300g (7) Warzywa dusz.100g (9) Sur. z selera 100g (9) Kompot 250g(-)	Zupa koperkowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Placki z ryby z warzywami dusz.80g (1,3,4) Ziemniaki dusz. 300g (7) Warzywa dusz.100g (9) Sur. z selera 100g (9) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z fasoli z ogórkiem 50g (10) Twarożek z szczypiorkiem 50g (7) Sał. z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Galaretka warzywna 150g (3,9) Twarożek z szczypiorkiem 50g (7) Sał. z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Galaretka warzywna 150g (3,9) Twarożek z szczypiorkiem 50g (7) Sał. z brokuła 50g (3,9)
	PN	Kefir 1szt. (7)	Kefir 1szt. (7)	Kefir 1szt. (7)
		E: 2324 kcal; B:82,38g;T:78,06g w tym kw.tł.nasy:35,54g; W:313,69g w tym cukry: 79,62g; Bł: 39,44g, sól:5,03g.	E: 2376 kcal; B:89,88g;T:81,38g w tym kw.tł.nasy:36,00g; W:307,86g w tym cukry: 48,72g; Bł: 30,18g, sól:5,45g.	E: 2412 kcal; B:88,09g;T:84,35g w tym kw.tł.nasy:36,92g; W:335,00g w tym cukry: 44,25g; Bł: 46,25g, sól:5,53g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
SOBOTA 12.04.2025 rok	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałata 10g (-) Jabłko 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałata 10g (-) Jabłko 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałata 10g (-) Jabłko 1szt. (-)
	IIŚ			Jogurt nat. 1szt. (7)
	Obiad	Zupa ogórkowa 350g (1,7,9) Gulasz węgierski dusz. 250g (1) Kasza j. 300g (1) Sur. z warzyw 150g (7,9) Kompot 250g(-)	Ziemniaczana 350g (9) Gulasz wieprzowy got. 250g (1) Kasza j. 300g (1) Sur. z warzyw 150g (7,9) Kompot 250g(-)	Ziemniaczana 350g (9) Gulasz wieprzowy got. 250g (1) Kasza j. 300g (1) Sur. z warzyw 150g (7,9) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kon. rybna 100g (4) Serek „gouda” 17g (7) Ogórek kon. 50g (10)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g(7) Paprykarz warzywny 1szt. (6) Serek „gouda” 17g (7) Pomidor 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Paprykarz warzywny 1szt. (6) Serek „gouda” 17g (7) Pomidor 50g (-)
	PN	Baton twarogowy 1szt. (7)	Baton twarogowy 1szt. (7)	Mus owocowy b/c 1szt. (-)
		E: 2205 kcal; B:80,15g;T:75,12g w tym kw.tł.nasy:30,83g; W:307,87g w tym cukry: 53,09g; Bł: 41,25g, sól:5,78g.	E: 2458 kcal; B:83,69g;T:75,58g w tym kw.tł.nasy:28,25g; W:353,05g w tym cukry: 50,44g; Bł: 36,22g, sól:4,27g.	E: 2335 kcal; B:73,40g;T:80,30g w tym kw.tł.nasy:28,48g; W:335,00g w tym cukry: 45,72g; Bł: 51,72g, sól:4,55g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
NIEDZIELA 13.04.2025 rok	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Pasta z jajka z szczypiorkiem 80g (3) Sał. wegetariańska 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z szczypiorkiem 80g (3) Sał. wegetariańska 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z szczypiorkiem 80g (3) Sał. wegetariańska 50g (-)
	IIŚ			Wędlina 50g (-)
	Obiad	Rosół z makaronem 350g (1,9) Udko z kurczaka pieczone 1szt. (-) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Marchewka z groszkiem 100g (1) Mizeria 100g (7) Kompot 250g(-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Udko z kurczaka got. 1szt. (-) Sos potrawkowy 150g (1,3,7) Ziemniaki 300g (-) Marchewka z groszkiem 100g (1) Szpinak dusz. 100g (1,7) Kompot 250g(-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Udko z kurczaka got. 1szt. (-) Sos potrawkowy 150g (1,3,7) Ziemniaki 300g (-) Marchewka z groszkiem 100g (1) Szpinak dusz. 100g (1,7) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Ser żółty 40g (7) Sał. jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g(7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Kieł. szynkowa z piersi kurczaka 40g (-) Sał. jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Kieł. szynkowa z piersi kurczaka 40g (-) Sał. jarzynowa 50g (3,9)
	PN	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)
		E: 2419 kcal; B:84,08g;T:107,56g w tym kw.tł.nasy:49,10g; W:269,18g w tym cukry: 40,99g; Bł: 29,68 g, sól:4,33g.	E: 2425 kcal; B:86,10 g;T:98,28gw tym kw.tł.nasy:45,03g; W:289,20g w tym cukry: 43,26 g; Bł: 23,09g, sól:4,24 g.	E: 2321 kcal; B:87,29g;T:99,48gw tym kw.tł.nasy:45,16g; W:254,08g w tym cukry: 29,93g; Bł: 38,21 g, sól:4,89g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PONIEDZIAŁEK 14.04.2025 rok	Śniadanie	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Dżem 1szt. (-) Papryka 50g (-) Jabłko 1szt. (-)	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Dżem 1szt. (-) Pomidor 50g (-) Jabłko 1szt. (-)	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Ser żółty 40g (7) Pomidor 50g (-) Jabłko 1szt. (-)
	IIŚ			Krakersy 1szt. (1)
	Obiad	Barszcz ukraiński 350g (1,7,9) Kurczak w sosie słodko – kwaśnym 250g (1) Ryż 300g (-) Sur. z białej kap. 150g (-) Kompot 250g(-)	Barszcz z jarzynami 350g (1,7,9) Kurczak w sosie słodko – kwaśnym 250g (1) Ryż 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Barszcz z jarzynami 350g (1,7,9) Kurczak w sosie warzywnym 250g (1,9) Ryż 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z wędliny z zieleniną 50g (3) Serek „hochland” 22g (7) Sał. z cieciorzki z ogórkiem ziel 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z wędliny z zieleniną 50g (3) Serek „hochland” 22g (7) Sał. z cieciorzki z ogórkiem ziel 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z wędliny z zieleniną 50g (3) Serek „hochland” 22g (7) Sał. z cieciorzki z ogórkiem ziel 50g (3)
	PN	Jogurt owocowy 1szt. (7)	Jogurt owocowy 1szt. (7)	Jogurt nat. 1 szt. (7)
		E: 2447 kcal; B:80,20g;T:76,70g w tym kw.tł.nasy: 38,31g; W:351,07g w tym cukry: 70,56g; Bł: 41,16g, sól:4,28g.	E: 2367 kcal; B:80,11;T:71,52g w tym kw.tł.nasy:37,92g; W:337,15g w tym cukry: 65,63g; Bł: 27,07g, sól:4,33g.	E: 2573 kcal; B:88,41g;T:93,31g w tym kw.tł.nasy:42,14g; W:285,87g w tym cukry: 60,09g; Bł: 42,71g, sól:4,89 g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
WTOREK 15.04.2025 rok	Śniadanie	Zupa ml. budyniowa 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Wędlina drobiowa 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Wędlina drobiowa 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Wędlina drobiowa 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Kefir 1szt. (7)
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (1,7,9) Kotlet z fasoli dusz.80g (1,3) Ziemniaki dusz. 300g (7) Sał. z buraczków 100g (-) Brokuł got. 100g (1) Kompot 250g(-)	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (1,7,9) Kotlet z warzyw dusz. (1,3,9) Ziemniaki dusz. 300g (7) Sał. z buraczków 100g (-) Brokuł got. 100g (1) Kompot 250g(-)	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (1,7,9) Kotlet z warzyw dusz. (1,3,9) Ziemniaki dusz. 300g (7) Sał. z buraczków 100g (-) Brokuł got. 100g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka 1szt. (-) z musztardą 30g (10) Sał. z kalafiora 50g (1,3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka 1szt. (-) z keczupem 30g (-) Sał. z kalafiora 50g (1,3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka 1szt. (-) z musztardą 30g (10) Sał. z kalafiora 50g (1,3,9)
	PN	Deser mleczny 1szt. (7)	Deser mleczny 1szt. (7)	Baton owocowy b/c 1szt. (-)
		E: 2677 kcal; B:79,88g;T:93,40g w tym kw.tł.nasy:32,41g; W:348,81g w tym cukry: 53,99g; Bł: 38,70g, sól:6,24g.	E: 2763 kcal; B:88,40g;T:101,81g w tym kw.tł.nasy:32,72g; W:365,82g w tym cukry: 53,18g; Bł: 35,75g, sól:6,80g.	E: 2616 kcal; B:97,58g;T:96,74g w tym kw.tł.nasy:35,11 g; W:346,76g w tym cukry: 47,31g; Bł: 54,13g, sól:6,90g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
ŚRODA 16.04.2025 rok	Śniadanie	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z kurczaka i papryki 80g (3) Sał. z sałaty , pomidorów, rzodkiewki i kukurydzy 50g (-)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z kurczaka i papryki 80g (3) Sał. z sałaty , pomidorów, rzodkiewki i kukurydzy 50g (-)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Pasta z kurczaka i papryki 80g (3) Sał. z sałaty , pomidorów, rzodkiewki i kukurydzy 50g (-)
	IIŚ			Wędlina 50g (-)
	Obiad	Zupa z białych warzyw z makaronem 350g (1,9) Schab dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Kap. czerwona got. 150g (-) Kompot 250g(-) Banan 1szt. (-)	Zupa z białych warzyw z makaronem 350g (1,9) Schab dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z selera, jabłka i orzechów100g (8,9) Kompot 250g(-) Banan 1szt. (-)	Zupa z białych warzyw z makaronem 350g (1,9) Schab dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z selera, jabłka i orzechów100g (8,9) Herbata owocowa 250g(-) Mandarynka 1szt. (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Twarożek z koperkiem 50g (7) Paprykarz szczeciński 100g (4) Pomidor z szczypiorkiem, słonecznikiem, pestkami dyni z jogurtem 50g (7)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Twarożek z koperkiem 50g (7) Szynka biała 40g (-) Pomidor z szczypiorkiem, słonecznikiem, pestkami dyni z jogurtem 50g (7)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Twarożek z koperkiem 50g (7) Szynka biała 40g (-) Pomidor z szczypiorkiem, słonecznikiem, pestkami dyni z jogurtem 50g (7)
	PN	Mus owocowy b/c 1szt. (-)	Mus owocowy b/c 1szt. (-)	Mus owocowy b/c 1szt. (-)
		E: 2237 kcal; B:85,89g;T:65,98g w tym kw.tł.nasy:26,08g; W:320,63g w tym cukry:	E: 2155 kcal; B:88,92g;T:55,50g w tym kw.tł.nasy:26,69g; W:316,26g w tym cukry:	E: 2080 kcal; B:91,85g;T:56,79g w tym kw.tł.nasy:26,74g; W:270,51g w tym cukry: 35,94g;

		60,51g; Bł: 35,58g, sól:5,97g.	61,38g; Bł: 27,88g, sól:3,86g.	Bł: 42,19g, sól:6,82g.
--	--	--------------------------------	--------------------------------	------------------------

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 Cegieła – Kier.działu żywienia

Alicja Kędzierska – Starszy dietetyk