

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Positek noony
poniedzialek 2025-08-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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</i> , <i>ME</i>),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 500ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>ME</i> , <i>SEZ</i>), Ry biały gotowany 250g (<i>ME</i>), Sos słodko kwa nyz kurczakiem i ananasem 300g, Kompot wieloowocowy 200ml	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), ser topiony 100g 1.0szt (<i>ME</i>), ogórki konserwowe 500g (<i>GOR</i>), herbata 200ml,
Warto ci od ywce: Energia: 2342.39 kcal; Białko ogółem 88.11 g; Tłuszcz: 115.53g; W glowodany ogółem 241.31 g; Wap : 936.45 mg; Suma cukrówprostych: 17.19g; Sód: 2638.48 mg; Nasycone kwitłuszcz: 28.76 g;		
poniedzialek 2025-08-25 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWOPRZYSWAJALNYCH W GŁOWODANÓW		
chleb graham1500g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 400g (<i>ME</i>), jaja 1.0szt (<i>JAJ</i>), filet z piersi indyka 300g, mix salat 300g, jogurtnaturalny 1500g (<i>ME</i>), ogórki konserwowe 300g (<i>GOR</i>), Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU</i> , <i>ME</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem zabiłana 500ml (<i>ME</i> , <i>SEZ</i>), Ry br zowy gotowany 250g (<i>ME</i>), Leczo z piersia z kurczaka cukini pomidorami pieczarkami 300g,	chleb pelnoziamisty 1300g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), pasztet drobiowy 800g, salata lodowa 0.3szt, herbata bč 200ml,
Warto ci od ywce: Energia: 2284.25 kcal; Białko ogółem 95.33g; Tłuszcz: 124.95g; W glowodany ogółem 214.63g; Wap : 652.01 mg; Suma cukrówprostych: 19.44g; Sód: 2185.22 mg; Nasycone kwitłuszcz: 13.96 g;		
poniedzialek 2025-08-25 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), Twaro ek z jogurtem100g (<i>ME</i>), mix salat300g, Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU</i> , <i>ME</i>),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem zabiłana 500ml (<i>ME</i> , <i>SEZ</i>), Ry biały gotowany 250g (<i>ME</i>), Leczo z piersia z kurczaka cukini pomidorami 300g, Kompot wieloowocowy 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 ywce: Energia: 2154.20 kcal; Białko ogółem 88.35g; Tłuszcz: 101.60g; W glowodany ogółem 233.72g; Wap : 468.09 mg; Suma cukrówprostych: 15.57g; Sód: 1673.14 mg; Nasycone kwitłuszcz: 10.69 g;		

Dietyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Positek nozny
wtorek 2025-08-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MLE</i>), Pol dwica z indyka z warzywami 600g , jablka 1000g, salata 0.3szt, herbata 200ml,	Zupa urek z ziemniakami kielbas 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Stek z cebulk 100g (<i>GLU, JAJ</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>MLE</i>), lecz w mietanie z cebulk i jablkiem 130g (<i>RYB, MLE</i>), pomidor 600g, herbata 200ml,
Warto ci od ywcz: Energia: 2267.27 kcal; Bialko ogolem 83.04g; Tluszcz: 88.27g; W glowodany ogolem 302.40g; Wap : 719.91 mg; Suma cukrowprostych: 21.12g; Solt: 2619.89 mg; Nasycone kwitluszcz: 15.73 g;		
wtorek 2025-08-26 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANOW		
chleb ytni sitowy 1500g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOI, MLE, SEZ</i>), margaryna mi kka 400g (<i>MLE</i>), szynka z piersi 600g, humus 500g (<i>GLU, OZI, ORZ, GOR, SEZ</i>), jablka 1300g, kefirz owocami 1500g (<i>MLE</i>), plaki owsiane 500g (<i>GLU</i>), herbata b/c 200ml,	Zupa urek z ziemniakami kielbas 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE, 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>MLE</i>), lecz w mietanie z cebulk i jablkiem 130g (<i>RYB, MLE</i>), pomidor 400g, herbata b/c 200ml,
Warto ci od ywcz: Energia: 2531.16 kcal; Bialko ogolem 93.85g; Tluszcz: 96.23g; W glowodany ogolem 340.04g; Wap : 692.51 mg; Suma cukrowprostych: 17.36g; Solt: 1715.59 mg; Nasycone kwitluszcz: 17.00 g;		
wtorek 2025-08-26 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MLE</i>), szynka z piersi 600g, jablka 1300g, kefirz z owocami 1500g (<i>MLE</i>), plaki owsiane 500g (<i>GLU</i>),	Zupa krem z dyni z mleczkiem kokosowym i pietruszk 500ml (<i>MLE, 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>MLE</i>), Pasta z jaj i ryby wedzonej 100g (<i>JAJ, RYB</i>), pomidor 500g, herbata 200ml,
Warto ci od ywcz: Energia: 2238.02 kcal; Bialko ogolem 80.16g; Tluszcz: 100.28g; W glowodany ogolem 261.36g; Wap : 624.31 mg; Suma cukrowprostych: 20.86g; Solt: 1653.01 mg; Nasycone kwitluszcz: 25.63 g;		

Dietyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Positek noony
roda 2025-08-27		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), ser dty gouda z czamuszk 600g (ME), jaja 0,5szt (JA), pomidor 500g, Kawa zbo owa 200ml (GLU, ME),	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (ME, SEZ), Kopytka 2000g (JA), Gulasz z szynki duszony 130g, Surówka z buraczkówz olejem rzepakowym 100g,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), pasta kanapkowa drobiowa 1000g, ogórki kiszone 600g (GOR), herbata 200ml,
Warto ci od ywze: Energia: 2244,29 kcal; Bialko ogółem: 91,17 g; Tluszcz: 118,76 g; W glowodany ogółem: 209,15 g; Wap : 927,24 mg; Suma cukrówprostych: 18,75 g; Sód: 3123,93 mg; Nasycone kwtluszcza: 28,85 g;		
roda 2025-08-27		
Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSMAJALNYCH W GLOWODANÓW		
Chleb ytni ekstrudowany 1500g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), ser dty z czamuszk 600g (ME), jaja 1,0szt (JA), ogórek w 600g, Jogurt naturalny 1500g (ME), herbata b/c 200ml,	Zupa warzywna z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml (ME, SEZ), Ziemniaki gotowane 250g, Gulasz z szynki duszony 130g, Surówka z pekinki z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb graham 1000g (GLU), pasta kanapkowa drobiowa 800g, brokuly 600g, herbata b/c 200ml,
Warto ci od ywze: Energia: 2484,05 kcal; Bialko ogółem: 109,80 g; Tluszcz: 119,64 g; W glowodany ogółem: 268,97 g; Wap : 1082,44 mg; Suma cukrówprostych: 17,88 g; Sód: 2274,58 mg; Nasycone kwtluszcza: 31,65 g;		
roda 2025-08-27		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), serek wanilowy 1000g (ME), jaja 1,0szt (JA), pomidor 600g,	herbata 200ml, Zupa warzywna z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml (ME, SEZ), 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 (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), pasta kanapkowa drobiowa 800g, brokuly 600g, herbata 200ml,
Warto ci od ywze: Energia: 2135,63 kcal; Bialko ogółem: 94,63 g; Tluszcz: 109,53 g; W glowodany ogółem: 216,46 g; Wap : 438,29 mg; Suma cukrówprostych: 20,51 g; Sód: 1911,83 mg; Nasycone kwtluszcza: 24,22 g;		

Dietyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nočný
czwartek 2025-08-28		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno żytni 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 wieloowocowy 200ml,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i koperkiem zabelana 500ml (<i>MLE, SEZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Gol bki z mi semi sosem pomidorowym 300g, Kompotwieloowocowy 200ml,	chleb pszenno żytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), Salátka ydowska z cebulk i majonezem 200g (<i>GLU, JAI, GOR</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MLE</i>), herbata 200ml,
Warto ci od ywzce: Energia: 2177.72 kcal; Bialko ogótem: 70.13g; Tluszcz: 89.85g; W glowodany ogótem: 265.57g; Wap : 446.68 mg; Suma cukrówprostych: 21.76g; Sód: 1579.40 mg; Nasycone kwitluszcz: 14.78g		
czwartek 2025-08-28		
Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW		
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 b/c 1000g, herbata b/c 200ml,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i koperkiem zabelana 500ml (<i>MLE, SEZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Gol bki z mi semi sosem pomidorowym 300g, Kompotwieloowocowy 200ml,	chleb razowy żytni 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MLE</i>), Salátka ydowska lekka z jogurtem 200g (<i>GLU, JAI, GOR</i>), herbata b/c 200ml,
Warto ci od ywzce: Energia: 2567.21 kcal; Bialko ogótem: 72.53g; Tluszcz: 94.66g; W glowodany ogótem: 353.72g; Wap : 523.66 mg; Suma cukrówprostych: 62.74g; Sód: 1821.12 mg; Nasycone kwitluszcz: 14.73g		
czwartek 2025-08-28		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno żytni 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>), Ziemniaki gotowane 250g, Gol bki bez kapusty z mi semi sosem pomidorowym 300g, Kompot wieloowocowy 200ml,	chleb pszenno żytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MLE</i>), Salátka ydowska lekka z jogurtem 200g (<i>GLU, JAI, GOR</i>), herbata 200ml,
Warto ci od ywzce: Energia: 2096.37 kcal; Bialko ogótem: 62.20g; Tluszcz: 89.99g; W glowodany ogótem: 252.00g; Wap : 370.66 mg; Suma cukrówprostych: 18.57g; Sód: 1564.20 mg; Nasycone kwitluszcz: 14.46g		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Positek noony
pi tek 2025-08-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), jajecznicza z cebulk 1000g (<i>JAJ</i>), salata 0.3szt, Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>),	Zupa szczawiowa z ryemzabelana 500ml (<i>JAJ, ME, SEZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Dorsz filet fanierowany 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z kapusty kiszonej z marchewk kminkiem i olejem rzepakowym 100g,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), Pasta serowa 100g (<i>JAJ, RYB</i>), herbata 200ml, ogórek w 400g,
Warto ci od ywce: Energia: 2378.74 kcal; Bialko ogolem 87.44g; Tluszcz: 137.62g; W glowodany ogolem 205.53g; Wap : 447.30 mg; Suma cukrowprostych: 13.94g; Solt: 2110.57 mg; Nasycone kwitluszcz: 30.96 g;		
pi tek 2025-08-29 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 200g (<i>ME</i>), jajecznicza z cebulk 1000g (<i>JAJ</i>), salata grecka 800g (<i>GOR</i>), kielbasa domowa 500g, Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>), sok pomidorowy 1500ml	Zupa szczawiowa z ry emzabelana 500ml (<i>JAJ, ME, SEZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, dorsz filet na parze 1000g, Surówka z kiszonejkapusty z marchewk kminkiem i olejem rzepakowym 100g, Kompot wieloowocowy 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 b/c 200ml,
Warto ci od ywce: Energia: 2212.77 kcal; Bialko ogolem 96.67g; Tluszcz: 103.03g; W glowodany ogolem 228.59g; Wap : 561.41 mg; Suma cukrowprostych: 16.69g; Solt: 2251.52 mg; Nasycone kwitluszcz: 29.69 g;		
pi tek 2025-08-29 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), jajecznicza na parze 1000g (<i>JAJ</i>), salata 0.3szt, Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>),	Zupa krupnik z ziemniakami 500ml (<i>GLU, SEZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, dorsz filet na parze 1000g, Mzeria z jogurtem i nrietan 100g (<i>ME</i>), Kompot wieloowocowy 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 ywce: Energia: 1729.84 kcal; Bialko ogolem 83.60g; Tluszcz: 62.77g; W glowodany ogolem 216.36g; Wap : 504.10 mg; Suma cukrowprostych: 16.05g; Solt: 1939.38 mg; Nasycone kwitluszcz: 16.81 g;		

Dietyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Positek noony
sobota 2025-08-30		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), kielbasa zielonogórska 500g, bukiet warzywkwiatowy 800g, herbata 200ml,	Zupa wiejska z zacierk 500ml (GLU, JAJ, SEZ), Łazanki z kapust i kielbas 300g (GLU, JAJ), Kompot wielooowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), Galaretk z kurczaka z warzywami 150g (SEZ), brzoskwinie 1000g, herbata 200ml,
Warto ci od ywzce: Energia: 2216.12 kcal; Białko ogółem: 98.52g; Tłuszcz: 93.36g; W głowodany ogółem: 251.27g; Wap : 457.88 mg; Suma cukrówprostych: 682.25g; Sód: 3611.26 mg; Nasycone kwitłuszcz: 15.02 g		
sobota 2025-08-30		
Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GŁOWODANÓW		
chleb pełnoziarnisty 1500g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), poledwica z piersi kurczaka 500g, bukietwarzyw kwiatowy 1000g, ser topiony 100g0.5szt (ME), jabłka 1000g, herbata 200ml,	Zupa wiejska z zacierk 500ml (GLU, JAJ, SEZ), Makaron razowy gotowany 250g (GLU, JAJ), Sos drobiowo warzywny brokuł fasolka szparagowa dynia włoszczyzna 200g (SEZ),	chleb razowy ytni 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), Galaretk z kurczaka z warzywami 150g (SEZ), jabłka 1000g, herbata 200ml,
Warto ci od ywzce: Energia: 2282.37 kcal; Białko ogółem: 123.89g; Tłuszcz: 77.93g; W głowodany ogółem: 289.77g; Wap : 834.49 mg; Suma cukrówprostych: 248.78g; Sód: 2937.32 mg; Nasycone kwitłuszcz: 23.02 g		
sobota 2025-08-30		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 1100g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), poledwica z piersi kurczaka 600g, bukiet warzywkwiatowy 800g, banan 1500g,	herbata 200ml, Zupa wiejska z zacierk 500ml (GLU, JAJ, SEZ), Makaron pszenny gotowany 250g (GLU, JAJ), Sos drobiowo warzywny brokuł fasolka szparagowa dynia włoszczyzna 200g (SEZ), Kompotwielooowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), Galaretk z kurczaka z warzywami 150g (SEZ), mix salat 500g,
Warto ci od ywzce: Energia: 2148.36 kcal; Białko ogółem: 120.75g; Tłuszcz: 64.62g; W głowodany ogółem: 282.68g; Wap : 258.94 mg; Suma cukrówprostych: 22.31g; Sód: 2224.16 mg; Nasycone kwitłuszcz: 12.18 g		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Positek noony
nieziela 2025-08-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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 rosół z makaronem i pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Bitka ze schabu w sosie 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 dity gouda 600g (<i>MLE</i>), salatka z patisona 600g (<i>GOR</i>), herbata 200ml,
Warto ci od ywzce: Energia: 2727.13 kcal; Bialko ogółem 110.28g; Tluszcz: 125.98g; W glowodany ogółem 293.13g; Wap : 672.46 mg; Suma cukrów prostych: 40.97g; Sód: 3106.70 mg; Nasycone kwitluszcz: 36.54g;		
nieziela 2025-08-31 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSMAJALNYCH W GLOWODANÓW		
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 bć 200ml, ser topiony 100g 0.5szt (<i>MLE</i>),	Zupa rosół z makaronem i pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Bitka ze schabu w sosie pieczeniowym 10080g 100g (<i>GLU</i>), Surówka z czerwonej kapusty z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wieloowocowy 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 bć 200ml,
Warto ci od ywzce: Energia: 2527.97 kcal; Bialko ogółem 98.45g; Tluszcz: 123.23g; W glowodany ogółem 266.58g; Wap : 492.88 mg; Suma cukrów prostych: 18.39g; Sód: 3008.04 mg; Nasycone kwitluszcz: 27.53g;		
nieziela 2025-08-31 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MLE</i>), parówka drobiowa 1000g, keczup 400g, mix salat 400g,	Zupa rosół z makaronem i pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Bitka ze schabu w sosie pieczeniowym 10080g 100g (<i>GLU</i>), Surówka z buraczkówz olejem rzepakowym 100g, Kompot wieloowocowy 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: 2345.85 kcal; Bialko ogółem 88.74g; Tluszcz: 113.58g; W glowodany ogółem 251.38g; Wap : 250.18 mg; Suma cukrów prostych: 20.85g; Sód: 2316.14 mg; Nasycone kwitluszcz: 20.11g;		

Dietyk

.....