

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-11-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
dleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), Twaro ek z szczypiorkiem 100g ( <i>ME</i> ), ogórek w 400g, Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 500ml ( <i>GLU, JAI, ME, SEZ</i> ), makaron z serem 2500g ( <i>GLU, JAI, ME</i> ), jogurt naturalny z truskawkami 1000g ( <i>ME</i> ), Kompot wielowocowy 200ml ,	dleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), pasztet firmowy 800g ( <i>GLU, JAI, ME</i> ), ogórki konserwowe 500g ( <i>GOR</i> ), herbata 200ml ,
<b>Warto ci od ycze:</b> Energia: 2042.15 kcal; Bialko ogółem: 81.56 g; Tluszcz: 62.80 g; W glowodany ogółem: 283.90 g; Wap : 777.60mg; Suma cukrów prostych: 19.18 g; Sód: 1684.91 mg; Nasycone kwttluszczzo: 13.46 g;		
<b>poniedziałek 2025-11-24</b> <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
dleb graham 1500g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 400g ( <i>ME</i> ), filet z piersi indyka 300g, mix salat 300g, ogórki konserwowe 300g ( <i>GOR</i> ), Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem zabiłana 500ml ( <i>ME, SEZ</i> ), Pierogi leniwe z serem 250g ( <i>GLU, JAI, ME</i> ), jogurt naturalny z truskawkami 1000g ( <i>ME</i> ),	dleb pelnoziamisty 1300g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), pasztet drobiowy 800g, salata lodowa 0.3szt, herbata b/c 200ml ,
<b>Warto ci od ycze:</b> Energia: 2051.69 kcal; Bialko ogółem: 84.88 g; Tluszcz: 92.75 g; W glowodany ogółem: 241.91 g; Wap : 540.95 mg; Suma cukrów prostych: 27.12 g; Sód: 1533.78 mg; Nasycone kwttluszczzo: 9.58 g;		
<b>poniedziałek 2025-11-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
dleb pszenno ytni baltonowski 1200g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), Twaro ek z jogurtem 100g ( <i>ME</i> ), pomidor 600g, Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem zabiłana 500ml ( <i>ME, SEZ</i> ), Pierogi leniwe z serem 250g ( <i>GLU, JAI, ME</i> ), jogurt naturalny z truskawkami 1000g ( <i>ME</i> ), Kompot wielowocowy 200ml ,	dleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), pasztet drobiowy 800g, salata lodowa 0.3szt, herbata 200ml ,
<b>Warto ci od ycze:</b> Energia: 2025.23 kcal; Bialko ogółem: 91.55 g; Tluszcz: 84.99 g; W glowodany ogółem: 241.24 g; Wap : 594.99 mg; Suma cukrów prostych: 29.81 g; Sód: 1182.39 mg; Nasycone kwttluszczzo: 9.69 g;		

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-11-25 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), Pol dwica z indyka z warzywami 60Og , salata 0.3szt, Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa krem z dyni z mleczkiem kokosowymi i pietruszk 500ml ( <i>ME, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g , Roladka z warzywami wsosie 130g ( <i>GLU</i> , Surówka wielowarzywna z marchewk i olejem rzepakowym 100g , Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), Salátka ledziowa z burakami 130g ( <i>Ryb, ME</i> ), herbata 200ml ,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2084.14 kcal; Bialko ogólem: 83.12 g; Tluszcz: 97.16 g; W glowodany ogólem: 231.37 g; Wap : 409.37 mg; Suma cukrówprostych: 16.89 g; Sód: 1790.67 mg; Nasycone kwttluszcz: 22.46 g;

wtorek 2025-11-25 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENEMŁATWOPRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
chleb ytni sitowy 150Og ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOI, ME, SEZ</i> ), margaryna mi kka 40Og ( <i>ME</i> ), szynka z piersi 60Og , kefirz owocami 150Og ( <i>ME</i> ), plátki owsiane 50Og ( <i>GLU</i> ), herbata b/c 200ml ,	Zupa krem z dyni z mleczkiem kokosowymi i pietruszk 500ml ( <i>ME, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g , Roladka z warzywami wsosie 130g ( <i>GLU</i> ), fasolka szparagowa 100Og , Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb graham 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), Salátka ledziowa z burakami 130g ( <i>Ryb, ME</i> ), pomidor 40Og , mix salat 10Og , herbata b/c 200ml ,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2198.62 kcal; Bialko ogólem: 80.46 g; Tluszcz: 98.00 g; W glowodany ogólem: 264.62 g; Wap : 651.09 mg; Suma cukrówprostych: 16.97 g; Sód: 1477.94 mg; Nasycone kwttluszcz: 23.64 g;

wtorek 2025-11-25 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), szynka z piersi 60Og , jablka 130Og , kefir z owocami 150Og ( <i>ME</i> ), plátki owsiane 50Og ( <i>GLU</i> ),	Zupa krem z dyni z mleczkiem kokosowymi i pietruszk 500ml ( <i>ME, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g , Pier z kurczaka gotowana 130g ( <i>GLU</i> ), fasolka szparagowa 100Og , Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), Pasta z jaj i ryby wedzonej 100g ( <i>JAJ, Ryb</i> ), pomidor 50Og , herbata 200ml ,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2238.02 kcal; Bialko ogólem: 80.16 g; Tluszcz: 100.28 g; W glowodany ogólem: 261.36 g; Wap : 624.31 mg; Suma cukrówprostych: 20.86 g; Sód: 1653.01 mg; Nasycone kwttluszcz: 25.63 g;

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
roda 2025-11-26 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>MLE</i> ), ser dty gouda 60Og ( <i>MLE</i> ), pomidor 50Og, Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, MLE</i> ),	Zupa urek z ziemniakami kielbas 500ml ( <i>GLU, JAU, MLE, SEZ</i> ), Kasza gotwana mieszana jeczmiennie gryczana z pestkami dyni i soczewic 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), bitka wsosie 130g, ogórki kiszone 100Og ( <i>GOR</i> ), Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>MLE</i> ), pasta kanapkowa drobiowa 100Og, marchewmini 60Og, herbata 200ml ,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2691.90 kcal; Bialko ogolem: 102.36 g; Tluszcz: 121.75 g; W glowodany ogolem: 307.82 g; Wap : 898.14 mg; Suma cukrow prostych: 10.42 g; Sód: 3202.55 mg; Nasycone kw tluszcz: 23.58 g;

roda 2025-11-26 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GŁOWODANÓW</b>		
Chleb ytni ekstrudowany 150Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>MLE</i> ), ser dty z czamusk 60Og ( <i>MLE</i> ), ogórek w 60Og, herbata b/c 200ml ,	Zupa warzywna z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml ( <i>MLE, SEZ</i> ), Ziemniaki gotwane 250g, bitka wsosie 130g, Surówka z pekinki z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb graham 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>MLE</i> ), pasta kanapkowa drobiowa 80Og, brokuly 60Og, herbata b/c 200ml ,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2350.85 kcal; Bialko ogolem: 92.29 g; Tluszcz: 116.31 g; W glowodany ogolem: 260.06 g; Wap : 852.94 mg; Suma cukrow prostych: 11.58 g; Sód: 2200.33 mg; Nasycone kw tluszcz: 28.24 g;

roda 2025-11-26 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>MLE</i> ), serek waniliowy 100Og ( <i>MLE</i> ), pomidor 60Og, herbata 200ml ,	Zupa warzywna z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml ( <i>MLE, SEZ</i> ), Ziemniaki gotwane 250g, bitka wsosie 130g, Surówka z pekinki z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>MLE</i> ), pasta kanapkowa drobiowa 80Og, brokuly 60Og, herbata 200ml ,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2010.53 kcal; Bialko ogolem: 82.93 g; Tluszcz: 100.80 g; W glowodany ogolem: 215.92 g; Wap : 438.29 mg; Suma cukrow prostych: 20.51 g; Sód: 1911.83 mg; Nasycone kw tluszcz: 22.42 g;

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-11-27 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno żytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), Twaro ek z ziołami 100g ( <i>MLE</i> ), rzodkiewka 0.3szt., herbata 200ml ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i koperkiem zabieleną 500ml ( <i>MLE, SEZ</i> ), knedle z truskawkami 2500g ( <i>GLU, JAJ</i> ), jogurt grecki z owocami 1300g ( <i>MLE</i> ), Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb pszenno żytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), Sałatka ydowska z cebulk i majonezem 200g ( <i>GLU, JAJ, GOR</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), herbata 200ml ,
<b>Warto ci od ycze:</b> Energia: 2024.25 kcal; Białko ogółem: 64.82 g; Tłuszcz: 78.52 g; W głowodany ogółem: 253.24 g; Wap : 303.50mg; Suma cukrówprostych: 19.01 g; Sód: 2057.42mg; Nasycone kwitłuszcz: 9.44 g;		
czwartek 2025-11-27 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GŁOWODANÓW</b>		
chleb pełnoziarnisty 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), humus z ciecierzycy 800g ( <i>GLU, OZI, ORZ, GOR, SEZ</i> ), Twaro ek z ziołami 100g ( <i>MLE</i> ), budy b/c 1000g, herbata b/c 200ml ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i koperkiem zabieleną 500ml ( <i>MLE, SEZ</i> ), knedle z truskawkami 2500g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Polewa jogurt naturalny z truskawkami 600g ( <i>MLE</i> ), Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb razowy żytni 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), Sałatka ydowska lekka z jogurtem 200g ( <i>GLU, JAJ, GOR</i> ), herbata b/c 200ml ,
<b>Warto ci od ycze:</b> Energia: 2323.74 kcal; Białko ogółem: 61.67 g; Tłuszcz: 82.87 g; W głowodany ogółem: 321.69 g; Wap : 460.57 mg; Suma cukrówprostych: 60.91 g; Sód: 2128.41 mg; Nasycone kwitłuszcz: 9.90 g;		
czwartek 2025-11-27 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno żytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), Twaro ek z ziołami 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 zabieleną 500ml ( <i>MLE, SEZ</i> ), knedle z truskawkami 2500g ( <i>GLU, JAJ</i> ), jogurt grecki 1000g ( <i>MLE</i> ), Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb pszenno żytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), Sałatka ydowska lekka z jogurtem 200g ( <i>GLU, JAJ, GOR</i> ), herbata 200ml ,
<b>Warto ci od ycze:</b> Energia: 2019.39 kcal; Białko ogółem: 58.60 g; Tłuszcz: 83.33 g; W głowodany ogółem: 244.44 g; Wap : 245.47 mg; Suma cukrówprostych: 15.82 g; Sód: 2042.21 mg; Nasycone kwitłuszcz: 9.11 g;		

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
pi tek 2025-11-28 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), jajecznicza z cebulek 1000g ( <i>JAJ</i> ), salatka grecka 600g ( <i>GLU, ME, SEZ</i> ), Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU</i> , <i>ME</i> ),	Zupa szczawiowa z ryzem zabelana 500ml ( <i>JAJ</i> , <i>ME, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Dorsz filet fanierowany 100g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Surówka z kapusty kiszanej z marchewk krninkiem 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 ,
<b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2238.94 kcal; Bialko ogolem: 90.89g; Tluszcz: 119.36g; W glowodany ogolem: 208.44g; Wap : 511.87 mg; Suma cukrow prostych: 16.00g; Sód: 1676.12mg; Nasycone kw tluszcz: 27.72g;		
pi tek 2025-11-28 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM TWARDYCH PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
chleb ytni sitowy 1500g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOI</i> , <i>ME, SEZ</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), salatka grecka 800g ( <i>GOR</i> ), kielbasa domowa 700g, Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa szczawiowa z ry em zabelana 500ml ( <i>JAJ</i> , <i>ME, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, dorsz filet na parze 1000g, Surówka z kiszanej kapusty z marchewk krninkiem 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 b/c 200ml ,
<b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2032.95 kcal; Bialko ogolem: 88.24g; Tluszcz: 88.73g; W glowodany ogolem: 224.79g; Wap : 524.15mg; Suma cukrow prostych: 16.59g; Sód: 2177.18mg; Nasycone kw tluszcz: 21.44g;		
pi tek 2025-11-28 <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</i> , <i>JAJ</i> ), Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa krupnik z ziemiakami 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 1000g ( <i>GLU</i> , Serek kanapkowy 100g ( <i>ME</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ),
<b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2119.36 kcal; Bialko ogolem: 103.40g; Tluszcz: 93.13g; W glowodany ogolem: 225.95g; Wap : 506.56mg; Suma cukrow prostych: 16.07g; Sód: 2063.65mg; Nasycone kw tluszcz: 19.18g;		

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-11-29 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>MLF</i> ), kielbasa zielonogórska 50Og, bukiet warzywkwiatowy 80Og, herbata 200ml ,	Zupa wiejska z zacierk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Łazanki z kapust i kielbas 300g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>MLF</i> ), pasta serowo jajeczna 100g ( <i>MLF</i> ), ogórki kiszone 40Og ( <i>GOR</i> ), herbata 200ml ,
<b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2061.44 kcal; Bialko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz: 84.87 g; W glowodany ogółem: 238.54 g; Wap : 273.31 mg; Suma cukrów prostych: 13.88 g; Sód: 3134.61 mg; Nasycone kwttłuszcz: 11.64 g;		
sobota 2025-11-29 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWOPRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
chleb pelnoziarnisty 150Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>MLF</i> ), poledwica z piersi kurczaka 50Og, bukiet warzywkwiatowy 100Og, ser topiony 100g 0.5szt ( <i>MLF</i> ), jablka 100Og, herbata 200ml ,	Zupa wiejska z zacierk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Makaron razowy gotowany 250g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Sos drobiowo warzywny brokul fasolka szparagowa dynia włoszczyzna 200g ( <i>SEL</i> ),	chleb razowy ytni 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>MLF</i> ), kielbasa delikatesowa z kurczaka 50Og, ogórki kiszone 40Og ( <i>GOR</i> ), herbata 200ml ,
<b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2102.72 kcal; Bialko ogółem: 110.49 g; Tłuszcz: 68.96 g; W glowodany ogółem: 277.07 g; Wap : 466.18 mg; Suma cukrów prostych: 18.16 g; Sód: 3141.50 mg; Nasycone kwttłuszcz: 16.94 g;		
sobota 2025-11-29 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 110Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>MLF</i> ), poledwica z piersi kurczaka 60Og, bukiet warzywkwiatowy 80Og, banan 150Og,	herbata 200ml, Zupa wiejska z zacierk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Makaron pszenny gotowany 250g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Sos drobiowo warzywny brokul fasolka szparagowa dynia włoszczyzna 200g ( <i>SEL</i> ), Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>MLF</i> ), kielbasa delikatesowa z kurczaka 60Og, mix salat 50Og ,
<b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2019.20 kcal; Bialko ogółem: 109.12 g; Tłuszcz: 56.27 g; W glowodany ogółem: 280.19 g; Wap : 245.05 mg; Suma cukrów prostych: 21.69 g; Sód: 2425.37 mg; Nasycone kwttłuszcz: 9.77 g;		

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-11-30 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), kielbasa parówkowa 1000g , keczup 400g , pomidor 500g , herbata 200ml ,	Zupa rosół z makaronem i pietruszk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g , udko z kurczaka 1300g , Surówka z czerwonej kapusty z marchewk i olejem rzepakowym 100g	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLF</i> ), ser óty gouda 600g ( <i>MLF</i> ), sałatka z patisona 600g ( <i>GOR</i> ), herbata 200ml ,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2162.74 kcal; Bialko ogółem: 93.19g; Tluszcz: 109.71g; W glowodany ogółem: 204.39g; Wap : 615.04mg; Suma cukrów prostych: 16.42g; Sód: 3018.23mg; Nasycone kw tluszcz: 30.50g;

niedziela 2025-11-30 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
chleb pelnoziarnisty 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 400g ( <i>MLF</i> ), parówka drobiowa 1000g, keczup 400g , mix salat 500g , herbata b/c 200ml ,	Zupa rosół z makaronem i pietruszk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g , udko z kurczaka 1300g , Surówka z czerwonej kapusty z marchewk i olejem rzepakowym 100g , Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb graham 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLF</i> ), pol dwica luksusowa 500g , sałatka z patisona 500g ( <i>GOR</i> ), herbata b/c 200ml ,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2156.18 kcal; Bialko ogółem: 88.43g; Tluszcz: 110.11g; W glowodany ogółem: 210.46g; Wap : 289.66mg; Suma cukrów prostych: 16.04g; Sód: 2529.87mg; Nasycone kw tluszcz: 21.82g;

niedziela 2025-11-30 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLF</i> ), parówka drobiowa 1000g , keczup 400g , mix salat 400g ,	Zupa rosół z makaronem i pietruszk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g , udko z kurczaka gotowane 1300g , Surówka z buraczkózw olejem rzepakowym 100g , Kompot wielowocowy 200ml , chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ),	margaryna mi kka 500g ( <i>MLF</i> ), pol dwica luksusowa 500g , ogórek w 500g , herbata 200ml ,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2218.86 kcal; Bialko ogółem: 88.08g; Tluszcz: 113.41g; W glowodany ogółem: 220.02g; Wap : 241.81mg; Suma cukrów prostych: 20.60g; Sód: 2421.17mg; Nasycone kw tluszcz: 21.77g;

**Dietetyk**

.....