

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-12-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og (<i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og (<i>MLF</i>), ser twarogowy z szc zypiorkiem 120Og (<i>MLF</i>), pomidor 60Og, herbata 200ml ,	Zupa pomidorowa z ry em 500ml (<i>GLU, JAJ</i> , <i>MLF, SEL</i>), Pyzy z mi sem z cebulk i masłem 250g (<i>GLU, MLF</i>), Kompot wieloowocowy 200ml , Surówka z buraczków z olejem rzepakowym 100g ,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og (<i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og (<i>MLF</i>), kielbasa szynkowa 50Og, marchewmini 80Og, herbata 200ml ,

Warto ci od ycze: Energia: 2409.85 kcal; Bialko ogółem: 96.21 g; Tluszcz: 86.97 g; W glowodany ogółem: 320.76 g; Wap : 10629.47 mg; Suma cukrów prostych: 389.54 g; Sód: 6371.89 mg; Nasycone kw tuszczu: 56.29 g;

poniedziałek 2025-12-22 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW		
chleb graham 100Og (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20Og (<i>MLF</i>), ser twarogowy 100Og (<i>MLF</i>), salata 0.3szt , jogurt naturalny 200Og (<i>MLF</i>), herbata b/c 200ml ,	Zupa pomidorowa z ry em zabelana 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Pyzy z mi semi i cebulk 250g (<i>GLU, MLF</i>), Surówka z buraczków z olejem rzepakowym 100g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb pelnoziarnisty 100Og (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20Og (<i>MLF</i>), kielbasa szynkowa 70Og, marchewmini 100Og, herbata b/c 200ml ,

Warto ci od ycze: Energia: 2227.28 kcal; Bialko ogółem: 102.22 g; Tluszcz: 87.70 g; W glowodany ogółem: 269.21 g; Wap : 714.82 mg; Suma cukrów prostych: 28.87 g; Sód: 2056.00 mg; Nasycone kw tuszczu: 25.66 g;

poniedziałek 2025-12-22 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 120Og (<i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og (<i>MLF</i>), poledwica z piersi kurczaka 60Og, pomidor 60Og , herbata 200Og ,	Zupa pomidorowa z ry em zabelana 500ml (<i>MLF, SEL</i>), Pyzy z mi semi i masłem 250g (<i>GLU, MLF</i>), Surówka z buraczków z olejem rzepakowym 100g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 120Og (<i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og (<i>MLF</i>), kielbasa szynkowa 60Og, marchewmini 100Og , herbata 200ml ,

Warto ci od ycze: Energia: 2291.85 kcal; Bialko ogółem: 87.91 g; Tluszcz: 98.37 g; W glowodany ogółem: 274.88 g; Wap : 333.01 mg; Suma cukrów prostych: 20.32 g; Sód: 2540.03 mg; Nasycone kw tuszczu: 31.34 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-12-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og (<i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), kielbasa I ska 110Og, salaika szwecka 50Og, musztarda 30Og (<i>GOR</i>), Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>),	Zupa rosól z grysikiem i pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Kotlet mielony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), szpinak zasma any 100g (<i>GLU, ME</i>), Kompot wielowocowy 200ml	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og (<i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), ser óty gouda 50Og (<i>ME</i>), ogórek w 60Og, herbata 200ml

Warto ci od ywze: Energia: 2541.57 kcal; Bialko ogólem: 111.23 g; Tluszcz: 120.17 g; W glowodany ogólem: 264.14 g; Wap : 37920.37 mg; Suma cukrów prostych: 22.11 g; Sód: 111673.91 mg; Nasycone kwtluszcz: 1050.71 g

wtorek 2025-12-23 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANCZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW		
Chleb razowy 100g, margaryna mi kka 20g, parówka drobiowa 100g, carpaccio 100g, herbata 200ml b/c 1Por (<i>GLU, ME</i>), musztarda 30Og (<i>GOR</i>), margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>),	Zupa grysikowa 500ml (<i>GLU, ME, SEZ</i>), ziemniaki gotowane 250Og, Kotlet mielony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), szpinak na parze 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb graham 100Og (<i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), ser óty niskotluszczowy 50Og (<i>ME</i>), pomidor 50Og, herbata b/c 200ml,

Warto ci od ywze: Energia: 2363.28 kcal; Bialko ogólem: 72.12 g; Tluszcz: 135.47 g; W glowodany ogólem: 211.13 g; Wap : 965.29 mg; Suma cukrów prostych: 17.92 g; Sód: 2643.54 mg; Nasycone kwtluszcz: 444.91 g

wtorek 2025-12-23 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og (<i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), parówka drobiowa 100Og, burak czerwony gotowany 50Og, musztarda 30Og (<i>GOR</i>), Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>),	Zupa grysikowa 500ml (<i>GLU, ME, SEZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Kotlet mielony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Szpinak na parze 100g (<i>ME</i>), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og (<i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), ser óty niskotluszczowy 50Og (<i>ME</i>), brokuly 60Og, herbata 200ml,

Warto ci od ywze: Energia: 2215.64 kcal; Bialko ogólem: 72.67 g; Tluszcz: 110.43 g; W glowodany ogólem: 235.74 g; Wap : 537.85 mg; Suma cukrów prostych: 19.82 g; Sód: 2601.84 mg; Nasycone kwtluszcz: 440.21 g

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
rodz 2025-12-24 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 barszcz czerwony klarowny z uszkami 500ml (<i>ME</i> , <i>SED</i>), Makaron z serem 300g (<i>GLU</i> , <i>JAI</i> , <i>ME</i>), Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), Salatka jarzynowa 200g (<i>GLU</i> , <i>JAI</i> , <i>GOR</i>), herbata 200ml , Dorsz filet fanierowany z sosem greckim 100g (<i>GLU</i> , <i>JAI</i>), led wsosie mietanowo musztardowym 1200g (<i>RYB</i>), Kapusta z grochem 300g (<i>SOB</i>), Pierogi z kapusta i grzybami 250g (<i>GLU</i> , <i>ME</i>), krockiety z kap.grzyb 1100g (<i>GLU</i> , <i>JAI</i> , <i>ME</i>), Dorsz filet fanierowany 100g (<i>GLU</i> , <i>JAI</i>), mandarynka 800g , ciasto semik 1000g (<i>GLU</i> , <i>JAI</i> , <i>ME</i>),

Warto ci od ywze: Energia: 4842.21 kcal; Bialko ogolem: 197.55 g; Tluszcz: 256.17 g; W glowodany ogolem: 447.76 g; Wap : 527.78 mg; Suma cukrowprostych: 36.92 g; Sód: 3482.82 mg; Nasycone kvtluszczzo: 44.36 g;

rodz 2025-12-24 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW		
		chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), Salatka jarzynowa 200g (<i>GLU</i> , <i>JAI</i> , <i>GOR</i>), herbata 200ml , Dorsz filet fanierowany z sosem greckim 100g (<i>GLU</i> , <i>JAI</i>), led wsosie mietanowo musztardowym 1200g (<i>RYB</i>), Kapusta z grochem 300g (<i>SOB</i>), Pierogi z kapusta i grzybami 250g (<i>GLU</i> , <i>ME</i>), krockiety z kap.grzyb 1100g (<i>GLU</i> , <i>JAI</i> , <i>ME</i>), Dorsz filet fanierowany 100g (<i>GLU</i> , <i>JAI</i>), mandarynka 800g , ciasto semik 1000g (<i>GLU</i> , <i>JAI</i> , <i>ME</i>),

Warto ci od ywze: Energia: 3530.86 kcal; Bialko ogolem: 140.86 g; Tluszcz: 208.67 g; W glowodany ogolem: 288.90 g; Wap : 304.59 mg; Suma cukrowprostych: 12.86 g; Sód: 2593.29 mg; Nasycone kvtluszczzo: 37.16 g;

rodz 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
		chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), Salatka jarzynowa 200g (<i>GLU</i> , <i>JAI</i> , <i>GOR</i>), herbata 200ml , Dorsz filet fanierowany z sosem greckim 100g (<i>GLU</i> , <i>JAI</i>), led wsosie mietanowo musztardowym 1200g (<i>RYB</i>), Kapusta z grochem 300g (<i>SOB</i>), Pierogi z kapusta i grzybami 250g (<i>GLU</i> , <i>ME</i>), krockiety z kap.grzyb 1100g (<i>GLU</i> , <i>JAI</i> , <i>ME</i>), Dorsz filet fanierowany 100g (<i>GLU</i> , <i>JAI</i>), mandarynka 800g , ciasto semik 1000g (<i>GLU</i> , <i>JAI</i> , <i>ME</i>),

Warto ci od ywze: Energia: 3530.86 kcal; Bialko ogolem: 140.86 g; Tluszcz: 208.67 g; W glowodany ogolem: 288.90 g; Wap : 304.59 mg; Suma cukrowprostych: 12.86 g; Sód: 2593.29 mg; Nasycone kvtluszczzo: 37.16 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), szynka szwagra 600g, marchewmini 600g, herbata 200ml,	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Stek z cebulk 130g (<i>GLU</i>), Surówka z buraczkówz olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), szynka mozaikowa 500g, ogórek w 500g, herbata 200ml,

Warto ci od ywze: Energia: 2038.75 kcal; Bialko ogólem: 83.85 g; Tluszcz: 94.59 g; W glowodany ogólem: 222.32 g; Wap : 2913.87 mg; Suma cukrówprostych: 77.37 g; Sód: 48517.95 mg; Nasycone kwtluszcz: 120.48 g;

czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW		
chleb graham 1500g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), szynka drobiowa 600g, marchewmini 500g, herbata b/c 200ml,	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Pulpeciki wsosie koperkowym 150g (<i>GLU, JAJ, ME</i>), Surówka z buraczkówz olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb razowy ytni 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>ME</i>), Serek z chrzanem 100g (<i>ME</i>), ogórki pikle 500g (<i>GOR</i>), herbata b/c 200ml,

Warto ci od ywze: Energia: 2214.00 kcal; Bialko ogólem: 110.53 g; Tluszcz: 87.85 g; W glowodany ogólem: 259.77 g; Wap : 2648.45 mg; Suma cukrówprostych: 15.94 g; Sód: 35765.06 mg; Nasycone kwtluszcz: 17.33 g;

czwartek 2025-12-25 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, ogórek w 600g, herbata 200ml,	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Pulpeciki wsosie koperkowym 150g (<i>GLU, JAJ, ME</i>), Surówka z buraczkówz olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	pieczywo pszenno ytnie 100g, serek z chrzanem 100g, margaryna mi kka 20g, herbata 200ml 1Por (<i>GLU, ME</i>),

Warto ci od ywze: Energia: 2172.59 kcal; Bialko ogólem: 107.05 g; Tluszcz: 89.10 g; W glowodany ogólem: 245.29 g; Wap : 332.66 mg; Suma cukrówprostych: 19.51 g; Sód: 1913.21 mg; Nasycone kwtluszcz: 17.83 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
pi tek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
dleb pszenno ytni baltonowski 100Og (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), szynka wi teczna 50Og, pomidor 60Og, herbata 200ml ,	Zupa grzybowa zabelana 500ml (<i>GLU, ME, SE</i>), Ziemniaki gotwane 250g, Kompot wieloowocowy 200ml, Bigos domowy z mi sem 300g (<i>SO</i>),	dleb pszenno ytni baltonowski 100Og (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), kielbasa szynkowa 50Og, kalafior 60Og, herbata 200ml ,

Warto ci od ywze: Energia: 2038.32 kcal; Bialko ogolem: 81.74 g; Tluszcz: 112.12 g; W glowodany ogolem: 181.87 g; Wap : 830.01 mg; Suma cukrowprostych: 26.60 g; Sód: 3853.97 mg; Nasycone kwttluszcz: 38.01 g;

pi tek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRYZYWAJALNYCH W GLOWODANÓW		
dleb graham 100Og (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), ser twarogowy 100Og (<i>ME</i>), salata 0.3szt, herbata b/c 200ml ,	Zupa ziemniaczanka z majerankiem 500ml (<i>ME, SE</i>), Pierogi leniwe z serem 250g (<i>GLU, JAJ, ME</i>), Surówka z pekinki z olejem rzepakowym 100g, Kompot wieloowocowy 200ml ,	dleb pelnoziarnisty 100Og (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), kielbasa szynkowa 70Og, kalafior 50Og, herbata b/c 200ml ,

Warto ci od ywze: Energia: 2082.59 kcal; Bialko ogolem: 96.75 g; Tluszcz: 99.64 g; W glowodany ogolem: 212.67 g; Wap : 883.53 mg; Suma cukrowprostych: 36.48 g; Sód: 2917.56 mg; Nasycone kwttluszcz: 23.72 g;

pi tek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
dleb pszenno ytni baltonowski 120Og (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), poledwica z piersi kurczaka 60Og, pomidor 60Og, herbata 200Og ,	Zupa ziemniaczanka z majerankiem 500ml (<i>ME, SE</i>), Pierogi leniwe z serem 250g (<i>GLU, JAJ, ME</i>), Surówka z pekinki i olejem rzepakowym 100g, Kompot wieloowocowy 200ml ,	dleb pszenno ytni baltonowski 120Og (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), kielbasa szynkowa 60Og, kalafior 50Og, herbata 200ml ,

Warto ci od ywze: Energia: 2156.91 kcal; Bialko ogolem: 89.95 g; Tluszcz: 98.19 g; W glowodany ogolem: 238.86 g; Wap : 753.51 mg; Suma cukrowprostych: 34.30 g; Sód: 3310.79 mg; Nasycone kwttluszcz: 22.80 g;

Dietyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og (<i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), kielbasa zielonogórska 50Og, bukiet warzywkwiatowy 80Og, herbata 200ml ,	Zupa krupnik z ziemniakami i pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEZ</i>), knedle z truskawkami 300Og (<i>GLU, JAJ</i>), jogurt naturalny 100Og (<i>ME</i>), Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og (<i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), ser óty gouda 60Og (<i>ME</i>), ogórki kiszone 40Og (<i>GOR</i>), herbata 200ml ,

Warto ci od ywze: Energia: 2003.67 kcal; Bialko ogółem: 78.00g; Tluszcz: 81.27g; W glowodany ogółem: 240.69g; Wap : 726.44mg; Suma cukrówprostych: 14.77g; Sód: 3347.53mg; Nasycone kwttluszcz: 21.63g

sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW		
chleb pelnoziarnisty 150Og (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), poledwica z piersi kurczaka 50Og, bukiet warzywkwiatowy 100Og, herbata 200ml ,	Zupa krupnik z ziemniakami 500ml (<i>GLU, JAJ, ME, SEZ</i>), Makaron razowy gotowany 250g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos drobiowo warzywny brokul fasolka szparagowa dynia włoszczyzna 200g (<i>SEZ</i>), Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb razowy ytni 100Og (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), kielbasa delikatesowa z kurczaka 50Og, ogórki kiszone 40Og (<i>GOR</i>), herbata 200ml ,

Warto ci od ywze: Energia: 2107.82 kcal; Bialko ogółem: 98.73g; Tluszcz: 59.02g; W glowodany ogółem: 313.27g; Wap : 345.80mg; Suma cukrówprostych: 15.09g; Sód: 2534.63mg; Nasycone kwttluszcz: 13.39g

sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 110Og (<i>GLU</i> , margaryna mi kka 30Og (<i>ME</i>), poledwica z piersi kurczaka 60Og, bukiet warzywkwiatowy 80Og, herbata 200ml ,	Zupa krupnik z ziemniakami 500ml (<i>GLU, JAJ, SEZ</i>), Makaron pszenny gotowany 250g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos drobiowo warzywny brokul szparagowa dynia włoszczyzna 200g (<i>SEZ</i>), Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 110Og (<i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), kielbasa delikatesowa z kurczaka 60Og, mix salat 50Og, herbata 200ml ,

Warto ci od ywze: Energia: 2004.97 kcal; Bialko ogółem: 109.00g; Tluszcz: 60.18g; W glowodany ogółem: 266.94g; Wap : 1809.29mg; Suma cukrówprostych: 122.19g; Sód: 45004.83mg; Nasycone kwttluszcz: 39.09g

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
nieziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), kielbasa parówkowa 1000g , sos ameryka ski 400g , pomidor 500g , herbata 200ml ,	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g , Kotlet pozarski z kurczaka 130g (<i>GLU</i>), Warzywa na parze 1000g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MIĘ</i>), kielbasa z w dzami 500g , salatka z patisona 600g (<i>GOR</i>), herbata 200ml ,
Warto ci od ywze: Energia: 2225.01 kcal; Bialko ogółem: 90.81 g; Tluszcz: 108.14 g; W glowodany ogółem: 222.15 g; Wap : 183.66 mg; Suma cukrów prostych: 17.94 g; Sód: 2761.27 mg; Nasycone kwitluszcz: 25.70 g;		
nieziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW		
chleb pelnoziarnisty 1200g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 300g (<i>MIĘ</i>), parówka drobiowa 1000g , sos ameryka ski 400g , mix salat 500g , herbata b/c 200ml ,	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g , Kotlet pozarski z kurczaka 130g (<i>GLU</i>), bukiet warzywkwiatowy 1000g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MIĘ</i>), pol dwica luksusowa 500g , salatka z patisona 500g (<i>GOR</i>), herbata b/c 200ml ,
Warto ci od ywze: Energia: 2253.30 kcal; Bialko ogółem: 92.84 g; Tluszcz: 111.21 g; W glowodany ogółem: 225.48 g; Wap : 270.62 mg; Suma cukrów prostych: 16.09 g; Sód: 2472.33 mg; Nasycone kwitluszcz: 22.12 g;		
nieziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 200g (<i>MIĘ</i>), parówka drobiowa 1000g , sos ameryka ski 400g , mix salat 400g , herbata 200ml ,	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g , uclo z kurczaka gotowane 1300g , warzywa na parze 1000g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 500g (<i>MIĘ</i>), pol dwica luksusowa 500g , ogórek w 500g , herbata 200ml ,
Warto ci od ywze: Energia: 2136.90 kcal; Bialko ogółem: 86.63 g; Tluszcz: 104.76 g; W glowodany ogółem: 216.99 g; Wap : 207.32 mg; Suma cukrów prostych: 16.99 g; Sód: 2398.19 mg; Nasycone kwitluszcz: 21.23 g;		

Dietetyk

.....