

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Positek noony
poniedzialek 2025-08-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), ser dty gouda 600g (<i>ME</i>), pomidor 600g, herbata 200ml, ogórek w 600g, herbata 200ml,	Zupa grochowa z ziemniakami i kielbas 500ml 500ml (<i>SEZ</i>), Makaron pszenny gotowany 250g (<i>GLU, JAU</i>), Sos bolo ski drobiowo warzywny 200g (<i>SEZ</i>), Kompot wielowocowy 200ml,	herbata 200ml, chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), kielbasa szynkowa 500g, marchewmini 800g, herbata 200ml,
Warto ci od ywce: Energia: 2157.30 kcal; Bialko ogolem: 116.98g; Tluszcz: 82.17g; W glowodany ogolem: 253.15g; Wap : 714.15 mg; Suma cukrowprostych: 15.36g; Solt: 2382.93 mg; Nasycone kwitluszcz: 25.06g;		
poniedzialek 2025-08-18 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRYZYWAJALNYCH W GLOWODANOW		
chleb graham 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), pol dwica z piersi indyka 800g, salata 0.3szt, herbata b/c 200ml, jogurt naturalny 2000g (<i>ME</i>), ser twarogowy chudy 800g (<i>ME</i>),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 500ml (<i>ME, SEZ</i>), Makaron razowy gotowany 250g (<i>GLU, JAU</i>), Sos drobiowo warzywny brokul fasolka szparagowa dynia wloszczyzna 200g (<i>SEZ</i>), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pelnoziamisty 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), kielbasa szynkowa 700g, marchewmini 1000g, herbata b/c 200ml,
Warto ci od ywce: Energia: 2162.02 kcal; Bialko ogolem: 133.03g; Tluszcz: 82.28g; W glowodany ogolem: 239.90g; Wap : 780.09 mg; Suma cukrowprostych: 23.64g; Solt: 2770.66 mg; Nasycone kwitluszcz: 25.28g;		
poniedzialek 2025-08-18 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 1200g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), poledwica z piersi kurczaka 600g, pomidor 600g, herbata 2000g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 500ml (<i>ME, SEZ</i>), Makaron pszenny gotowany 250g (<i>GLU, JAU</i>), Sos drobiowo warzywny brokul fasolka szparagowa dynia wloszczyzna 200g (<i>SEZ</i>), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1200g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), kielbasa szynkowa 600g, marchew mini 1000g, herbata 200ml, jogurt naturalny 2000g (<i>ME</i>),
Warto ci od ywce: Energia: 2184.86 kcal; Bialko ogolem: 114.52g; Tluszcz: 80.05g; W glowodany ogolem: 266.58g; Wap : 661.60 mg; Suma cukrowprostych: 21.92g; Solt: 2499.51 mg; Nasycone kwitluszcz: 24.21g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Positek noony
wtorek 2025-08-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), kielbasa parówkowa 1000g , burak czerwony gotowany 1000g , musztarda 300g (<i>GOR</i>), Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>),	Zupa grzybowa zabelana 500ml (<i>GLU, ME, SE</i>), Ziemniaki gotowane 250g , Kotle mielony pieczony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), paszтетowa watrobiana 800g (<i>GLU</i>), ogórek w 600g , herbata 200ml ,
Warto ci od ywce: Energia: 2407.16 kcal; Bialko ogólem 80.83g; Tluszcz: 136.66g; W glowodany ogólem 220.40g; Wap : 2993.24 mg; Suma cukrówprostych: 19.51 g; Sód: 23230.06 mg; Nasycone kwitluszcz: 37.33 g		
wtorek 2025-08-19 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW		
Chlebrazowy100g,margaryna mi kka20g,parówka drobiowa100g, carpacio100g,herbata200ml b/c 1Por (<i>GLU, ME</i>), musztarda 300g (<i>GOR</i>), Chleb ytni ekstrudowany 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), poledwica z piersi kurczaka 500g , Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>),	Zupa grzybowa zabelana 500ml (<i>GLU, ME, SE</i>), ziemniaki gotowane 2500g , Kotle mielony pieczony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z czerwonej kapusty z marchewk i olejem rzepakowym 100g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham 1000g (<i>GLU</i>), paszтетowa watrobiana 800g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), salatka szwedka 500g (<i>GLU, ME, SE</i>), herbata b/c 200ml ,
Warto ci od ywce: Energia: 2848.66 kcal; Bialko ogólem 97.01 g; Tluszcz: 154.57 g; W glowodany ogólem 279.99g; Wap : 620.90 mg; Suma cukrówprostych: 14.58 g; Sód: 3560.92 mg; Nasycone kwitluszcz: 36.84 g		
wtorek 2025-08-19 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), parówka drobiowa 1000g , burak czerwony gotowany 1000g , musztarda 300g (<i>GOR</i>), Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>),	Zupa grysikowa 500ml (<i>GLU, SE</i>), Ziemniaki gotowane 250g , Pulpeciki wsosie koperkowym 150g (<i>GLU, JAJ, ME</i>), Mzeria z jogurtemi mietan 100g (<i>ME</i>), Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), kielbasa delikatesowa z kurczaka 600g , brokuly 600g ,
Warto ci od ywce: Energia: 2045.29 kcal; Bialko ogólem 94.68g; Tluszcz: 71.05g; W glowodany ogólem 273.30g; Wap : 504.17 mg; Suma cukrówprostych: 19.60g; Sód: 2665.05 mg; Nasycone kwitluszcz: 16.24 g		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Positek noony
rodz 2025-08-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MLE</i>), pasta kanapkowa drobiowa 1000g, salatika z patisona 800g (<i>GOR</i>), herbata 200ml,	Zupa grysikowa 500ml (<i>GLU, SEZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Fasolka po breto sku z kielbas i pomidorami 300g (<i>GLU</i>), Kompot wieloowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MLE</i>), Salatika jarzynowa 200g (<i>GLU, JAJ, GOR</i>), banan 1500g, herbata 200ml,
Warto ci od ywzce: Energia: 2683.74 kcal; Bialko ogolem: 92.64g; Tluszcz: 113.38g; W glowodany ogolem: 315.36g; Wap : 403.76 mg; Suma cukrowprostych: 29.29g; Solt: 2774.81 mg; Nasycone kwatluszczca: 14.19g;		
rodz 2025-08-20 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRYZYWAJALNYCH W GLOWODANOW		
chleb pelnoziamisty 2000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MLE</i>), humus 500g (<i>GLU, OZI, ORZ, GOR, SEZ</i>), pasztet firmowy 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), pomidor 600g, herbata b/c 200ml,	Zupa grysikowa 500ml (<i>GLU, SEZ</i>), Ry br zowy gotowany 250g (<i>MLE</i>), Gulasz z w trobki drobiowej 170g (<i>GLU, MLE</i>), Surowka z marchwi tartej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wieloowocowy 200ml,	chleb ytni sitowy 1000g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOLI, MLE, SEZ</i>), Salatika jarzynowa 200g (<i>GLU, JAJ, GOR</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MLE</i>), salata lodowa 0.3szt, herbata b/c 200ml,
Warto ci od ywzce: Energia: 2647.52 kcal; Bialko ogolem: 71.37g; Tluszcz: 137.53g; W glowodany ogolem: 278.81g; Wap : 388.88 mg; Suma cukrowprostych: 17.27g; Solt: 2535.21 mg; Nasycone kwatluszczca: 15.37g;		
rodz 2025-08-20 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MLE</i>), pol dwica z piersi indyka 600g, kalafior 1000g, herbata 200ml,	Zupa grysikowa 500ml (<i>GLU, SEZ</i>), Ry bialy gotowany 250g (<i>MLE</i>), Gulasz z w trobki drobiowej 170g (<i>GLU, MLE</i>), Kompot wieloowocowy 200ml, Surowka z buraczkowz olejem rzepakowym 100g,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MLE</i>), Salatika jarzynowa 200g (<i>GLU, JAJ, GOR</i>), salata lodowa 0.3szt,
Warto ci od ywzce: Energia: 2552.04 kcal; Bialko ogolem: 76.94g; Tluszcz: 125.48g; W glowodany ogolem: 268.17g; Wap : 237.08 mg; Suma cukrowprostych: 19.10g; Solt: 2341.96 mg; Nasycone kwatluszczca: 14.10g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Positek noony
czwartek 2025-08-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), szynka drobiowa 400g, brukselka 600g, Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>),	Zupa wiejska z zacierk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEZ</i>), Placki jaglane 250g (<i>GLU, JAJ, ME</i>), Konfitura buraczano-truskawkowa 100g, Kompot wieloowocowy 200ml	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), Twaro ek z rzodkiewka i szczypiorkiem 100g (<i>ME</i>), salata 0.3szt, herbata 200ml,
Warto ci od ywce: Energia: 2385.01 kcal; Bialko ogolem: 106.21 g; Tluszcz: 108.94g; W glowodany ogolem: 255.57g; Wap : 561.56 mg; Suma cukrowprostych: 27.39g; Solt: 1829.92 mg; Nasycone kwitluszcz: 12.55 g;		
czwartek 2025-08-21 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSMAJALNYCH W GLOWODANOW		
chleb graham 1500g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), szynka drobiowa 600g, herbata b/c 200ml, brukselka 600g,	Zupa szczawiowa zabelana 500ml (<i>JAJ, ME, SEZ</i>), Pierog leniwe z serem 250g (<i>GLU, JAJ, ME</i>), jogurt naturalny 1000g (<i>ME</i>), Kompot wieloowocowy 200ml, jablka 1000g,	chleb razowy ytni 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), Twaro ek z rzodkiewka i szczypiorkiem 100g (<i>ME</i>), salata lodowa 0.3szt, jablka 1200g, herbata b/c 200ml,
Warto ci od ywce: Energia: 2279.12 kcal; Bialko ogolem: 104.24g; Tluszcz: 102.52g; W glowodany ogolem: 250.70g; Wap : 15626.67 mg; Suma cukrowprostych: 446.59g; Solt: 7404.35 mg; Nasycone kwitluszcz: 127.57 g;		
czwartek 2025-08-21 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), szynka drobiowa 600g, ogorek w 600g, herbata 200ml,	Zupa szczawiowa zabelana 500ml (<i>JAJ, ME, SEZ</i>), Pierog leniwe z serem 250g (<i>GLU, JAJ, ME</i>), jogurt naturalny 1000g (<i>ME</i>), jablka 1000g, Kompot wieloowocowy 200ml,	Twaro ek z jogurtem szczypiorkiem 100g, pieczywo pszenno ytnie 100g, margaryna mi kka 20g, herbata 200ml 1Por (<i>GLU, ME</i>),
Warto ci od ywce: Energia: 2187.49 kcal; Bialko ogolem: 99.24g; Tluszcz: 103.26g; W glowodany ogolem: 223.96g; Wap : 15979.74 mg; Suma cukrowprostych: 674.73g; Solt: 7384.23 mg; Nasycone kwitluszcz: 132.90g;		

Dietyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Positek noony
pi tek 2025-08-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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>), ogórki kiszone 500g (<i>GOR</i>), Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>),	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml (<i>ME, SEZ</i>), Pierogi ruskie 250g (<i>GLU, ME</i>), Kompot wieloowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), d emniskoslodzony 900g, jablka 1000g, herbata 200ml,
Warto ci od ycze: Energia: 2307.99 kcal; Bialko ogolem: 71.60g; Tluszcz: 98.98g; W glowodany ogolem: 297.05g; Wap : 501.96 mg; Suma cukrowprostych: 19.76g; Solt: 1962.91 mg; Nasycone kwitluszcza: 28.95g;		
pi tek 2025-08-22 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM LATAWID PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANOW		
chleb ytni sitowy 1500g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOI, ME, SEZ</i>), margaryna mi kka 400g (<i>ME</i>), pasta z jaj i ryby wedzonej 800g (<i>JAJ, RYB</i>), ser toplony 100g 0.5szt (<i>ME</i>), Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>), szpinak w 300g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml (<i>ME, SEZ</i>), Pierogi ruskie 250g (<i>GLU, ME</i>), Kompot wieloowocowy 200ml,	chleb graham 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), ser dty niskotluszczowy 600g (<i>ME</i>), marchewmini 600g, herbata b/c 200ml,
Warto ci od ycze: Energia: 2512.13 kcal; Bialko ogolem: 76.84g; Tluszcz: 123.06g; W glowodany ogolem: 277.78g; Wap : 716.40 mg; Suma cukrowprostych: 16.69g; Solt: 2209.13 mg; Nasycone kwitluszcza: 40.61g;		
pi tek 2025-08-22 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), d emniskoslodzony 1000g, ser twarogowy chudy 400g (<i>ME</i>), banan 1000g, Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>),	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml (<i>ME, SEZ</i>), Pierogi ruskie 250g (<i>GLU, ME</i>), Kompot wieloowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), szynka z piersi 500g, marchewmini 600g, herbata 200ml,
Warto ci od ycze: Energia: 2147.97 kcal; Bialko ogolem: 67.74g; Tluszcz: 79.11g; W glowodany ogolem: 306.17g; Wap : 524.28 mg; Suma cukrowprostych: 25.50g; Solt: 1224.82 mg; Nasycone kwitluszcza: 25.55g;		

Dietyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Positek noony
sobota 2025-08-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 1200g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MLE</i>), serek wiejski 1500g (<i>MLE</i>), pomidor 600g, herbata 200ml,	Zupa krupnik z ziemniakami 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Bigos domowy z mi sem 300g (<i>SOB</i>), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1200g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MLE</i>), ser dty gouda 700g (<i>MLE</i>), papryka swieza 600g (<i>GOR</i>), herbata 200ml, kefir 1500g (<i>MLE</i>),
Warto ci od ywze: Energia: 2032.08kcal; Bialko ogolem: 106.53g; Tluszcz: 76.13g; W glowodany ogolem: 241.86g; Wap : 1226.43 mg; Suma cukrowprostych: 26.58g; Solt: 3654.95 mg; Nasycone kwitluszcz: 21.24 g;		
sobota 2025-08-23 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GŁOWODANÓW		
chleb pelnoziamisty 1500g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 400g (<i>MLE</i>), serek wiejski 2000g (<i>MLE</i>), salata lodowa 0.3szt, kielbasa delikatesowa z kurczaka 600g, herbata b/c 200ml, pomarancza 1000g,	Zupa krupnik z ziemniakami 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Bigos domowy z mi sem 300g (<i>SOB</i>), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb razowy ytni 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MLE</i>), pasztet firmowy 600g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), pomidor 300g, herbata b/c 200ml,
Warto ci od ywze: Energia: 2042.56 kcal; Bialko ogolem: 106.66g; Tluszcz: 79.12g; W glowodany ogolem: 243.29g; Wap : 511.84 mg; Suma cukrowprostych: 25.94g; Solt: 4037.32 mg; Nasycone kwitluszcz: 15.03 g;		
sobota 2025-08-23 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 1500g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MLE</i>), serek wiejski 2000g (<i>MLE</i>), jablka 1400g, herbata 200ml, ogorek w 800g,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Piecze rzymaska 100g (<i>GLU, JAJ, SEL, GOR</i>), Sos koperkowy 100g (<i>GLU, MLE</i>), salata z jogurtemi mietan 100g (<i>MLE</i>), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1500g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MLE</i>), pasta kanapkowa drobiowa 1200g, brokuly 1500g, herbata 200ml,
Warto ci od ywze: Energia: 2404.18kcal; Bialko ogolem: 108.61g; Tluszcz: 100.20g; W glowodany ogolem: 297.81g; Wap : 672.62 mg; Suma cukrowprostych: 26.22g; Solt: 3112.27 mg; Nasycone kwitluszcz: 28.28 g;		

Dietyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Positek noony
nieziela 2025-08-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), kielbasa l ska 1000g, keczup 500g, salatka szwedcka 800g (<i>GLU, ME, SE</i>),	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SE</i>), Ziemniaki gotowane 250g, udko z kurczaka pieczone 1300g, Bukiet warzywkwiatowy {kalafior brokuł marchew} z masłem i bulk tart 100g, Kompot wielooowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), kielbasa szynkowa 600g, pomidor 600g,
Warto ci od ywce: Energia: 2059.17 kcal; Białko ogółem: 102.16g; Tłuszcz: 90.79g; W głowodany ogółem: 211.79g; Wap : 181.06 mg; Suma cukrówprostych: 14.30g; Sód: 3103.37 mg; Nasycone kwłtłuszcz: 22.44 g;		
nieziela 2025-08-24 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWID PRZYSMAJALNYCH W GŁOWODANÓW		
chleb ytni sitowy 1500g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOI, ME, SE</i>), margaryna mi kka 400g (<i>ME</i>), parówka drobiowa 1000g, keczup 400g, szynka luksusowa 600szt, papryka swiezza 700g (<i>GOR</i>), herbata bć 200ml,	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SE</i>), Ziemniaki gotowane 250g, udko z kurczaka gotowane 1200g, Bukiet warzywkwiatowy {kalafior brokuł marchew} 100g, Kompot wielooowocowy 200ml,	chleb graham 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), kielbasa domowa 600g, kalafior 500g, herbata bć 200ml,
Warto ci od ywce: Energia: 2262.93 kcal; Białko ogółem: 86.48g; Tłuszcz: 113.34g; W głowodany ogółem: 234.08g; Wap : 233.35 mg; Suma cukrówprostych: 13.75g; Sód: 2933.47 mg; Nasycone kwłtłuszcz: 25.18 g;		
nieziela 2025-08-24 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), parówka drobiowa 1000g, keczup 400g, burak czerwony gotowany 1000g, herbata 200ml,	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SE</i>), Ziemniaki gotowane 250g, udko z kurczaka gotowane 1200g, Bukiet warzywkwiatowy {kalafior brokuł marchew} 100g, Kompot wielooowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), kielbasa domowa 600g, kalafior 600g, herbata 200ml,
Warto ci od ywce: Energia: 2156.70 kcal; Białko ogółem: 85.86g; Tłuszcz: 104.18g; W głowodany ogółem: 224.83g; Wap : 239.27 mg; Suma cukrówprostych: 22.86g; Sód: 2713.01 mg; Nasycone kwłtłuszcz: 25.02 g;		

Dietyk

.....