

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|--|---|---|
| niadanie II niadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posilek nozny |
| poniedzialek 2026-05-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), ser dly gouda 60.0g (<i>ME</i>), ogorek zielony 60.0g, herbata 200ml , | Zupa meksyka ska z fasol 500ml (<i>GLU, JAJ, ME, SEZ</i>), Pierogi ruskie z cebulk 250g (<i>GLU, ME</i>), Kompot wieloowocowy 200ml , | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa szynkowa 50.0g, marchewmini 80.0g, herbata 200ml , |

Warto ci od ywzce: Energia: 2360.30kcal; Bialko ogolem: 88.45g; Tluszcz: 89.69g; W glowodany ogolem: 309.42g; Wap : 662.73mg; Suma cukrowprostych: 12.00g; Sód: 2333.81 mg; Nasycone kwtluszczzo: 32.82g

| poniedzialek 2026-05-18 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWOPRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW | | |
|---|--|---|
| chleb graham 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), pol dwica z piersi indyka 80.0g, salata 0.3szt, herbata b/c 200ml , | Zupa z soczewicy z makaronem500ml (<i>ME, SEZ</i>), Pierogi ruskie z cebulk 250g (<i>GLU, ME</i>), Kompot wieloowocowy 200ml , | chleb pelnoziamisty 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa szynkowa 70.0g, marchewmini 100.0g, herbata b/c 200ml , |

Warto ci od ywzce: Energia: 2084.10kcal; Bialko ogolem: 90.71g; Tluszcz: 91.13g; W glowodany ogolem: 238.07g; Wap : 347.86mg; Suma cukrowprostych: 13.95g; Sód: 2686.66mg; Nasycone kwtluszczzo: 31.59g

| poniedzialek 2026-05-18 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
|--|---|--|
| chleb pszenno ytni baltonowski 120.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), poledwica z piersi kurczaka 60.0g, pomidor 60.0g, herbata 200.0g , | Zupa z soczewicy z makaronem500ml (<i>ME, SEZ</i>), Pierogi ruskie 250g (<i>GLU, ME</i>), Kompot wieloowocowy 200ml , | chleb pszenno ytni baltonowski 120.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa szynkowa 60.0g, marchewmini 100.0g, herbata 200ml , |

Warto ci od ywzce: Energia: 2177.50kcal; Bialko ogolem: 86.47g; Tluszcz: 89.26g; W glowodany ogolem: 267.27g; Wap : 298.49mg; Suma cukrowprostych: 14.71g; Sód: 2445.03mg; Nasycone kwtluszczzo: 30.72g

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|---|---|---|
| niadanie II niadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posilek nočný |
| wtorek 2026-05-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa parówkowa 100.0g, burak czerwony z chrzanem 100.0g, Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>), | Zupa rosól z lanym ciastem i pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Kotlet schabowy 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Mzeria z jogurtem i mietan 100g (<i>ME</i>), Kompot wieloowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), paszтетowa watrobianka 80.0g (<i>GLU</i>), ogórek w 60.0g, herbata 200ml, |

Warto ci od ycze: Energia: 2720.05 kcal; Bialko ogółem: 101.33 g; Tłuszcz: 149.70 g; W glowodany ogółem: 251.47 g; Wap : 452.16 mg; Suma cukrów prostych: 20.86 g; Sód: 3244.74 mg; Nasycone kwttuszczo: 31.36 g

| | | |
|---|---|---|
| wtorek 2026-05-19 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW | | |
| Chlebrazowy 100g, margaryna mi kka 20g, parówka drobiowa 100g, carpacio 100g, herbata 200ml b/c 1 Por (<i>GLU, ME</i>), musztarda 30.0g (<i>GOR</i>), poledwica z piersi kurczaka 50.0g, Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>), | Zupa warzywna 500ml (<i>ME, SEL</i>), ziemniaki gotowane 250.0g, Pier z kurczaka w sosie własnym 100/80g 100g (<i>GLU</i>), Surówka z czerwonej kapusty z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wieloowocowy 200ml, | chleb graham 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), paszтетowa watrobianka 80.0g (<i>GLU</i>), sałatka szwedcka 50.0g (<i>GLU, ME, SEL</i>), herbata b/c 200ml, |

Warto ci od ycze: Energia: 2302.65 kcal; Bialko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 111.48 g; W glowodany ogółem: 242.38 g; Wap : 647.78 mg; Suma cukrów prostych: 15.93 g; Sód: 2857.78 mg; Nasycone kwttuszczo: 27.73 g

| | | |
|---|--|---|
| wtorek 2026-05-19 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), parówka drobiowa 100.0g, burak czerwony gotowany 100.0g, musztarda 30.0g (<i>GOR</i>), Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>), | Zupa warzywna 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Pier z kurczaka w sosie własnym 100/80g 100g (<i>GLU</i>), Mzeria z jogurtem i mietan 100g (<i>ME</i>), Kompot wieloowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa delikatesowa z kurczaka 60.0g, brokuly 60.0g, herbata 200ml, |

Warto ci od ycze: Energia: 2149.64 kcal; Bialko ogółem: 102.04 g; Tłuszcz: 78.67 g; W glowodany ogółem: 274.82 g; Wap : 516.51 mg; Suma cukrów prostych: 21.57 g; Sód: 2691.56 mg; Nasycone kwttuszczo: 16.77 g

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|--|--|--|
| śniadanie II śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nočný |
| rocznik 2026-05-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna miękka 20.0g (<i>ML</i>), pasta kanapkowa drobiowa 100.0g, sałatka z patisona 80.0g (<i>GOR</i>), herbata 200ml, | Zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 500g (<i>ML, SZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Gotówki z mięsem sosem pomidorowym 300g, Kompot wielowocowy 200ml, | chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna miękka 20.0g (<i>ML</i>), Sałatka makaronowa z kurczakiem 200g (<i>GLU, JAJ, GOR</i>), herbata 200ml, |
| Wartości odżywcze: Energia: 2346.87 kcal; Białko ogółem: 65.50g; Tłuszcz: 109.52g; Węglowodany ogółem: 263.30g; Wapń: 403.23mg; Suma cukrów prostych: 23.21g; Sód: 2273.45mg; Nasycone kwasy tłuszczowe: 17.79g | | |
| rocznik 2026-05-20 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH W GŁOWODANÓW | | |
| chleb pełnoziarnisty 200.0g (<i>GLU</i>), margaryna miękka 20.0g (<i>ML</i>), pasztet firmowy 40.0g (<i>GLU, JAJ, ML</i>), pomidor 60.0g, herbata b/c 200ml, | Zupa grysikowa 500ml (<i>GLU, SZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Gotówki z mięsem sosem pomidorowym 300g, Kompot wielowocowy 200ml, | chleb żytni sietowy 100.0g (<i>GLU, JAJ, OZ</i>), <i>SOJ, ML, SZ</i> , Sałatka jarzynowa 200g (<i>GLU, JAJ, GOR</i>), margaryna miękka 20.0g (<i>ML</i>), sałata lodowa 0.3szt, herbata b/c 200ml, |
| Wartości odżywcze: Energia: 2274.49 kcal; Białko ogółem: 67.10g; Tłuszcz: 89.28g; Węglowodany ogółem: 303.90g; Wapń: 431.35mg; Suma cukrów prostych: 18.92g; Sód: 2219.44mg; Nasycone kwasy tłuszczowe: 14.68g | | |
| rocznik 2026-05-20 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
| chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna miękka 20.0g (<i>ML</i>), polędwica z piersi indyka 60.0g, kalafior 100.0g, herbata 200ml, | Zupa grysikowa 500ml (<i>GLU, SZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Gotówki z mięsem sosem pomidorowym 300g, Kompot wielowocowy 200ml, | chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna miękka 20.0g (<i>ML</i>), Sałatka jarzynowa 200g (<i>GLU, JAJ, GOR</i>), herbata 200ml, |
| Wartości odżywcze: Energia: 2090.67 kcal; Białko ogółem: 70.36g; Tłuszcz: 82.97g; Węglowodany ogółem: 260.83g; Wapń: 296.25mg; Suma cukrów prostych: 17.14g; Sód: 2075.83mg; Nasycone kwasy tłuszczowe: 13.02g | | |

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|---|---|--|
| niadanie II niadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posilek nocny |
| czwartek 2026-05-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), szynka drobiowa 40.0g, brukselka 60.0g, Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>), | Zupa krupnik z ziemniakami 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Fasolka po breto sku z kielbas i pomidorami 300g (<i>GLU</i>), Kompot wieloowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), Twaro ek z rzodkiewka i szczypiorkiem 100g (<i>ME</i>), herbata 200ml, |
| Warto ci od ywcz: Energia: 2275.52 kcal; Bialko ogolem: 107.92 g; Tluszcz: 87.64 g; W glowodany ogolem: 280.59 g; Wap : 598.98 mg; Suma cukrowprostych: 19.59 g; Sód: 2553.25 mg; Nasycone kwtluszcz: 11.05 g | | |
| czwartek 2026-05-21 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWOPRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW | | |
| chleb graham 150.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), szynka drobiowa 60.0g, herbata b/c 200ml, brukselka 70.0g, | Zupa krupnik z ziemniakami 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Fasolka po breto sku z kielbas i pomidorami 300g (<i>GLU</i>), Kompot wieloowocowy 200ml, | chleb razowy ytni 130.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), Twaro ek z rzodkiewka i szczypiorkiem 100g (<i>ME</i>), jablka 120.0g, herbata b/c 200ml, |
| Warto ci od ywcz: Energia: 2354.60 kcal; Bialko ogolem: 110.01 g; Tluszcz: 88.09 g; W glowodany ogolem: 303.77 g; Wap : 447.15 mg; Suma cukrowprostych: 17.95 g; Sód: 2964.58 mg; Nasycone kwtluszcz: 11.64 g | | |
| czwartek 2026-05-21 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 120.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), szynka drobiowa 60.0g, ogórek w 60.0g, herbata 200ml, | Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana 500ml (<i>ME, SEL, GOR</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Fasolka szparagowa z kurczakiem i pomidorami 300g (<i>GLU</i>), 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 ywcz: Energia: 2344.85 kcal; Bialko ogolem: 107.43 g; Tluszcz: 101.78 g; W glowodany ogolem: 265.02 g; Wap : 473.27 mg; Suma cukrowprostych: 19.31 g; Sód: 3013.34 mg; Nasycone kwtluszcz: 21.88 g | | |

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|---|---|--|
| niadanie II niadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posilek nozny |
| pi tek 2026-05-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), Pasta z jaj i ryby wedzonej 100g (<i>JAJ, RYB</i>), ogórki kiszone 50.0g (<i>GOR</i>), Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, MLE</i>), | zupa z soczewicy z makaronem 500ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Paluszki rybne z fileta 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z kiszonej kapusty z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), d em niskosłodzony 90.0g, jabłka 100.0g, herbata 200ml, |

Warto ci od ywzce: Energia: 2185.67 kcal; Bialko ogółem: 79.62g; Tłuszcz: 91.00g; W glowodany ogółem: 273.08g; Wap : 381.65mg; Suma cukrów prostych: 15.00g; Sód: 2137.07mg; Nasycone kwttuszczo: 10.46g;

| | | |
|--|---|--|
| pi tek 2026-05-22 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW | | |
| chleb ytni sitowy 150.0g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOI, MLE, SEL</i>), margaryna mi kka 40.0g (<i>MLE</i>), pasta z jaj i ryby wedzonej 80.0g (<i>JAJ, RYB</i>), szpinak w 30.0g, Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, MLE</i>), | Zupa z soczewicy z makaronem 500ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Paluszki rybne z fileta 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z kiszonej kapusty z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml, | chleb graham 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), ser dty niskotłuszczowy 60.0g (<i>MLE</i>), marchewmini 60.0g, herbata b/c 200ml, |

Warto ci od ywzce: Energia: 2446.68 kcal; Bialko ogółem: 88.67g; Tłuszcz: 119.81g; W glowodany ogółem: 253.65g; Wap : 435.97mg; Suma cukrów prostych: 11.42g; Sód: 2418.75mg; Nasycone kwttuszczo: 20.55g;

| | | |
|---|---|---|
| pi tek 2026-05-22 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), d em niskosłodzony 100.0g, banan 100.0g, Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, MLE</i>), | Zupa z soczewicy z makaronem 500ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Klopsy rybne 100g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), Surówka z marchwii tartej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), szynka drobiowa 50.0g, marchewmini 60.0g, herbata 200ml, |

Warto ci od ywzce: Energia: 2032.24 kcal; Bialko ogółem: 74.66g; Tłuszcz: 73.89g; W glowodany ogółem: 279.59g; Wap : 385.47mg; Suma cukrów prostych: 18.26g; Sód: 2047.98mg; Nasycone kwttuszczo: 12.49g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|---|---|--|
| śniadanie II śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nočný |
| sobota 2026-05-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 120.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), serek kanapkowy 150.0g (<i>ME</i>), pomidor 60.0g, herbata 200ml, | Zupa pomidorowa zabiellana 500ml (<i>JAJ</i> , <i>ME</i> , <i>SEL</i>), Ziemiaki gotowane 250g, Bigos domowy z mi sem 300g (<i>SOB</i>), Kompot wieloowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 120.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), ser dty gouda 70.0g (<i>ME</i>), papryka swieza 60.0g (<i>GOR</i>), herbata 200ml, |

Warto ci od ywcz: Energia: 2358.09 kcal; Bialko ogolem: 110.05 g; Tluszcz: 117.30 g; W glowodany ogolem: 225.14 g; Wap : 863.81 mg; Suma cukrowprostych: 20.95 g; Sód: 3529.61 mg; Nasycone kwtluszcz: 39.44 g

| | | |
|---|---|---|
| sobota 2026-05-23 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWOPRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW | | |
| chleb pelnoziamisty 150.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 40.0g (<i>ME</i>), Serek kanapkowy 200.0g (<i>ME</i>), salata lodowa 0.3szt, herbata b/c 200ml, | Zupa pomidorowa zabiellana 500ml (<i>JAJ</i> , <i>ME</i> , <i>SEL</i>), Ziemiaki gotowane 250g, Bigos domowy z mi sem 300g (<i>SOB</i>), Kompot wieloowocowy 200ml, | chleb razowy ytni 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), pasztet firmowy 60.0g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>ME</i>), pomidor 30.0g, herbata b/c 200ml, |

Warto ci od ywcz: Energia: 2334.91 kcal; Bialko ogolem: 103.38 g; Tluszcz: 121.02 g; W glowodany ogolem: 222.69 g; Wap : 509.68 mg; Suma cukrowprostych: 22.57 g; Sód: 3539.93 mg; Nasycone kwtluszcz: 34.39 g

| | | |
|--|--|---|
| sobota 2026-05-23 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 150.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), serek kanapkowy 200.0g (<i>ME</i>), herbata 200ml, ogorek w 80.0g, | Zupa pomidorowa zabiellana 500ml (<i>JAJ</i> , <i>ME</i> , <i>SEL</i>), pyzy ziemniaczane z maslem 250.0g (<i>JAJ</i>), Mzeria z jogurtem 100g (<i>ME</i>), Kompot wieloowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 150.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), pasta kanapkowa drobiowa 120.0g, brokuly 150.0g, herbata 200ml, |

Warto ci od ywcz: Energia: 2458.37 kcal; Bialko ogolem: 109.42 g; Tluszcz: 101.05 g; W glowodany ogolem: 306.37 g; Wap : 549.32 mg; Suma cukrowprostych: 25.25 g; Sód: 3039.55 mg; Nasycone kwtluszcz: 31.79 g

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|--|---|---|
| niadanie II niadanie | Obiad Podwieczerek | Kolacja Posilek noony |
| niedziela 2026-05-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa I ska 100.0g, keczup 50.0g, salatka szwedcka 80.0g (<i>GLU, ME, SEZ</i>), | Zupa rosól z makaronemi pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Stek z cebulk 130g (<i>GLU</i>), bukiet warzyw kwiatowy 100.0g, Kompot wieloowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa szynkowa 60.0g, pomidor 60.0g, |

Warto ci od ywcz: Energia: 2229.27 kcal; Bialko ogólem: 106.85g; Tluszcz: 104.23g; W glowodany ogólem: 220.63g; Wap : 188.90mg; Suma cukrówprostych: 15.30g; Sód: 3066.40mg; Nasycone kwtluszcz: 23.22g

| niedziela 2026-05-24 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW | | |
|---|---|--|
| chleb ytni sitowy 150.0g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ME, SEZ</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), paróvka drobiowa 100.0g, keczup 40.0g, papryka swieza 40.0g (<i>GOR</i>), herbata b/c 200ml, | Zupa rosól z makaronemi pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Stek z cebulk 130g (<i>GLU</i>), bukiet warzyw kwiatowy 100.0g, Kompot wieloowocowy 200ml, | chleb graham 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa domowa 60.0g, pomidor 50.0g, herbata b/c 200ml, |

Warto ci od ywcz: Energia: 2363.55 kcal; Bialko ogólem: 91.75g; Tluszcz: 119.46g; W glowodany ogólem: 240.95g; Wap : 237.59mg; Suma cukrówprostych: 14.70g; Sód: 2886.69mg; Nasycone kwtluszcz: 26.21g

| niedziela 2026-05-24 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
|---|---|--|
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), paróvka drobiowa 100.0g, keczup 40.0g, ogórek w 40.0g, herbata 200ml, | Zupa rosól z makaronemi pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEZ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Stek z szynki 130g (<i>GLU</i>), bukiet warzyw kwiatowy 100.0g, Kompot wieloowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa domowa 60.0g, pomidor 50.0g, herbata 200ml, |

Warto ci od ywcz: Energia: 2308.44 kcal; Bialko ogólem: 90.09g; Tluszcz: 118.46g; W glowodany ogólem: 226.48g; Wap : 216.33mg; Suma cukrówprostych: 18.03g; Sód: 2653.81mg; Nasycone kwtluszcz: 26.04g

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|--|--|--|
| niadanie II niadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posilek nocny |
| poniedziałek 2026-05-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa domowa 60.0g, pomidor 60.0g, herbata 200ml, | Zupa grzybowa zabelana 500ml (<i>GLU, ME, SEZ</i>), Makaron z serem 250g (<i>GLU, ME</i>), Kompot wielowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa szynkowa 50.0g, marchewmini 80.0g, herbata 200ml, |

Warto ci od ywze: Energia: 2210.58kcal; Bialko ogolem: 73.99g; Tluszcz: 115.78g; W glowodany ogolem: 223.92g; Wap : 262.61 mg; Suma cukrowprostych: 14.70g; Sód: 2039.84 mg; Nasycone kwttluszcz: 41.27 g

| | | |
|---|--|--|
| poniedziałek 2026-05-25 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWOPRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW | | |
| chleb graham 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), ser tvarogowy chudy 110.0g (<i>ME</i>), salata 0.3szt, herbata b/c 200ml, | Zupa grzybowa zabelana 500ml (<i>GLU, ME, SEZ</i>), Makaron z serem 250g (<i>GLU, ME</i>), Kompot wielowocowy 200ml, | chleb pelnoziamisty 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa szynkowa 70.0g, marchewmini 100.0g, herbata b/c 200ml, |

Warto ci od ywze: Energia: 2148.15kcal; Bialko ogolem: 90.75g; Tluszcz: 105.83g; W glowodany ogolem: 217.05g; Wap : 413.73 mg; Suma cukrowprostych: 15.59g; Sód: 1931.71 mg; Nasycone kwttluszcz: 38.40g

| | | |
|---|--|---|
| poniedziałek 2026-05-25 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 120.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), poledwica z piersi kurczaka 60.0g, pomidor 60.0g, herbata 200.0g, | Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml (<i>ME, SEZ</i>), Makaron z serem 250g (<i>GLU, ME</i>), Kompot wielowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 120.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa szynkowa 60.0g, marchewmini 100.0g, herbata 200ml, |

Warto ci od ywze: Energia: 2142.08kcal; Bialko ogolem: 84.22g; Tluszcz: 87.85g; W glowodany ogolem: 269.15g; Wap : 327.67 mg; Suma cukrowprostych: 14.73g; Sód: 2239.25 mg; Nasycone kwttluszcz: 30.51 g

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|--|---|---|
| niadanie II niadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posilek noorny |
| wtorek 2026-05-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa parówkowa 100.0g, burak czerwony gotowany 50.0g, sos belgijski 30.0g (<i>GOR</i>), Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>), | Zupa rosól z grysikiemi pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Kotlet mielony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Marchewka z groszkiem zasma ana 100g (<i>GLU, ME</i>), Kompot wieloowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), pasztet drobiowy 65.0g (<i>GLU</i>), ogórek w 60.0g, herbata 200ml, |

Warto ci od ycze: Energia: 2640.17 kcal; Bialko ogółem: 94.56g; Tluszcz: 138.08g; W glowodany ogółem: 264.74g; Wap : 438.12mg; Suma cukrów prostych: 17.11g; Sód: 3125.76mg; Nasycone kwttluszcz: 28.65g

| | | |
|--|---|---|
| wtorek 2026-05-26 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW | | |
| Chlebrazowy100g, margaryna mi kka20g, parówka drobiowa100g, carpacio100g, herbata200ml b/c 1Por (<i>GLU, ME</i>), sos belgijski 30.0g (<i>GOR</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>), | Zupa rosól z grysikiemi pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ziemniaki gotowane 250.0g, Kotlet mielony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Marchewka z groszkiem zasma ana 100g (<i>GLU, ME</i>), Kompot wieloowocowy 200ml, | chleb graham 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), pasztetowa watrobianka 80.0g (<i>GLU</i>), salatka szwedcka 50.0g (<i>GLU, ME, SEL</i>), herbata b/c 200ml, |

Warto ci od ycze: Energia: 2621.55 kcal; Bialko ogółem: 94.16g; Tluszcz: 143.59g; W glowodany ogółem: 250.44g; Wap : 545.27mg; Suma cukrów prostych: 13.49g; Sód: 3025.85mg; Nasycone kwttluszcz: 27.65g

| | | |
|--|---|---|
| wtorek 2026-05-26 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), parówka drobiowa 100.0g, burak czerwony gotowany 50.0g, sos belgijski 30.0g (<i>GOR</i>), Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>), | Zupa grysikowa 500ml (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Sztuka mi sa gotowana 100g (<i>GLU</i>), Mzeria z jogurtem i mietan 100g (<i>ME</i>), Kompot wieloowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa delikatesowa z kurczaka 60.0g, brokuly 60.0g, herbata 200ml, |

Warto ci od ycze: Energia: 2132.99 kcal; Bialko ogółem: 101.32g; Tluszcz: 78.62g; W glowodany ogółem: 270.99g; Wap : 498.96mg; Suma cukrów prostych: 18.67g; Sód: 2678.51mg; Nasycone kwttluszcz: 16.76g

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|---|--|--|
| niadanie II niadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posilek nocny |
| roda 2026-05-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa domowa 50.0g, salatka z patisona 80.0g (<i>GOR</i>), herbata 200ml , | Zupa flaki wolowe z majerankiem 500ml (<i>SEZ</i>), Kaszotto z miesemi warzywami 300g (<i>GLU, ME, SEZ</i>), Kompot wieloowocowy 200ml , | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), Salatka jarzynowa 200g (<i>GLU, JAJ, GOR</i>), herbata 200ml , |

Warto ci od ywzce: Energia: 2576.08 kcal; Bialko ogolem: 74.12g; Tluszcz: 146.03g; W glowodany ogolem: 225.30g; Wap : 196.38mg; Suma cukrowprostych: 15.39g; Sodd: 2939.32mg; Nasycone kwttluszczzo: 35.84g

| | | |
|--|--|---|
| roda 2026-05-27 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWOPRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW | | |
| chleb pelnoziamisty 200.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), humus 50.0g (<i>GLU, OZI, ORZ, GOR, SEZ</i>), pasztet firmowy 40.0g (<i>GLU, JAJ, ME</i>), pomidor 60.0g, herbata b/c 200ml , | Zupa flaki wolowe z majerankiem 500ml (<i>SEZ</i>), Kaszotto z miesemi warzywami 300g (<i>GLU, ME, SEZ</i>), Kompot wieloowocowy 200ml , | chleb ytni sitowy 100.0g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOI, ME, SEZ</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), Salatka jarzynowa 200g (<i>GLU, JAJ, GOR</i>), herbata b/c 200ml , |

Warto ci od ywzce: Energia: 2763.14 kcal; Bialko ogolem: 80.46g; Tluszcz: 147.05g; W glowodany ogolem: 277.67g; Wap : 360.11mg; Suma cukrowprostych: 17.50g; Sodd: 3302.79mg; Nasycone kwttluszczzo: 33.53g

| | | |
|---|---|--|
| roda 2026-05-27 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 110.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), pol dwica z piersi indyka 60.0g, kalafior 100.0g, herbata 200ml , | Zupa flaki wolowe zmajerankiem 500ml (<i>SEZ</i>), Ry bialy gotowany 250g (<i>ME</i>), Potrawka z kurczaka z warzywami z sosem bialym 130g (<i>GLU, JAJ, ME</i>), Kompot wieloowocowy 200ml , | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), Salatka jarzynowa 200g (<i>GLU, JAJ, GOR</i>), salata lodowa 0.3szt, herbata 200ml , |

Warto ci od ywzce: Energia: 2372.71 kcal; Bialko ogolem: 84.70g; Tluszcz: 108.12g; W glowodany ogolem: 256.68g; Wap : 254.34mg; Suma cukrowprostych: 16.91g; Sodd: 2658.92mg; Nasycone kwttluszczzo: 18.56g

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|--|--|---|
| niadanie II niadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posilek noorny |
| czwartek 2026-05-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna mi kka 20.0g (ME), ser dty gouda 50.0g (ME), brukselka 60.0g, Kawa zbo owa 200ml (GLU, ME), | Zupa kapu niak z kiszzonej kapusty ziemniakami kielbas majerankiem 500ml (SE), kluski lskie 200.0g (JA), Piecze z karczku wsosie pieczeniowym 100/80g 100g (GLU), Surówka z czerwonej kapusty z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna mi kka 20.0g (ME), Serek kremowy z suszonymi pomidorami 100g (ME), salata 0.3szt, herbata 200ml, |

Warto ci od ywcz: Energia: 2160.51 kcal; Bialko ogolem: 105.90g; Tluszcz: 76.98g; W glowodany ogolem: 272.86g; Wap : 878.38mg; Suma cukrowprostych: 16.75g; Sód: 59774.72mg; Nasycone kwtluszczo: 32.48g

| czwartek 2026-05-28 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW | | |
|--|---|---|
| chleb graham 150.0g (GLU), margaryna mi kka 20.0g (ME), Jajko gotowane 1szt (JA), szynka drobiowa 60.0g, brukselka 60.0g, herbata b/c 200ml, | Zupa kapu niak z kiszzonej kapusty ziemniakami kielbas majerankiem 500ml (SE), kluski lskie 200.0g (JA), Bitka ze schabu wsosie pieczeniowym 100/80g 100g (GLU), Surówka z czerwonej kapusty z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml, | chleb razowy ytni 100.0g (GLU), margaryna mi kka 20.0g (ME), Serek z chrzanem 100g (ME), herbata b/c 200ml, |

Warto ci od ywcz: Energia: 2143.63 kcal; Bialko ogolem: 110.92g; Tluszcz: 76.87g; W glowodany ogolem: 268.18g; Wap : 345.22mg; Suma cukrowprostych: 11.72g; Sód: 2917.39mg; Nasycone kwtluszczo: 11.20g

| czwartek 2026-05-28 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
|---|---|--|
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna mi kka 20.0g (ME), Jajko gotowane 1szt (JA), szynka drobiowa 60.0g, ogórek w 60.0g, herbata 200ml, | Zupa wiosenna z ziemniakami zabelana 500ml (JA, ME, SE), kluski lskie 200.0g (JA), Bitka ze schabu wsosie pieczeniowym 100/80g 100g (GLU), Surówka z czerwonej kapusty z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml, | pieczywo pszenno ytnie 100g, serek z chrzanem 100g margaryna mi kka 20g, herbata 200ml 1Por (GLU, ME), |

Warto ci od ywcz: Energia: 2260.74 kcal; Bialko ogolem: 106.47g; Tluszcz: 97.07g; W glowodany ogolem: 247.53g; Wap : 367.86mg; Suma cukrowprostych: 15.51g; Sód: 2328.76mg; Nasycone kwtluszczo: 22.66g

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|---|---|---|
| niadanie II niadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posilek noorny |
| pi tek 2026-05-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), mielonka królewska 50.0g, pomidor 60.0g, herbata 200ml, | Zupa szczawiowa zabielerana 500ml (<i>JAU, ME, SE</i>), Placki twarogowe z musem truskawkowym 350g (<i>GLU, JAU, ME</i>), Kompot wielowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), paprykarz rybny z dorsza z ry em 100.0g (<i>RYB, SE</i>), ogórki kiszone 60.0g (<i>GOR</i>), herbata 200ml, |

Warto ci od ywce: Energia: 2241.47 kcal; Bialko ogółem: 71.82g; Tłuszcz: 122.15g; W glowodany ogółem: 221.68g; Wap : 2634.02mg; Suma cukrówprostych: 68.15g; Sód: 92952.35mg; Nasycone kwttuszczo: 100.84g

| pi tek 2026-05-29 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW | | |
|---|---|--|
| chleb graham 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), ser twarogowy 100.0g (<i>ME</i>), salata 0.3szt., jogurt naturalny 200.0g (<i>ME</i>), herbata b/c 200ml, | Zupa szczawiowa zabielerana 500ml (<i>JAU, ME, SE</i>), Pierogi leniwe z serem 250g (<i>GLU, JAU, ME</i>), Surówka z marchwi tartej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml, | chleb pelnoziamisty 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa szynkowa 70.0g, marchewmini 100.0g, herbata b/c 200ml, |

Warto ci od ywce: Energia: 2223.84 kcal; Bialko ogółem: 104.92g; Tłuszcz: 107.16g; W glowodany ogółem: 221.92g; Wap : 688.48mg; Suma cukrówprostych: 31.91g; Sód: 2050.36mg; Nasycone kwttuszczo: 25.67g

| pi tek 2026-05-29 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
|---|---|---|
| chleb pszenno ytni baltonowski 120.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), poledwica z piersi kurczaka 60.0g, pomidor 60.0g, herbata 200.0g, | Zupa ziemniaczanka z majerankiem 500ml (<i>ME, SE</i>), Pierogi leniwe z serem 250g (<i>GLU, JAU, ME</i>), Surówka z marchwi tartej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 120.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa szynkowa 60.0g, marchewmini 100.0g, herbata 200ml, |

Warto ci od ywce: Energia: 2127.01 kcal; Bialko ogółem: 89.36g; Tłuszcz: 93.78g; W glowodany ogółem: 243.40g; Wap : 271.42mg; Suma cukrówprostych: 22.02g; Sód: 2425.07mg; Nasycone kwttuszczo: 20.96g

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|---|--|---|
| niadanie II niadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posilek nočný |
| sobota 2026-05-30 | | |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), pasta kanapkowa drobiowa 50.0g, bukiet warzywkwiatowy 80.0g, herbata 200ml, | Zupa krupnik z ziemniakami 500ml (<i>GLU, SE</i>), krostkiety z farszem miesnym 120.0g (<i>GLU, JAJ, ME</i>), krostkiety z kap.grzyb 180.0g (<i>GLU, JAJ, ME</i>), Kompot wielowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), ser dty gouda 60.0g (<i>ME</i>), ogórki konserwowe 60.0g (<i>GOR</i>), herbata 200ml, |

Warto ci od ycze: Energia: 2030.98kcal; Bialko ogółem: 75.80g; Tluszcz: 91.65g; W glowodany ogółem: 227.67g; Wap : 968.49mg; Suma cukrówprostych: 275.33g; Sód: 22918.66mg; Nasycone kwttluszczzo: 20.56g

| | | |
|---|---|---|
| sobota 2026-05-30 | | |
| Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW | | |
| chleb pelnoziamisty 150.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), poledwica z piersi kurczaka 50.0g, bukiet warzyw kwiatowy 100.0g, herbata 200ml, | Zupa krupnik z ziemniakami 500ml (<i>GLU, JAJ, ME, SE</i>), Makaron razowy gotowany 250g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos drobiowo warzywny brokul fasolka szparagowa dynia wloszczyzna 200g (<i>SE</i>), Kompot wielowocowy 200ml, | chleb razowy ytni 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa delikatesowa z kurczaka 50.0g, ogórki kiszzone 40.0g (<i>GOR</i>), herbata 200ml, |

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

| | | |
|---|--|---|
| sobota 2026-05-30 | | |
| Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 110.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), poledwica z piersi kurczaka 60.0g, bukiet warzywkwiatowy 80.0g, jablko 150.0g, herbata 200ml, | Zupa krupnik z ziemniakami 500ml (<i>GLU, JAJ, SE</i>), Makaron pszenny gotowany 250g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos drobiowo warzywny brokul fasolka szparagowa dynia wloszczyzna 200g (<i>SE</i>), Kompot wielowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), kielbasa delikatesowa z kurczaka 60.0g, mix salat 50.0g, herbata 200ml, |

Warto ci od ycze: Energia: 2026.39kcal; Bialko ogółem: 109.12g; Tluszcz: 56.27g; W glowodany ogółem: 281.99g; Wap : 245.09mg; Suma cukrówprostych: 23.69g; Sód: 2425.38mg; Nasycone kwttluszczzo: 9.77g

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|--|--|--|
| niadanie II niadanie | Obiad Podwieczerek | Kolacja Posilek nozny |
| niedzila 2026-05-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), kielbasa parówkowa 100.0g, sos ameryka ski 40.0g, pomidor 50.0g, herbata 200ml , | Zupa rosól z makaronemi pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g , udko z kurczaka 110.0g, Warzywa na parze 100.0g, Kompot wieloowocowy 200ml | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MAE</i>), ser dity gouda 50.0g (<i>MAE</i>), salatka z patisona 60.0g (<i>GOR</i>), herbata 200ml , |

Warto ci od ywze: Energia: 2073.18kcal; Bialko ogólem: 87.10g; Tluszcz: 97.32g; W glowodany ogólem: 212.02g; Wap : 1412.69mg; Suma cukrówprostych: 16.94g; Sód: 11136.29mg; Nasycone kwtluszcz: 310.48g

| niedzila 2026-05-31 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW | | |
|--|--|--|
| chleb pelnoziamisty 120.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 30.0g (<i>MAE</i>), parówka drobiowa 100.0g, sos ameryka ski 40.0g, mix salat 50.0g, herbata b/c 200ml , | Zupa rosól z makaronemi pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g , udko z kurczaka 110.0g, bukiet warzyw kwiatowy 100.0g, Kompot wieloowocowy 200ml , | chleb graham 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MAE</i>), pol dwica luksusowa 50.0g, salatka z patisona 50.0g (<i>GOR</i>), herbata b/c 200ml , |

Warto ci od ywze: Energia: 2047.02kcal; Bialko ogólem: 85.13g; Tluszcz: 95.80g; W glowodany ogólem: 215.81g; Wap : 1143.25mg; Suma cukrówprostych: 15.09g; Sód: 10803.25mg; Nasycone kwtluszcz: 303.07g

| niedzila 2026-05-31 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
|---|---|---|
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MAE</i>), parówka drobiowa 100.0g, sos ameryka ski 40.0g, mix salat 40.0g, herbata 200ml , | Zupa rosól z makaronemi pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g , udko z kurczaka gotowane 110.0g, warzywa na parze 100.0g, Kompot wieloowocowy 200ml , | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 50.0g (<i>MAE</i>), pol dwica luksusowa 50.0g, ogórek w 50.0g, herbata 200ml , |

Warto ci od ywze: Energia: 2108.28kcal; Bialko ogólem: 83.61g; Tluszcz: 102.92g; W glowodany ogólem: 216.99g; Wap : 1087.79mg; Suma cukrówprostych: 16.99g; Sód: 10713.74mg; Nasycone kwtluszcz: 302.99g

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|--|---|---|
| niadanie II niadanie | Obiad Podwieczerek | Kolacja Posilek nozny |
| poniedziałek 2026-06-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), pasztet firmowy 75.0g (<i>GLU, JAU, MLE</i>), ogórek zielony 60.0g, herbata 200ml , | Zupa grochowa z ziemniakami i kielbas 500ml 500ml (<i>SEL</i>), nale niki z serem 250.0g (<i>GLU, JAU, MLE</i>), jogurt naturalny 100.0g (<i>MLE</i>), Kompot wielowocowy 200ml | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), kielbasa szynkowa 60.0g, marchewmini 100.0g, herbata 200ml , |

Warto ci od ywcz: Energia: 2013.16kcal; Bialko ogółem: 83.32g; Tłuszcz: 72.76g; W glowodany ogółem: 266.09g; Wap : 422.66mg; Suma cukrówprostych: 12.95g; Sód: 2337.98mg; Nasycone kwttuszczo: 18.19g

| poniedziałek 2026-06-01 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW | | |
|--|--|--|
| chleb graham 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), pol dwica z piersi indyka 80.0g, salata 0.3szt, herbata b/c 200ml , | Zupa marchewkowa z ziemniakami 500ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron ry ovy z miesemi warzywami 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot wielowocowy 200ml , | chleb pelnoziamisty 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), kielbasa szynkowa 70.0g, marchewmini 100.0g, herbata b/c 200ml , |

Warto ci od ywcz: Energia: 2234.00kcal; Bialko ogółem: 94.23g; Tłuszcz: 124.53g; W glowodany ogółem: 193.92g; Wap : 295.28mg; Suma cukrówprostych: 10.75g; Sód: 3257.07mg; Nasycone kwttuszczo: 42.92g

| poniedziałek 2026-06-01 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
|---|--|---|
| chleb pszenno ytni baltonowski 120.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), poledwica z piersi kurczaka 60.0g, pomidor 60.0g, herbata 200.0g , | Zupa marchewkowa z ziemniakami 500ml (<i>MLE, SEL</i>), Makaron ry ovy z miesemi warzywami 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kompot wielowocowy 200ml , | chleb pszenno ytni baltonowski 120.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), kielbasa szynkowa 60.0g, marchewmini 100.0g, herbata 200ml , |

Warto ci od ywcz: Energia: 2327.40kcal; Bialko ogółem: 89.98g; Tłuszcz: 122.65g; W glowodany ogółem: 223.13g; Wap : 245.91mg; Suma cukrówprostych: 11.52g; Sód: 3015.44mg; Nasycone kwttuszczo: 42.05g

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|--|--|---|
| niadanie II niadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posilek noorny |
| wtorek 20260602 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna mi kka 20.0g (ME), kielbasa parówkowa 100.0g, burak czerwony z chrzanem 100.0g, Kawa zbo owa 200ml (GLU, ME), | Zupa ryzowa z pietruszk 500g (ME, SEL), Ziemniaki gotowane 250g, Piecze rzymska 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Sos pieczarkowy 100g (GLU, ME), Surówka wielowarzywna z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml , | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna mi kka 20.0g (ME), ser twarogowy chudy 50.0g (ME), ogórek w 60.0g, herbata 200ml , |

Warto ci od ywcz: Energia: 2379.09 kcal; Bialko ogółem: 88.97 g; Tłuszcz: 121.22 g; W glowodany ogółem: 244.45 g; Wap : 541.36 mg; Suma cukrów prostych: 29.94 g; Sód: 2285.82 mg; Nasycone kw tłuszczo: 22.73 g

| | | |
|--|---|--|
| wtorek 20260602 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW | | |
| Chlebrazowy100g, margaryna mi kka20g, parówka drobiowa100g, carpacio100g, herbata200ml b/c 1Por (GLU, ME), musztarda 30.0g (GOR), poledwica z piersi kurczaka 50.0g, Kawa zbo owa 200ml (GLU, ME), | Zupa ry owa z pietruszk 500ml (GLU, JAJ, SEL), ziemniaki gotowane 250.0g, Piecze rzymska 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Sos pieczarkowy 100g (GLU, ME), 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 szwedcka 50.0g (GLU, ME, SEL), herbata b/c 200ml , |

Warto ci od ywcz: Energia: 2550.91 kcal; Bialko ogółem: 105.94 g; Tłuszcz: 140.44 g; W glowodany ogółem: 227.83 g; Wap : 577.91 mg; Suma cukrów prostych: 14.82 g; Sód: 3143.68 mg; Nasycone kw tłuszczo: 29.98 g

| | | |
|---|--|--|
| wtorek 20260602 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna mi kka 20.0g (ME), parówka drobiowa 100.0g, burak czerwony gotowany 100.0g, musztarda 30.0g (GOR), Kawa zbo owa 200ml (GLU, ME), | Zupa ry owa z pietruszk 500ml (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki gotowane 250g, Pier z kurczaka wsosie własnym 100/80g 100g (GLU), Mzeria z jogurtemi 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, brokuly 60.0g, herbata 200ml , |

Warto ci od ywcz: Energia: 2408.54 kcal; Bialko ogółem: 110.87 g; Tłuszcz: 103.26 g; W glowodany ogółem: 275.52 g; Wap : 524.01 mg; Suma cukrów prostych: 21.61 g; Sód: 2951.32 mg; Nasycone kw tłuszczo: 22.83 g

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|---|--|--|
| śniadanie II śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nočný |
| rocz 2026-06-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), pasta kanapkowa drobiowa 100.0g, Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, ME</i>), saiatka z patisona 80.0g (<i>GOR</i>), herbata 200ml, | Zupa fasolowa z ziemniakami 500ml (<i>GLU, SE</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Jajko sadzone 2szt (<i>JAI</i>), kalafior 100.0g, Kompot wielowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), Saiatka makaronowa z kurczakami i warzywami 200g (<i>GLU, JAI, GOR</i>), szynka drobiowa 50.0g, herbata 200ml, |

Warto ci od ywce: Energia: 2302.53 kcal; Bialko ogolem: 89.27 g; Tluszcz: 103.50g; W glowodany ogolem: 239.94g; Wap : 427.74 mg; Suma cukrowprostych: 17.72g; Soid: 2329.18 mg; Nasycone kwitluszczzo: 15.38g

| | | |
|---|---|---|
| rocz 2026-06-03 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW | | |
| chleb pelnoziamisty 200.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), pasztet firmowy 40.0g (<i>GLU, JAI, ME</i>), pomidor 60.0g, herbata b/c 200ml, | Zupa grysikowa 500ml (<i>GLU, SE</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Jajko sadzone 2szt (<i>JAI</i>), kalafior 100.0g, Kompot wielowocowy 200ml, | chleb ytni sitowy 100.0g (<i>GLU, JAI, OZI, SOI, ME, SE</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), Saiatka jarzynowa 200g (<i>GLU, JAI, GOR</i>), salata lodowa 0.3szt, herbata b/c 200ml, |

Warto ci od ywce: Energia: 2246.59 kcal; Bialko ogolem: 80.06 g; Tluszcz: 91.53g; W glowodany ogolem: 278.79g; Wap : 325.15 mg; Suma cukrowprostych: 17.62g; Soid: 2173.54 mg; Nasycone kwitluszczzo: 12.29g

| | | |
|--|---|---|
| rocz 2026-06-03 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), pol dwicz z piersi indyka 60.0g, kalafior 100.0g, herbata 200ml, | Zupa grysikowa 500ml (<i>GLU, SE</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Jajko gotowane na parze 2szt (<i>JAI</i>), Kompot wielowocowy 200ml, kalafior 100.0g, | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>ME</i>), Saiatka jarzynowa 200g (<i>GLU, JAI, GOR</i>), herbata 200ml, |

Warto ci od ywce: Energia: 2062.77 kcal; Bialko ogolem: 83.32 g; Tluszcz: 85.22g; W glowodany ogolem: 235.72g; Wap : 190.05 mg; Suma cukrowprostych: 15.84g; Soid: 2029.93 mg; Nasycone kwitluszczzo: 10.63g

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|---|--|--|
| niadanie II niadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posilek nočný |
| czwartek 2026-06-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), serek kanapkowy z rzodkiewk 50.0g (<i>MLE</i>), brukselka 60.0g, Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, MLE</i>), | Zupa ogórkowa z ziemniakami zabiellana 500ml (<i>MLE, SEL, GOR</i>), Ry biały gotowany 250g (<i>MLE</i>), Potrawka z kurczaka z warzywami z sosem białym 130g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot wieloowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), kielbasa domowa 50.0g, ogórek w 50.0g, herbata 200ml, |

Warto ci od ycze: Energia: 2142.64 kcal; Białko ogółem: 80.99g; Tłuszcz: 100.28g; W głowodany ogółem: 234.87g; Wap : 490.73mg; Suma cukrów prostych: 17.15g; Sód: 2092.73mg; Nasycone kwttuszczo: 27.98g

| czwartek 2026-06-04 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GŁOWODANÓW | | |
|---|--|--|
| chleb graham 150.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), szynka drobiowa 60.0g, herbata b/c 200ml, brukselka 70.0g, | Zupa ogórkowa z ziemniakami zabiellana 500ml (<i>MLE, SEL, GOR</i>), Ry br zowy gotowany 250g (<i>MLE</i>), Potrawka z kurczaka z warzywami z sosem białym 130g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot wieloowocowy 200ml, | chleb razowy ytni 130.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), Twaro ek z rzodkiewka i szczypiorkiem 100g (<i>MLE</i>), jabłka 120.0g, herbata b/c 200ml, |

Warto ci od ycze: Energia: 2018.55 kcal; Białko ogółem: 83.23g; Tłuszcz: 95.96g; W głowodany ogółem: 220.12g; Wap : 388.27mg; Suma cukrów prostych: 16.15g; Sód: 2494.86mg; Nasycone kwttuszczo: 25.21g

| czwartek 2026-06-04 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
|--|--|--|
| chleb pszenno ytni baltonowski 120.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), szynka drobiowa 60.0g, ogórek w 60.0g, herbata 200ml, | Zupa ogórkowa z ziemniakami zabiellana 500ml (<i>MLE, SEL, GOR</i>), Ry biały gotowany 250g (<i>MLE</i>), Potrawka z kurczaka z warzywami z sosem białym 169g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kompot wieloowocowy 200ml, | Twaro ek z jogurtem szczypiorkiem 100g, pieczywo pszenno ytnie 100g, margaryna mi kka 20g, herbata 200ml 1Por (<i>GLU, MLE</i>), |

Warto ci od ycze: Energia: 2297.42 kcal; Białko ogółem: 101.94g; Tłuszcz: 108.53g; W głowodany ogółem: 233.85g; Wap : 396.28mg; Suma cukrów prostych: 16.75g; Sód: 2291.65mg; Nasycone kwttuszczo: 32.10g

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|--|---|--|
| śniadanie II śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nočný |
| pi tek 20260605 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), Pasta z jaj i ryby wedzonej 100g (<i>JAJ, RYB</i>), ogórki kiszane 50.0g (<i>GOR</i>), Kakao 200ml (<i>GLU, MLE</i>), | Zupa botwinkowa z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Kotlet rybny 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z kiszanej kapusty z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), d em niskoslodzony 90.0g, jablka 100.0g, herbata 200ml, |

Warto ci od yczy: Energia: 2286.83 kcal; Bialko ogolem: 75.86 g; Tluszcz: 110.15 g; W glowodany ogolem: 263.48 g; Wap : 484.47 mg; Suma cukrow prostych: 18.89 g; Sodd: 2203.08 mg; Nasycone kwatluszczzo: 19.30 g;

| | | |
|--|---|--|
| pi tek 20260605 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW | | |
| chleb ytni sitowy 150.0g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL</i>), margaryna mi kka 40.0g (<i>MLE</i>), pasta z jaj i ryby wedzonej 80.0g (<i>JAJ, RYB</i>), szpinak w 30.0g, Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, MLE</i>), | Zupa botwinkowa z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Kotlet rybny 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z kiszanej kapusty z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml, | chleb graham 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), ser dty niskotluszczowy 60.0g (<i>MLE</i>), marchewmini 60.0g, herbata b/c 200ml, |

Warto ci od yczy: Energia: 2355.06 kcal; Bialko ogolem: 75.02 g; Tluszcz: 122.07 g; W glowodany ogolem: 243.67 g; Wap : 533.76 mg; Suma cukrow prostych: 15.31 g; Sodd: 2070.86 mg; Nasycone kwatluszczzo: 23.70 g;

| | | |
|---|---|--|
| pi tek 20260605 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), d em niskoslodzony 100.0g, banan 100.0g, Kawa zbo owa 200ml (<i>GLU, MLE</i>), | Zupa botwinkowa z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml (<i>MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Klopsy rybne 100g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), Surówka z pekinki z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml, | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), szynkówka gotowana 70.0g, marchewmini 60.0g, herbata 200ml, |

Warto ci od yczy: Energia: 2005.72 kcal; Bialko ogolem: 65.39 g; Tluszcz: 80.70 g; W glowodany ogolem: 270.70 g; Wap : 499.15 mg; Suma cukrow prostych: 24.44 g; Sodd: 1752.31 mg; Nasycone kwatluszczzo: 16.51 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|--|--|--|
| niadanie II niadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posilek nočný |
| sobota 2026-06-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 120Og (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), kielbasa krakowska sucha 50Og, pomidor 60Og, herbata 200ml , | Zupa ry owa z pietruszk 500ml (<i>SEL</i>), Łazanki z kapust i kielbas 300g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Kompot wieloowocowy 200ml , | chleb pszenno ytni baltonowski 120Og (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), paprykarz rybny z dorsza z ry em 50Og (<i>RYB</i> , <i>SEL</i>), papryka swieza 60Og (<i>GOR</i>), herbata 200ml , |

Warto ci od ywcz: Energia: 2050.77 kcal; Bialko ogółem: 73.90g; Tłuszcz: 97.80g; W glowodany ogółem: 227.34g; Wap : 192.59mg; Suma cukrówprostych: 12.31 g; Sód: 2685.54 mg; Nasycone kwttuszczzo: 14.27 g

| | | |
|---|---|--|
| sobota 2026-06-06 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWOPRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW | | |
| chleb pelnoziamisty 150Og (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 40Og (<i>ME</i>), Serek kanapkowy 200Og (<i>ME</i>), salata lodowa 0.3szt, herbata b/c 200ml , | Zupa ry owa 500ml (<i>JAJ</i> , <i>ME</i> , <i>SEL</i>), Łazanki z kapust i kielbas 300g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Kompot wieloowocowy 200ml , | chleb razowy ytni 100Og (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), pasztet firmowy 60Og (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>ME</i>), pomidor 30Og, herbata b/c 200ml , |

Warto ci od ywcz: Energia: 2298.07 kcal; Bialko ogółem: 89.98g; Tłuszcz: 121.94g; W glowodany ogółem: 223.58g; Wap : 497.80mg; Suma cukrówprostych: 20.03g; Sód: 3160.33 mg; Nasycone kwttuszczzo: 25.84 g

| | | |
|---|--|--|
| sobota 2026-06-06 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 150Og (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), serek kanapkowy 200Og (<i>ME</i>), herbata 200ml , ogórek w 80Og, | Zupa ry owa z pietruszk 500ml (<i>SEL</i>), sos z kurczakiempomidorami 250Og (<i>JAJ</i>), Kompot wieloowocowy 200ml , | chleb pszenno ytni baltonowski 150Og (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20Og (<i>ME</i>), pasta kanapkowa drobiowa 120Og, brokuły 150Og, herbata 200ml , |

Warto ci od ywcz: Energia: 2233.74 kcal; Bialko ogółem: 101.71 g; Tłuszcz: 80.83g; W glowodany ogółem: 303.23g; Wap : 455.30mg; Suma cukrówprostych: 21.76g; Sód: 2560.80mg; Nasycone kwttuszczzo: 20.57 g

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: DCLU | | |
|---|---|---|
| niadanie II niadanie | Obiad Podwieczerek | Kolacja Posilek noony |
| niedziela 2026-06-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), kielbasa I ska 100.0g, keczup 50.0g, salatka szwedka 80.0g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), herbata 200ml , | Zupa rosól z makaronemi pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g , udko z kurczaka 110.0g, burak czerwony gotowany 100.0g, Kompot wieloowocowy 200ml , | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), salceson wgalarecie 60.0g, pomidor 60.0g , herbata 200ml , |

Warto ci od ywcz: Energia: 2045.46 kcal; Bialko ogółem: 100.58 g; Tłuszcz: 88.46 g; W glowodany ogółem: 219.40 g; Wap : 214.61 mg; Suma cukrówprostych: 24.09 g; Sód: 3020.61 mg; Nasycone kwttuszczo: 21.82 g

| niedziela 2026-06-07 Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW | | |
|--|---|--|
| chleb ytni sitowy 150.0g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOI, MLE, SEZ</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), parówka drobiowa 100.0g, keczup 40.0g, papryka swieza 40.0g (<i>GOR</i>), herbata b/c 200ml , | Zupa rosól z makaronemi pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g , udko z kurczaka 110.0g, Surówka z pekinki 100g, Kompot wieloowocowy 200ml , | chleb graham 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), kielbasa domowa 60.0g, pomidor 50.0g, herbata b/c 200ml , |

Warto ci od ywcz: Energia: 2248.49 kcal; Bialko ogółem: 85.35 g; Tłuszcz: 112.78 g; W glowodany ogółem: 236.77 g; Wap : 278.28 mg; Suma cukrówprostych: 15.99 g; Sód: 2947.39 mg; Nasycone kwttuszczo: 25.58 g

| niedziela 2026-06-07 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna | | |
|---|--|--|
| chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), parówka drobiowa 100.0g, keczup 40.0g, ogórek w 40.0g, herbata 200ml , | Zupa rosól z makaronemi pietruszk 500ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 250g , udko z kurczaka gotowane 110.0g, Surówka z pekinki 100g, Kompot wieloowocowy 200ml , | chleb pszenno ytni baltonowski 100.0g (<i>GLU</i>), margaryna mi kka 20.0g (<i>MLE</i>), kielbasa domowa 60.0g, pomidor 50.0g, herbata 200ml , |

Warto ci od ywcz: Energia: 2147.26 kcal; Bialko ogółem: 83.28 g; Tłuszcz: 107.29 g; W glowodany ogółem: 221.84 g; Wap : 239.33 mg; Suma cukrówprostych: 17.03 g; Sód: 2733.30 mg; Nasycone kwttuszczo: 24.92 g

Dietetyk

.....