

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Positek nocny
<b>poniedziałek 2025-08-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), Twaro ek z szczyptorkiem 100g ( <i>ME</i> ), ogórek w 400g, Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 500ml ( <i>GLU, JAJ, ME, SEL</i> ), Ry biały gotowany 250g ( <i>ME</i> ), Leczo z kielbas cukini papryk pomidorami pieczarkami 300g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), pasztet firmowy 800g ( <i>GLU, JAJ, ME</i> ), ogórki konserwowe 500g ( <i>GOR</i> ), herbata 200ml,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2187.23 kcal; Białko ogółem: 84.70g; Tłuszcz: 100.38g; W glowodany ogółem: 244.12g; Wap : 681.03mg; Suma cukrów prostych: 16.43g; Sód: 2291.98mg; Nasycone kw tłuszczo: 17.50g;

<b>poniedziałek 2025-08-11</b> <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM TŁWID PRZYSWAJALNYCH W GŁWODANÓW</b>		
chleb graham 1500g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 400g ( <i>ME</i> ), jaja 1.0szt ( <i>JAJ</i> ), filet z piersi indyka 300g, mix salat 300g, jogurt naturalny 1500g ( <i>ME</i> ), ogórki konserwowe 300g ( <i>GOR</i> ), Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem zabelana 500ml ( <i>ME, SEL</i> ), Ry br zowy gotowany 250g ( <i>ME</i> ), Leczo z piersia z kurczaka cukini papryk pomidorami pieczarkami 300g,	chleb pelnoziarnisty 1300g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), pasztet drobiowy 800g, salata lodowa 0.3szt, herbata bć 200ml,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2280.38 kcal; Białko ogółem: 95.02g; Tłuszcz: 124.86g; W glowodany ogółem: 214.00g; Wap : 633.29mg; Suma cukrów prostych: 19.44g; Sód: 2898.02mg; Nasycone kw tłuszczo: 13.96g;

<b>poniedziałek 2025-08-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), Twaro ek z jogurtem 100g ( <i>ME</i> ), mix salat 300g, Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem zabelana 500ml ( <i>ME, SEL</i> ), Ry biały gotowany 250g ( <i>ME</i> ), Leczo z piersia z kurczaka cukini pomidorami 300g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), pasztet drobiowy 800g, salata lodowa 0.3szt, herbata 200ml,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2111.45 kcal; Białko ogółem: 86.41g; Tłuszcz: 100.36g; W glowodany ogółem: 231.57g; Wap : 456.57mg; Suma cukrów prostych: 15.73g; Sód: 1670.26mg; Nasycone kw tłuszczo: 10.72g;

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-08-12 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), Pol dwica z indyka z warzywami 600g, jablka 1000g, salata 0.3szt, herbata 200ml,	Zupa krem z dyni z mlczkiem kokosowym i pietruszk 500ml ( <i>ME, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Stek z cebulk 130g ( <i>GLU</i> ), Surówka wielowarzywna z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), ledz w mietanie z cebulk i jablkim 130g ( <i>RYB, ME</i> ), brokuly 700g, herbata 200ml,

**Warto ci od ywcz:** Energia: 2003.80kcal; Bialko ogolem: 78.87g; Tluszcz: 92.95g; W glowodany ogolem: 234.87g; Wap : 253.65mg; Suma cukrowprostych: 18.82g; Sód: 1721.88mg; Nasycone kwitluszcz: 22.52g;

wtorek 2025-08-12 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
chleb ytni sitowy 1500g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOI, ME, SEZ</i> ), margaryna mi kka 400g ( <i>ME</i> ), szynka z piersi 600g, humus 500g ( <i>GLU, OZI, ORZ, GOR, SEZ</i> ), jablka 1300g, kefirz owocami 1500g ( <i>ME</i> ), plaki owsiane 500g ( <i>GLU</i> ), herbata b/c 200ml,	Zupa krem z dyni z mlczkiem kokosowym i pietruszk 500ml ( <i>ME, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Stek z cebulk 130g ( <i>GLU</i> ), fasolka szparagowa 1000g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb graham 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), ledz w mietanie z cebulk i jablkim 130g ( <i>RYB, ME</i> ), pomidor 400g, mix salat 100g, herbata b/c 200ml,

**Warto ci od ywcz:** Energia: 2218.84kcal; Bialko ogolem: 78.23g; Tluszcz: 96.26g; W glowodany ogolem: 276.84g; Wap : 655.77mg; Suma cukrowprostych: 19.96g; Sód: 1480.28mg; Nasycone kwitluszcz: 23.69g;

wtorek 2025-08-12 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), szynka z piersi 600g, jablka 1300g, kefirz owocami 1500g ( <i>ME</i> ), plaki owsiane 500g ( <i>GLU</i> ),	Zupa krem z dyni z mlczkiem kokosowym i pietruszk 500ml ( <i>ME, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Stek z szynki gotowany 130g ( <i>GLU</i> ), fasolka szparagowa 1000g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), Pasta z jaj i ryby wedzonej 100g ( <i>JAJ, RYB</i> ), pomidor 500g, herbata 200ml,

**Warto ci od ywcz:** Energia: 2235.74kcal; Bialko ogolem: 79.98g; Tluszcz: 100.24g; W glowodany ogolem: 260.86g; Wap : 624.31mg; Suma cukrowprostych: 20.86g; Sód: 1653.01mg; Nasycone kwitluszcz: 25.63g;

Dietetyk

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
roda 2025-08-13 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), ser oity gouda z czamuszk 600g ( <i>ME</i> ), jaja 0.5szt ( <i>JAJ</i> ), pomidor 500g, Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU/ME</i> ),	Zupa urek z ziemniakami kielbas 500ml ( <i>GLU/JAJ/ME/SEL</i> ), kluski l skie 2000g ( <i>JAJ</i> ), Gulasz z szynki duszony 130g, ogórki kiszone 1000g ( <i>GOR</i> ),	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), pasta kanapkowa drobiowa 1000g, marchewnini 600g, herbata 200ml,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2160.11 kcal; Bialko ogolem: 97.46g; Tluszcz: 101.08g; W glowodany ogolem: 223.73g; Wap : 2268.99mg; Suma cukrowprostych: 106.67g; Sód: 41513.55mg; Nasycone kwitluszcz: 50.75g;

roda 2025-08-13 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM TWARDO PRYZYWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
Chleb ytni ekstrudowany 1500g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), ser oity z czamuszk 600g ( <i>ME</i> ), jaja 1.0szt ( <i>JAJ</i> ), ogorek w 600g, jogurt naturalny 1500g ( <i>ME</i> ), herbata b/c 200ml,	Zupa warzywna z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml ( <i>ME/SEL</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Gulasz z szynki duszony 130g, Surówka z pekinki z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb graham 1000g ( <i>GLU</i> ), pasta kanapkowa drobiowa 800g, brokuly 600g, herbata b/c 200ml,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2479.60kcal; Bialko ogolem: 109.46g; Tluszcz: 119.56g; W glowodany ogolem: 268.16g; Wap : 1073.08mg; Suma cukrowprostych: 17.88g; Sód: 2274.58mg; Nasycone kwitluszcz: 31.65g;

roda 2025-08-13 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), serek waniliowy 1000g ( <i>ME</i> ), jaja 1.0szt ( <i>JAJ</i> ), pomidor 600g,	herbata 200ml, Zupa warzywna z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml ( <i>ME/SEL</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Gulasz z szynki duszony 130g, Surówka z pekinki z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), pasta kanapkowa drobiowa 800g, brokuly 600g, herbata 200ml,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2131.17 kcal; Bialko ogolem: 94.30g; Tluszcz: 109.45g; W glowodany ogolem: 215.64g; Wap : 428.93mg; Suma cukrowprostych: 20.51g; Sód: 1911.83mg; Nasycone kwitluszcz: 24.22g;

**Dietyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-08-14 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), humus z ciecierzycy 500g ( <i>GLU, OZI, ORZ, GOR, SEZ</i> ), Twaro ek z ziolami 100g ( <i>MLE</i> ), rzodkiewka 0.3szt, herbata 200ml, Kompot wielowocowy 200ml,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i koperkiem zabelana 500ml ( <i>MLE, SEZ</i> ), pyzy ziemniaczane z mi semi cebulk 2500g ( <i>JAJ</i> ), Surówka z marchwii tartej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), Salátka ydowska z cebulk i majonezem 200g ( <i>GLU, JAJ, GOR</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), herbata 200ml,

**Warto ci od ywcz:** Energia: 2311.08kcal; Białko ogółem: 76.21 g; Tłuszcz: 95.26g; W glowodany ogółem: 281.36g; Wap : 362.24mg; Suma cukrów prostych: 21.26g; Sód: 1603.59mg; Nasycone kw tłuszczo: 14.46g;

czwartek 2025-08-14 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM TŁAWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
chleb pelnoziamisty 1500g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), humus z ciecierzycy 800g ( <i>GLU, OZI, ORZ, GOR, SEZ</i> ), Twaro ek z ziolami 100g ( <i>MLE</i> ), budy bć 1000g, herbata bć 200ml,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i koperkiem zabelana 500ml ( <i>MLE, SEZ</i> ), Makaron razowy gotowany z serem 300g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Polewa jogurt naturalny z truskawkami 600g ( <i>MLE</i> ), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb razowy ytni 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), Salátka ydowska lekka z jogurtem 200g ( <i>GLU, JAJ, GOR</i> ), herbata bć 200ml,

**Warto ci od ywcz:** Energia: 2595.54kcal; Białko ogółem: 81.78g; Tłuszcz: 95.73g; W glowodany ogółem: 345.07g; Wap : 576.13mg; Suma cukrów prostych: 75.66g; Sód: 1706.85mg; Nasycone kw tłuszczo: 9.67g;

czwartek 2025-08-14 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), Twaro ek z ziolami 50g ( <i>MLE</i> ), humus z ciecierzycy 600g ( <i>GLU, OZI, ORZ, GOR, SEZ</i> ), ogórek w 500g, herbata 200ml,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i koperkiem zabelana 500ml ( <i>MLE, SEZ</i> ), pyzy ziemniaczane z miesem i maslem 2500g ( <i>JAJ</i> ), Surówka z marchwii tartej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), Salátka ydowska lekka z jogurtem 200g ( <i>GLU, JAJ, GOR</i> ), herbata 200ml,

**Warto ci od ywcz:** Energia: 2238.72kcal; Białko ogółem: 68.91 g; Tłuszcz: 95.93g; W glowodany ogółem: 268.15g; Wap : 286.21mg; Suma cukrów prostych: 18.07g; Sód: 1588.38mg; Nasycone kw tłuszczo: 14.14g;

Dietyk

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
pi tek 2025-08-15 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), jajecznicza z cebulk 1000g ( <i>JAJ</i> ), salatka grecka 600g ( <i>GLU, ME, SEL</i> ), Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa szczawiowa z ryzem zabelana 500ml ( <i>JAJ, ME, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Dorsz filet fanierowany 100g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Surówka z kapusty kiszzonej z marchewk kminkiem i olejem rzepakowym 100g,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), ser kanapkowy z rzodkiewka i szczypiorkiem 100g ( <i>ME</i> ), herbata 200ml,

**Warto ci od ywcz:** Energia: 2206.79kcal; Bialko ogolem: 88.37g; Tluszcz: 117.97g; W glowodany ogolem: 206.52g; Wap : 4319.41mg; Suma cukrowprostych: 25.90g; Sód: 12723.48mg; Nasycone kwitluszcz: 991.78g;

pi tek 2025-08-15 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
chleb ytni sitowy 1500g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOI, ME, SEZ</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), jajecznicza z cebulk 1000g ( <i>JAJ</i> ), salatka grecka 800g ( <i>GOR</i> ), kielbasa domowa 500g, Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ), sok pomidorowy 1500ml,	Zupa szczawiowa z ry em zabelana 500ml ( <i>JAJ, ME, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, dorsz filet na parze 1000g, Surówka z kiszzonejkapusty z marchewk kminkiem i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb graham 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), serek kanapkowy z rzodkiewka i szczypiorkiem 100g ( <i>ME</i> ), herbata bć 200ml,

**Warto ci od ywcz:** Energia: 2144.61 kcal; Bialko ogolem: 93.79g; Tluszcz: 101.28g; W glowodany ogolem: 226.24g; Wap : 537.65mg; Suma cukrowprostych: 16.69g; Sód: 2243.29mg; Nasycone kwitluszcz: 29.62g;

pi tek 2025-08-15 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), jajecznicza na parze 1000g ( <i>JAJ</i> ), Salatka grecka 100g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa krupnik z ziemniakami 500ml ( <i>GLU, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, dorsz filet na parze 1000g, Mzeria z jogurtem i mietan 100g ( <i>ME</i> ), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), Serek kanapkowy 100g ( <i>ME</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ),

**Warto ci od ywcz:** Energia: 2093.37 kcal; Bialko ogolem: 101.51g; Tluszcz: 91.91g; W glowodany ogolem: 223.53g; Wap : 500.94mg; Suma cukrowprostych: 16.07g; Sód: 2063.65mg; Nasycone kwitluszcz: 19.18g;

Dietetyk

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Positek nocny
<b>sobota 2025-08-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), kielbasa zielonogórska 500g, bukiet warzywkwiatowy 800g, herbata 200ml,	Zupa wiejska z zacierk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEZ</i> ), Łazanki z kapust i kielbas 300g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), pasta serowo jajeczna 100g ( <i>ME</i> ), ogórki kiszone 400g ( <i>GOR</i> ), herbata 200ml,
<b>Warto ci od ywcz:</b> Energia: 2043.44kcal; Bialko ogółem: 90.30g; Tluszcz: 83.79g; W glowodany ogółem: 237.82g; Wap : 273.31 mg; Suma cukrówprostych: 13.88g; Sód: 3134.61 mg; Nasycone kwitluszcz: 11.64g;		
<b>sobota 2025-08-16</b> <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
chleb pelnoziamisty 1500g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), poledwica z piersi kurczaka 500g, bukiet warzywkwiatowy 1000g, ser topiony 100g 0.5szt ( <i>ME</i> ), jablka 1000g, herbata 200ml,	Zupa wiejska z zacierk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEZ</i> ), Makaron razowy gotowany 250g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Sos drobiowo warzywny brokul fasolka szparagowa dynia wloszczyzna 200g ( <i>SEZ</i> ),	chleb razowy ytni 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), kielbasa delikatesowa z kurczaka 500g, ogórki kiszone 400g ( <i>GOR</i> ), herbata 200ml,
<b>Warto ci od ywcz:</b> Energia: 2102.72kcal; Bialko ogółem: 110.49g; Tluszcz: 68.96g; W glowodany ogółem: 277.07g; Wap : 466.18mg; Suma cukrówprostych: 18.16g; Sód: 3141.50mg; Nasycone kwitluszcz: 16.94g;		
<b>sobota 2025-08-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1100g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), poledwica z piersi kurczaka 600g, bukiet warzywkwiatowy 800g, banan 1500g,	herbata 200ml, Zupa wiejska z zacierk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEZ</i> ), Makaron pszenny gotowany 250g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Sos drobiowo warzywny brokul fasolka szparagowa dynia wloszczyzna 200g ( <i>SEZ</i> ), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), kielbasa delikatesowa z kurczaka 600g, mix salat 500g,
<b>Warto ci od ywcz:</b> Energia: 2019.20kcal; Bialko ogółem: 109.12g; Tluszcz: 56.27g; W glowodany ogółem: 280.19g; Wap : 245.05mg; Suma cukrówprostych: 21.69g; Sód: 2425.37 mg; Nasycone kwitluszcz: 9.77g;		

Dietetyk

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>nieidzia 2025-08-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), kielbasa parówkowa 1000g, keczup 400g, pomidor 500g, herbata 200ml, p czek 80g 1.0szt ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ),	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Ziemniaki gotwane 250g, Bitka ze schabu wsosie pieczeniowym 10080g 100g ( <i>GLU</i> ), Surówka z czerwonej kapusty z marchewk i olejem rzepakowym 100g,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), ser ólty gouda 600g ( <i>MLE</i> ), salatka z patisona 600g ( <i>GOR</i> ), herbata 200ml,

**Warto ci od ywzce:** Energia: 2324.35 kcal; Bialko ogólem: 102.99g; Tluszcz: 111.72g; W glowodany ogólem: 236.41g;  
Wap : 2054.86mg; Suma cukrówprostych: 115.67g; Sód: 41647.40mg; Nasycone kwitluszcz: 56.40g;

<b>nieidzia 2025-08-17</b> <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
chleb pelnoziamisty 1500g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 400g ( <i>MLE</i> ), parówka drobiowa 1000g, keczup 400g , mix salat 500g, sok z buraka 200ml 200ml, herbata bó: 200ml, ser topiony 100g 0.5szt ( <i>MLE</i> ),	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Ziemniaki gotwane 250g, Bitka ze schabu wsosie pieczeniowym 10080g 100g ( <i>GLU</i> ), Surówka z czerwonej kapusty z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb graham 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), pawie oczko 500g, salatka z patisona 500g ( <i>GOR</i> ), herbata bó: 200ml,

**Warto ci od ywzce:** Energia: 2503.20 kcal; Bialko ogólem: 98.05g; Tluszcz: 122.97g; W glowodany ogólem: 265.80g;  
Wap : 492.88mg; Suma cukrówprostych: 18.39g; Sód: 3003.54mg; Nasycone kwitluszcz: 27.49g;

<b>nieidzia 2025-08-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), parówka drobiowa 1000g, keczup 400g, mix salat 400g,	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Ziemniaki gotwane 250g, Bitka ze schabu wsosie pieczeniowym 10080g 100g ( <i>GLU</i> ), Surówka z buraczkówz olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml, chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ),	margaryna mi kka 500g ( <i>MLE</i> ), pawie oczko 500g, ogórek w 500g, herbata 200ml,

**Warto ci od ywzce:** Energia: 2343.35 kcal; Bialko ogólem: 88.55g; Tluszcz: 113.53g; W glowodany ogólem: 250.84g;  
Wap : 250.18mg; Suma cukrówprostych: 20.85g; Sód: 2316.13mg; Nasycone kwitluszcz: 20.11g;

**Dietyk**

.....