

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno żytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), ser ołty gouda 600g (ME), pomidor 600g, herbata 200ml, ogórek w 600g,	Zupa urek z ziemniakami kielbas 500ml (GLU, JAJ, ME, SEL), Placki twarogowe z musem truskawkowym 350g (GLU, JAJ, ME), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno żytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), kielbasa szynkowa 500g, marchewmini 800g, herbata 200ml,

Warto ci od ywzce: Energia: 2419.81 kcal; Białko ogółem: 87.72g; Tłuszcz: 106.63g; W głowodany ogółem: 287.62g; Wap : 742.79mg; Suma cukrów prostych: 14.22g; Sód: 2217.35mg; Nasycone kw tłuszczo: 26.04g;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GŁOWODANÓW		
chleb graham 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), ser twarogowy z papryk 1000g (ME), salata 0.3szt, jogurt naturalny 2000g (ME), herbata b/c 200ml,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 500ml (ME, SEL), Pierogi leniwe z serem 250g (GLU, JAJ, ME), Surówka z marchwi tartej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pełnoziarnisty 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), kielbasa szynkowa 700g, marchewmini 1000g, herbata b/c 200ml,

Warto ci od ywzce: Energia: 2160.68 kcal; Białko ogółem: 103.90g; Tłuszcz: 98.84g; W głowodany ogółem: 228.37g; Wap : 9261.03mg; Suma cukrów prostych: 339.49g; Sód: 5798.35mg; Nasycone kw tłuszczo: 48.97g;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno żytni baltonowski 1200g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), poledwica z piersi kurczaka 600g, pomidor 600g, herbata 2000g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 500ml (ME, SEL), Pierogi leniwe z serem 250g (GLU, JAJ, ME), Surówka z marchwi tartej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno żytni baltonowski 1200g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), kielbasa szynkowa 600g, marchewmini 1000g, herbata 200ml,

Warto ci od ywzce: Energia: 2127.01 kcal; Białko ogółem: 89.36g; Tłuszcz: 93.78g; W głowodany ogółem: 243.40g; Wap : 271.42mg; Suma cukrów prostych: 22.02g; Sód: 2425.07mg; Nasycone kw tłuszczo: 20.96g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna mi kka 20.0g (ME), kielbasa parówkowa 100.0g, burak czerwony gotowany 50.0g, sos belgijski 30.0g, Kawa zbo owa 200ml (GLU, ME),	Zupa rosól z lanym ciastem i pietruszk 500ml (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki gotowane 250g, Kotlet schabowy 100g (GLU, JAJ), Kapusta zasma ana 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna mi kka 20.0g (ME), pasztetowa watrobianka 80.0g (GLU), ogórek w 60.0g, herbata 200ml,

Warto ci od ywcz: Energia: 2777.46 kcal; Białko ogółem: 100.84 g; Tłuszcz: 154.09 g; W glowodany ogółem: 256.83 g; Wap : 2191.02 mg; Suma cukrów prostych: 308.99 g; Sód: 4547.95 mg; Nasycone kw tłuszczo: 30.15 g;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW		
Chleb razowy 100g, margaryna mi kka 20g, parówka drobiowa 100g, carpacio 100g, herbata 200 ml b/c 1Por (GLU, ME), sos belgijski 30.0g (GOR), margaryna mi kka 20.0g (ME), poledwica z piersi kurczaka 50.0g, Kawa zbo owa 200ml (GLU, ME),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 500ml (GLU, ME, SEL), ziemniaki gotowane 250.0g, Bitka ze schabu wsosie pieczeniowym 100/80g 100g (GLU), Surówka z czerwonej kapusty z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb graham 100.0g (GLU), margaryna mi kka 20.0g (ME), pasztetowa watrobianka 80.0g (GLU), salatka szwecka 50.0g (GLU, ME, SEL), herbata b/c 200ml,

Warto ci od ywcz: Energia: 2447.13 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 136.06 g; W glowodany ogółem: 216.17 g; Wap : 595.19 mg; Suma cukrów prostych: 14.31 g; Sód: 2950.58 mg; Nasycone kw tłuszczo: 34.68 g;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna mi kka 20.0g (ME), parówka drobiowa 100.0g, burak czerwony gotowany 50.0g, sos belgijski 30.0g (GOR), Kawa zbo owa 200ml (GLU, ME),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 500ml (GLU, ME, SEL), Ziemniaki gotowane 250g, Bitka ze schabu wsosie pieczeniowym 100/80g 100g (GLU), Mizeria z jogurtem i mietan 100g (ME), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna mi kka 20.0g (ME), kielbasa delikatesowa z kurczaka 60.0g, brokuły 60.0g, herbata 200ml,

Warto ci od ywcz: Energia: 2114.16 kcal; Białko ogółem: 92.98 g; Tłuszcz: 92.89 g; W glowodany ogółem: 242.26 g; Wap : 2292.79 mg; Suma cukrów prostych: 306.65 g; Sód: 4060.50 mg; Nasycone kw tłuszczo: 26.03 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
rodz 2025-1008 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), serek z papryk 1000g (<i>ME</i>), salatka z patisona 800g (<i>GOR</i>), herbata 200ml ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana 500ml (<i>ME, SEL, GOR</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Got bki z mi semi sosem pomidorowym 300g, Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), Salatka jarzynowa 200g (<i>GLU, JAJ, GOR</i>), herbata 200ml ,

Warto ci od ywcz: Energia: 2215.22 kcal; Bialko ogolem: 62.59g; Tluszcz: 103.28g; W glowodany ogolem: 246.02g; Wap : 7518.30mg; Suma cukrowprostych: 348.87g; Sód: 36312.16mg; Nasycone kwtluszcz: 254.02g;

rodz 2025-1008 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANCZENIEMŁATWO PRYZYWAJALNYCH W GLOWODANÓW		
chleb pelnoziarnisty 2000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), humus 500g (<i>GLU, OZI, ORZ, GOR, SEZ</i>), pasztet firmowy 400g (<i>GLU, JAJ, ME</i>), pomidor 600g, herbata b/c 200ml ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana 500ml (<i>ME, SEL, GOR</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Got bki z mi semi sosem pomidorowym 300g, Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb ytni sitowy 1000g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOI, ME, SEZ</i>), Salatka jarzynowa 200g (<i>GLU, JAJ, GOR</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), salata lodowa 0.3szt, herbata b/c 200ml ,

Warto ci od ywcz: Energia: 2449.08 kcal; Bialko ogolem: 64.91g; Tluszcz: 112.50g; W glowodany ogolem: 295.69g; Wap : 485.62mg; Suma cukrowprostych: 20.98g; Sód: 2771.28mg; Nasycone kwtluszcz: 23.58g;

rodz 2025-1008 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), pol dwica z piersi indyka 600g, kalafior 1000g, herbata 200ml ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana 500ml (<i>ME, SEL, GOR</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Got bki z mi sembez kapusty i sosem pomidorowym 300g, Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), Salatka jarzynowa 200g (<i>GLU, JAJ, GOR</i>), salata lodowa 0.3szt, herbata 200ml ,

Warto ci od ywcz: Energia: 2161.76 kcal; Bialko ogolem: 64.57g; Tluszcz: 99.88g; W glowodany ogolem: 246.78g; Wap : 332.52mg; Suma cukrowprostych: 19.19g; Sód: 2627.68mg; Nasycone kwtluszcz: 21.92g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-10-09		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno żytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), szynka drobiowa 400g, brukselka 600g, Kawa zbo owa 200ml (GLU, ME),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem zabiłana 500ml (ME, SEL), Kasza gotowana mieszana jęczmienno gryczana z pestkami dyni i soczewic 200g (GLU, ME), Pulpeciki w sosie koperkowym 150g (GLU, JAJ, ME), Surówka z czerwonej kapusty z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno żytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), Serek z chrzanem 100g (ME), sałata 0.3szt, herbata 200ml,

Warto ci od ywcz: Energia: 2128.78kcal; Białko ogółem: 90.18g; Tłuszcz: 79.15g; W głowodany ogółem: 277.36g; Wap : 530.62mg; Suma cukrów prostych: 17.17g; Sód: 1876.93mg; Nasycone kw tłuszczo: 9.48g;

czwartek 2025-10-09		
Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM TŁA W PRZYŚWAJALNYCH W GŁODANÓW		
chleb graham 1500g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), Jajko gotowane 1szt (JAJ), szynka drobiowa 600g, herbata b/c 200ml, brukselka 600g,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabiłana 500ml (SEL), Ziemniaki gotowane 250g, Pulpeciki w sosie koperkowym 150g (GLU, JAJ, ME), Surówka z buraczkówz olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb razowy żytni 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), Serek z chrzanem 100g (ME), sałata lodowa 0.3szt, jabłka 1200g, herbata b/c 200ml,

Warto ci od ywcz: Energia: 2011.98kcal; Białko ogółem: 104.34g; Tłuszcz: 68.78g; W głowodany ogółem: 262.49g; Wap : 342.09mg; Suma cukrów prostych: 19.78g; Sód: 2353.57mg; Nasycone kw tłuszczo: 10.75g;

czwartek 2025-10-09		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno żytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), Jajko gotowane 1szt (JAJ), szynka drobiowa 600g, ogórek w 600g, herbata 200ml,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabiłana 500ml (JAJ, ME, SEL), Ziemniaki gotowane 250g, Pulpeciki w sosie koperkowym 150g (GLU, JAJ, ME), Surówka z buraczkówz olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	pieczywo pszenno żytnie 100g, serek z chrzanem 100g, margaryna mi kka 20g, herbata 200ml 1Por (GLU, ME),

Warto ci od ywcz: Energia: 2075.09kcal; Białko ogółem: 99.46g; Tłuszcz: 88.55g; W głowodany ogółem: 228.78g; Wap : 360.40mg; Suma cukrów prostych: 20.80g; Sód: 1762.77mg; Nasycone kw tłuszczo: 22.16g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
pi tek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), Pasta z jaj i ryby wedzonej 100g (JAJ, RYB), ogórki kiszane 500g (GOR), Kawa zbo owa 200ml (GLU, ME),	Zupa pomidorowa z ry em zabelana 500ml (GLU, SEJ), Pierogi ruskie 250g (GLU, ME), Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), d em niskoslodzony 900g , jablka 1000g , herbata 200ml ,

Warto ci od ywze: Energia: 2223.66 kcal; Bialko ogolem: 71.61 g; Tluszcz: 86.26 g; W glowodany ogolem: 298.48g; Wap : 415.32 mg; Suma cukrowprostych: 18.52g; Sód: 2202.73 mg; Nasycone kwtluszcz: 19.98g;

pi tek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANCZENIEMŁATWOPRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW		
chleb ytni sitowy 1500g (GLU, JAJ, OZI, SOI, ME, SEJ), margaryna mi kka 400g (ME), pasta z jaj i ryby wedzonej 800g (JAJ, RYB), szpinak w 300g , Kawa zbo owa 200ml (GLU, ME),	Zupa pomidorowa z ry em zabelana 500ml (GLU, SEJ), Pierogi ruskie 250g (GLU, ME), Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb graham 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), ser dty niskotluszczowy 600g (ME), marchew mini 600g , herbata b/c 200ml ,

Warto ci od ywze: Energia: 2291.90 kcal; Bialko ogolem: 70.77 g; Tluszcz: 98.19 g; W glowodany ogolem: 278.68g; Wap : 464.60 mg; Suma cukrowprostych: 14.95g; Sód: 2070.50 mg; Nasycone kwtluszcz: 24.37 g;

pi tek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), d em niskoslodzony 1000g , ser twarogowy chudy 400g (ME), banan 1000g , Kawa zbo owa 200ml (GLU, ME),	Zupa pomidorowa z ry em zabelana 500ml (GLU, SEJ), Pierogi ruskie 250g (GLU, ME), Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), szynka z piersi 500g , marchewmini 600g , herbata 200ml ,

Warto ci od ywze: Energia: 2063.64 kcal; Bialko ogolem: 67.75 g; Tluszcz: 66.39 g; W glowodany ogolem: 307.60g; Wap : 437.64 mg; Suma cukrowprostych: 24.26g; Sód: 1464.64 mg; Nasycone kwtluszcz: 16.57 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og (GLU), margaryna mi kka 20Og (ME), kielbasa zielonogórska 50Og, bukiet warzywkwiatowy 80Og, herbata 200ml	Zupa meksyka ska z ziemniakami 500ml (GLU, JAJ, ME, SEL), Łazanki z kapust i kielbas 300g (GLU, JAJ), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og (GLU), margaryna mi kka 20Og (ME), pasta serowa z makrel w pomidorach 100g (ME), ogórki kiszone 40Og (GOR), herbata 200ml,

Warto ci od ywze: Energia: 2192.29kcal; Białko ogółem: 85.20g; Tłuszcz: 87.19g; W glowodany ogółem: 274.20g; Wap : 293.11 mg; Suma cukrów prostych: 11.48g; Sód: 2906.00 mg; Nasycone kw tłuszczo: 15.37 g;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH W GŁOWODANÓW		
chleb pełnoziarnisty 150Og (GLU), margaryna mi kka 20Og (ME), poledwica z piersi kurczaka 50Og, bukiet warzywkwiatowy 100Og, herbata 200ml,	Zupa meksyka ska z ziemniakami 500ml (GLU, JAJ, ME, SEL), Makaron razowy gotowany 250g (GLU, JAJ), Sos drobiowo warzywny brokuł fasolka szparagowa dynia włoszczyzna 200g (SEL),	chleb razowy ytni 100Og (GLU), margaryna mi kka 20Og (ME), kielbasa delikatesowa z kurczaka 50Og, ogórki kiszone 40Og (GOR), herbata 200ml,

Warto ci od ywze: Energia: 2052.67 kcal; Białko ogółem: 97.69g; Tłuszcz: 58.76g; W glowodany ogółem: 301.29g; Wap : 317.23 mg; Suma cukrów prostych: 12.96g; Sód: 2532.64 mg; Nasycone kw tłuszczo: 13.38g;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 110Og (GLU), margaryna mi kka 20Og (ME), poledwica z piersi kurczaka 60Og, bukiet warzywkwiatowy 80Og, jabłko 150Og, herbata 200ml,	Zupa ziemniaczana 500ml (GLU, JAJ, SEL), Makaron pszenny gotowany 250g (GLU, JAJ), Sos drobiowo warzywny brokuł fasolka szparagowa dynia włoszczyzna 200g (SEL), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og (GLU), margaryna mi kka 20Og (ME), kielbasa delikatesowa z kurczaka 60Og, mix salat 50Og, herbata 200ml,

Warto ci od ywze: Energia: 2026.39kcal; Białko ogółem: 109.12g; Tłuszcz: 56.27g; W glowodany ogółem: 281.99g; Wap : 245.09 mg; Suma cukrów prostych: 23.69g; Sód: 2425.38 mg; Nasycone kw tłuszczo: 9.77 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og (GLU), kielbasa parówkowa 100Og, sos ameryka ski 40Og, pomidor 50Og, herbata 200ml ,	Zupa rosół z makaronem i pietruszk 500ml (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki gotowane 250g, Bitka ze schabu wsosie pieczeniowym 100/80g 100g (GLU), Warzywa na parze 100Og, Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og (GLU), margaryna mi kka 20Og (ME), ser ołty gouda 60Og (ME), sałatka z patisona 60Og (GOR), herbata 200ml ,

Warto ci od ywzce: Energia: 2321.13 kcal; Białko ogółem: 102.89g; Tłuszcz: 103.54g; W głowodany ogółem: 244.88g; Wap : 619.07 mg; Suma cukrów prostych: 17.20g; Sód: 9994.73 mg; Nasycone kwttłuszcz: 38.10g;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GŁOWODANÓW		
chleb pełnoziarnisty 150Og (GLU), margaryna mi kka 40Og (ME), parówka drobiowa 100Og, sos ameryka ski 40Og, mix salat 50Og, herbata b/c 200ml ,	Zupa rosół z makaronem i pietruszk 500ml (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki gotowane 250g, Bitka ze schabu wsosie pieczeniowym 100/80g 100g (GLU), bukiet warzywkwiatowy 100Og, Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb graham 100Og (GLU), margaryna mi kka 20Og (ME), pol dwica luksusowa 50Og, sałatka z patisona 50Og (GOR), herbata b/c 200ml ,

Warto ci od ywzce: Energia: 2368.32 kcal; Białko ogółem: 100.38g; Tłuszcz: 104.50g; W głowodany ogółem: 263.18g; Wap : 873.97 mg; Suma cukrów prostych: 16.30g; Sód: 16658.92 mg; Nasycone kwttłuszcz: 116.84g;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og (GLU), margaryna mi kka 20Og (ME), parówka drobiowa 100Og, sos ameryka ski 40Og, mix salat 40Og,	Zupa rosół z makaronem i pietruszk 500ml (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki gotowane 250g, Bitka ze schabu wsosie pieczeniowym 100/80g 100g (GLU), warzywa na parze 100Og, Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og (GLU), margaryna mi kka 50Og (ME), pol dwica luksusowa 50Og, ogórek w 50Og, herbata 200ml ,

Warto ci od ywzce: Energia: 2320.61 kcal; Białko ogółem: 96.89g; Tłuszcz: 107.08g; W głowodany ogółem: 248.04g; Wap : 800.65 mg; Suma cukrów prostych: 15.25g; Sód: 16441.14 mg; Nasycone kwttłuszcz: 116.68g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), Twaro ek z szczypiorkiem 100g (ME), ogórek w 400g, Kawa zbo owa 200ml (GLU, ME),	Zupa wiejska z zacierk 500ml (GLU, JAJ, SEL), Makaron z serem 300g (GLU, JAJ, ME), mus truskawkowy 600g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), paszтет firmowy 650g (GLU, JAJ, ME), ogórki konserwowe 500g (GOR), herbata 200ml,

Warto ci od ywze: Energia: 2037.38kcal; Białko ogółem: 99.14g; Tłuszcz: 66.82g; W głowodany ogółem: 265.77g; Wap : 7403.49mg; Suma cukrów prostych: 95.64g; Sód: 35341.59mg; Nasycone kw tłuszczo: 268.74g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANCZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH W GŁOWODANÓW		
chleb graham 1500g (GLU), margaryna mi kka 400g (ME), filet z piersi indyka 300g, mix salat 300g, jogurt naturalny 1000g (ME), ogórki konserwowe 300g (GOR), Kawa zbo owa 200ml (GLU, ME),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem zabelana 500ml (ME, SEL), Makaron razowy gotowany 250g (GLU, JAJ), Leczo z piersia z kurczaka cukini 300g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pełnoziarnisty 1300g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), paszтет drobiowy 650g, salata lodowa 0.3szt, herbata b/c 200ml,

Warto ci od ywze: Energia: 2208.45kcal; Białko ogółem: 88.40g; Tłuszcz: 98.36g; W głowodany ogółem: 261.48g; Wap : 15765.39mg; Suma cukrów prostych: 435.35g; Sód: 8243.43mg; Nasycone kw tłuszczo: 118.00g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), Twaro ek z jogurtem 100g (ME), mix salat 300g, Kawa zbo owa 200ml (GLU, ME),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem zabelana 500ml (ME, SEL), Makaron pszenny gotowany 250g (GLU, JAJ), Leczo z piersia z kurczaka cukini pomidorami 300g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), paszтет drobiowy 650g, salata lodowa 0.3szt, herbata 200ml,

Warto ci od ywze: Energia: 2020.37kcal; Białko ogółem: 88.64g; Tłuszcz: 88.24g; W głowodany ogółem: 231.63g; Wap : 483.12mg; Suma cukrów prostych: 15.65g; Sód: 2137.61mg; Nasycone kw tłuszczo: 10.96g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og (GLU), margaryna mi kka 20Og (ME), Pol dwica z indyka z warzywami 60Og, jablka 100Og, salata 0.3szt, herbata 200ml,	Zupa grysikowa z pietruszk 500ml (SEL), Ziemniaki gotowane 250g, Kottlet mielony 100g (GLU, JAJ), Marchewka z groszkiem zasma ana 100g (GLU, ME), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og (GLU), margaryna mi kka 20Og (ME), lecz w mietanie z cebulk i jablkiem 130g (RYB, ME), brokuły 70Og, herbata 200ml,

Warto ci od ywze: Energia: 2042.33kcal; Bialko ogolem: 79.77g; Tluszcz: 91.72g; W glowodany ogolem: 248.34g; Wap : 224.14mg; Suma cukrowprostych: 16.69g; Sód: 1963.33mg; Nasycone kwtluszcz: 14.19g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANCZENIEMŁATWO PRYZYWAJALNYCH W GLOWODANÓW		
chleb ytni sitowy 150Og (GLU, JAJ, OZI, SOI, ME, SEZ), margaryna mi kka 40Og (ME), szynka z piersi 60Og, humus 50Og (GLU, OZI, ORZ, GOR, SEZ), kefir z owocami 150Og (ME), plátky owsiane 50Og (GLU), herbata b/c 200ml,	Zupa grysikowa z pietruszk 500ml (SEL), Ziemniaki gotowane 250g, Kottlet mielony 100g (GLU, JAJ), fasolka szparagowa 100Og, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb graham 100Og (GLU), margaryna mi kka 20Og (ME), lecz w mietanie z cebulk i jablkiem 130g (RYB, ME), pomidor 40Og, herbata b/c 200ml,

Warto ci od ywze: Energia: 2260.85kcal; Bialko ogolem: 80.53g; Tluszcz: 99.56g; W glowodany ogolem: 276.22g; Wap : 662.37mg; Suma cukrowprostych: 16.26g; Sód: 1702.11mg; Nasycone kwtluszcz: 14.46g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og (GLU), margaryna mi kka 20Og (ME), szynka z piersi 60Og, jablka 130Og, kefir z owocami 150Og (ME), plátky owsiane 50Og (GLU), herbata 200ml,	Zupa grysikowa z pietruszk 500ml (SEL), Ziemniaki gotowane 250g, Kottlet mielony 100g (GLU, JAJ), fasolka szparagowa 100Og, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og (GLU), margaryna mi kka 20Og (ME), Pasta z jaj i ryby wedzonej 100g (JAJ, RYB), pomidor 50Og, herbata 200ml,

Warto ci od ywze: Energia: 2205.28kcal; Bialko ogolem: 76.74g; Tluszcz: 95.57g; W glowodany ogolem: 269.06g; Wap : 617.63mg; Suma cukrowprostych: 22.14g; Sód: 1877.19mg; Nasycone kwtluszcz: 16.45g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
rocz 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno żytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), ser ołty gouda z czarnuszk 600g (ME), pomidor 500g, Kawa zbo owa 200ml (GLU, ME),	Zupa kapu niak z kiszanej kapusty ziemniakami kielbas majerankiem 500ml (SEL), Kasza gotowana mieszana jęczmienno gryczana z pestkami dyni i soczewic 200g (GLU, ME), Gulasz z w tróki drobiowej 170g (GLU, ME), ogórki kiszane 1000g (GOR), Kompot wieloowocowy 200ml,	chleb pszenno żytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), pasta kanapkowa drobiowa 1000g, marchewmini 600g, herbata 200ml,

Warto ci od ywze: Energia: 2493.35kcal; Białko ogółem: 92.72g; Tłuszcz: 125.12g; W głowodany ogółem: 260.80g; Wap : 929.43mg; Suma cukrówprostych: 14.07g; Sód: 3640.18mg; Nasycone kwłtłuszcz: 22.42g;

rocz 2025-10-15 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWOPRZYSWAJALNYCH W GŁOWODANÓW		
Chleb żytni ekstrudowany 1500g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), ser ołty z czarnuszk 600g (ME), ogórek w 600g, jogurt naturalny 1000g (ME), herbata b/c 200ml,	Zupa warzywna z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml (ME, SEL), Ziemniaki gotowane 250g, Gulasz z w tróki drobiowej 170g (GLU, ME), Surówka z pekinki z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wieloowocowy 200ml,	chleb graham 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), pasta kanapkowa drobiowa 800g, brokuły 600g, herbata b/c 200ml,

Warto ci od ywze: Energia: 2478.38kcal; Białko ogółem: 89.19g; Tłuszcz: 123.28g; W głowodany ogółem: 279.52g; Wap : 16170.08mg; Suma cukrówprostych: 432.11g; Sód: 8050.43mg; Nasycone kwłtłuszcz: 137.95g;

rocz 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno żytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), serek waniliowy 1000g (ME), pomidor 600g,	herbata 200ml, Zupa warzywna z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml (ME, SEL), Ziemniaki gotowane 250g, Gulasz z w tróki drobiowej 170g (GLU, ME), Surówka z pekinki z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wieloowocowy 200ml,	chleb pszenno żytni baltonowski 1000g (GLU), margaryna mi kka 200g (ME), pasta kanapkowa drobiowa 800g, brokuły 600g, herbata 200ml,

Warto ci od ywze: Energia: 2084.05kcal; Białko ogółem: 75.96g; Tłuszcz: 105.97g; W głowodany ogółem: 229.80g; Wap : 455.43mg; Suma cukrówprostych: 21.04g; Sód: 2091.93mg; Nasycone kwłtłuszcz: 25.03g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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>), herbata 200ml ,	Zupa barszcz ukraiński z fasolk z ziemniakami i koperkiem zabelana 500ml (<i>ME, SEZ</i>), pyzy ziemniaczane z mi sem i cebulk 2500g (<i>JAI</i>), Surówka z marchwii tartej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni 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: 2272.51 kcal; Białko ogółem: 76.45g; Tłuszcz: 96.10g; W glowodany ogółem: 269.42g; Wap : 343.70mg; Suma cukrów prostych: 19.14g; Sód: 1598.30mg; Nasycone kwttłuszcz: 14.30g;

czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO 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 ukraiński z fasolk z ziemniakami i koperkiem zabelana 500ml (<i>ME, SEZ</i>), Makaron razowy gotowany z serem 300g (<i>GLU, JAI, MLE</i>), Polewa jogurt naturalny z truskawkami 600g (<i>MLE</i>), Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb razowy ytni 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: 2617.41 kcal; Białko ogółem: 83.36g; Tłuszcz: 96.90g; W glowodany ogółem: 346.42g; Wap : 594.85mg; Suma cukrów prostych: 75.66g; Sód: 1706.85mg; Nasycone kwttłuszcz: 9.67g;

czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
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>ME, SEZ</i>), pyzy ziemniaczane z miesem i maslem 2500g (<i>JAI</i>), Surówka z marchwii tartej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni 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: 2251.70kcal; Białko ogółem: 69.85g; Tłuszcz: 96.56g; W glowodany ogółem: 269.14g; Wap : 304.93mg; Suma cukrów prostych: 18.07g; Sód: 1588.38mg; Nasycone kwttłuszcz: 14.14g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
pi tek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), ser topiony 100g 1.0szt (<i>ME</i>), saiatka grecka 600g (<i>GLU, ME, SEZ</i>), Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>),	Zupa ry owa z pietruszk 500ml (<i>SEZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Dorsz filet fanierowany 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z kapusty kiszonej z marchewk kminkiem olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), ser kanapkowy z rzodkiewka i szwczypiorkiem 100g (<i>ME</i>), herbata 200ml,

Warto ci od ywzce: Energia: 2199.74kcal; Biatko ogółem: 88.03g; Tłuszcz: 109.99g; W glowodany ogółem: 222.91g; Wap : 776.50mg; Suma cukrówprostych: 17.69g; Sód: 2212.73mg; Nasycone kwttuszczo: 24.22g;

pi tek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWOPRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW		
chleb ytni sitowy 1500g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOI, ME, SEZ</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), kielbasa domowa 500g, saiatka grecka 800g (<i>GOR</i>), Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>), sok pomidorowy 1500ml,	Zupa krupnik z ziemniakami 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 wielowocowy 200ml,	chleb graham 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), serek kanapkowy z rzodkiewka i szwczypiorkiem 100g (<i>ME</i>), herbata b/c 200ml,

Warto ci od ywzce: Energia: 2002.17kcal; Biatko ogółem: 86.77g; Tłuszcz: 84.31g; W glowodany ogółem: 228.05g; Wap : 522.71mg; Suma cukrówprostych: 16.59g; Sód: 2139.92mg; Nasycone kwttuszczo: 19.95g;

pi tek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 1100g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), poledwica z piersi kurczaka 600g, Saiatka grecka 100g (<i>GLU, JAJ</i>), 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 mietan 100g (<i>ME</i>), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1100g (<i>GLU</i>), Serek kanapkowy 100g (<i>ME</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), herbata 200ml,

Warto ci od ywzce: Energia: 2011.89kcal; Biatko ogółem: 105.90g; Tłuszcz: 75.33g; W glowodany ogółem: 237.07g; Wap : 3985.10mg; Suma cukrówprostych: 235.96g; Sód: 125172.87mg; Nasycone kwttuszczo: 82.88g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-10-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 1200g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), serek wiejski 1500g (<i>ME</i>), pomidor 600g, herbata 200ml,	Zupa barszcz czerwony klarowny 500ml (<i>ME, SEL</i>), krokiety z farszem miesnym 1300g (<i>GLU, JAJ, ME</i>), krokiety z kap.grzyb 1200g (<i>GLU, JAJ, ME</i>), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1200g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), ser ołty gouda 700g (<i>ME</i>), papryka swieza 600g (<i>GOR</i>), herbata 200ml,

Warto ci od ywzce: Energia: 2005.05 kcal; Białko ogółem: 83.24 g; Tłuszcz: 83.45 g; W głowodany ogółem: 233.83 g; Wap : 695.09 mg; Suma cukrów prostych: 16.09 g; Sód: 2133.98 mg; Nasycone kw.tłuszcz: 16.74 g;

sobota 2025-10-18 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH W GŁOWODANÓW		
chleb pełnoziarnisty 1500g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 400g (<i>ME</i>), serek wiejski 2000g (<i>ME</i>), salata lodowa 0.3szt, herbata b/c 200ml,	Zupa szpinakowa 500ml (<i>ME, SEL, GOR</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Pulpeciki wsosie koperkowym 150g (<i>GLU, JAJ, ME</i>), Surówka wielowarzywna z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb razowy ytni 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), pasztet firmowy 600g (<i>GLU, JAJ, ME</i>), pomidor 300g, herbata b/c 200ml,

Warto ci od ywzce: Energia: 2110.85 kcal; Białko ogółem: 86.98 g; Tłuszcz: 90.40 g; W głowodany ogółem: 253.26 g; Wap : 505.25 mg; Suma cukrów prostych: 23.44 g; Sód: 3009.94 mg; Nasycone kw.tłuszcz: 22.97 g;

sobota 2025-10-18 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 1500g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), serek wiejski 2000g (<i>ME</i>), ogórek w 800g, herbata 200ml,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 500ml (<i>GLU, JAJ, ME, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Pulpeciki wsosie koperkowym 150g (<i>GLU, JAJ, ME</i>), Surówka wielowarzywna z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1500g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), pasta kanapkowa drobiowa 1200g, brokuły 1500g, herbata 200ml,

Warto ci od ywzce: Energia: 2239.16 kcal; Białko ogółem: 106.27 g; Tłuszcz: 77.55 g; W głowodany ogółem: 308.77 g; Wap : 660.94 mg; Suma cukrów prostych: 22.27 g; Sód: 2823.27 mg; Nasycone kw.tłuszcz: 20.85 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna mi kka 20.0g (ME), kielbasa I ska 100.0g, sos meksykanski 50.0g, salatka szwedcka 80.0g (GLU, ME, SEZ), herbata 200ml ,	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml (GLU, JAJ, SEZ), Ziemniaki gotowane 250g, gyros z kurczaka 120.0g, Surówka z buraczkówz olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna mi kka 20.0g (ME), kielbasa szynkowa 60.0g, kalafior 80.0g, herbata 200ml ,

Warto ci od ywzce: Energia: 2104.63kcal; Białko ogółem: 113.23g; Tłuszcz: 88.93g; W glowodany ogółem: 221.04g; Wap : 226.54mg; Suma cukrówprostych: 24.00g; Sód: 3085.28mg; Nasycone kwttłuszczu: 19.92g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWOPRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW		
chleb ytni sitowy 150.0g (GLU, JAJ, OZI, SOI, ME, SEZ), margaryna mi kka 40.0g (ME), parówka drobiowa 100.0g, sos meksykanski 40.0g, szynka luksusowa 60.0szt, papryka swieza 70.0g (GOR), herbata b/c 200ml ,	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml (GLU, JAJ, SEZ), Ziemniaki gotowane 250g, udko z kurczaka gotowane 120.0g, Surówka z buraczkówz olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb graham 100.0g (GLU), margaryna mi kka 20.0g (ME), kielbasa domowa 60.0g, kalafior 50.0g, herbata b/c 200ml ,

Warto ci od ywzce: Energia: 2344.52kcal; Białko ogółem: 87.92g; Tłuszcz: 121.87g; W glowodany ogółem: 238.06g; Wap : 267.87mg; Suma cukrówprostych: 19.35g; Sód: 2934.87mg; Nasycone kwttłuszczu: 25.68g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna mi kka 20.0g (ME), parówka drobiowa 100.0g, sos meksyka ski 40.0g, burak czerwony gotowany 100.0g, herbata 200ml ,	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml (GLU, JAJ, SEZ), Ziemniaki gotowane 250g, udko z kurczaka gotowane 120.0g, Surówka z marchwii tartej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna mi kka 20.0g (ME), kielbasa domowa 60.0g, kalafior 60.0g, herbata 200ml ,

Warto ci od ywzce: Energia: 2194.24kcal; Białko ogółem: 86.76g; Tłuszcz: 108.28g; W glowodany ogółem: 229.03g; Wap : 271.73mg; Suma cukrówprostych: 22.86g; Sód: 2770.83mg; Nasycone kwttłuszczu: 25.21g;

Dietetyk

.....