Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-19 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2026-04-06 poniedziałek	Medical_Dieta podstawowa	KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa)I 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA STAROPOLSKA (szynka wp, wędzona, parzona) 80 g (***SOJA***) POMIDOR 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt JABŁKO 1 szt		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS CHRZANOWY 100 ml (***GLUTEN, MLEKO, SO2***) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g SAŁATKA Z BURACZKA (buraki, olej, cukier) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) JAJKO Z SZYNKĄ W GALARECIE (jajko klasy M, szynka, marchew, groszek, seler, pietruszka) 100 g (***JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	CIASTO CYTRYNOWE 80 g	**Energia [kcal] 2 451,9** **Białko ogółem [g] 93,9** **Tłuszcz [g] 87,5** **Węglowodany ogółem [g] 340,4** **Sód [mg] 3 438,6** **Błonnik pokarmowy [g] 33,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,8** **suma cukrów prostych [g] 58,8**
	Medical_Dieta cukrzycowa	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA STAROPOLSKA (szynka wp, wędzona, parzona) 80 g (***SOJA***) POMIDOR 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt JABŁKO 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, MLEKO, SEZAM***)	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) SZARPANA WIEPRZOWINA WOLNO DUSZONA W PIECU PAROWYM (łopatka wp., szynka wp., przyprawy, olej) 100 g SOS CHRZANOWY 100 ml (***GLUTEN, MLEKO, SO2***) RYŻ WIELOZIARNSTY (ryż brazowy, ryż paraboliczny 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, olej) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JAJKO Z SZYNKĄ W GALARECIE (jajko klasy M, szynka, marchew, groszek, seler, pietruszka) 100 g (***JAJA, SOJA, SELER, GORCZYCA***)	**Energia [kcal] 2 464,8** **Białko ogółem [g] 102,4** **Tłuszcz [g] 104** **Węglowodany ogółem [g] 296,8** **Sód [mg] 3 838,8** **Błonnik pokarmowy [g] 41,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,8** **suma cukrów prostych [g] 33,6**
2026-04-07 wtorek	Medical_Dieta podstawowa	MLEKO 0,2L 1 szt (***MLEKO***) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA Z TUŃCZYKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 120 g (***RYBA, MLEKO***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt GRUSZKA 1 szt		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***MLEKO, SELER***) KOTLET MIELONY PIECZONY (łopatka wp., cebula, jajka kl.M, bułka tarta, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA (marchew, seler, olej) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 60 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 3 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 231,6** **Białko ogółem [g] 103,6** **Tłuszcz [g] 85** **Węglowodany ogółem [g] 285,6** **Sód [mg] 3 710,5** **Błonnik pokarmowy [g] 36,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35** **suma cukrów prostych [g] 38,9**
	Medical_Dieta cukrzycowa	MLEKO 0,2L 1 szt (***MLEKO***) CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA Z TUŃCZYKA (tuńczyk, ser biały, zielona pietruszka) 120 g (***RYBA, MLEKO***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM***)	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***MLEKO, SELER***) KOTLET MIELONY PIECZONY (łopatka wp., cebula, jajka kl.M, bułka tarta, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA (marchew, seler, olej) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 60 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 3 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 401,3** **Białko ogółem [g] 114,6** **Tłuszcz [g] 96,2** **Węglowodany ogółem [g] 286,7** **Sód [mg] 4 643,1** **Błonnik pokarmowy [g] 41,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,2** **suma cukrów prostych [g] 35,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-04-08 środa	Medical_Dieta podstawowa	JOGURT OWOCOWY 1 szt (***MLEKO***) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA SZKOLNA (wędlina wp., parzona, w osłonie niejadalnej) 80 g (***SOJA***) POMIDOR 50 g SZPINAK BABY 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PIEROGI RUSKIE GOTOWANE 6 szt (***GLUTEN***) CEBULA ZASMAŻANA (cebulka,majeranek,olej) 30 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWARÓŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 50 g (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 1 900,2** **Białko ogółem [g] 74,1** **Tłuszcz [g] 45,2** **Węglowodany ogółem [g] 303,6** **Sód [mg] 2 789,3** **Błonnik pokarmowy [g] 30,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25** **suma cukrów prostych [g] 65,2**
	Medical_Dieta cukrzycowa	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***) CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA SZKOLNA (wędlina wp., parzona, w osłonie niejadalnej) 80 g (***SOJA***) POMIDOR 50 g SZPINAK BABY 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, MLEKO, SEZAM***)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) WIEPRZOWINA PO WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, przecier pomidorowy) 150 g (***GLUTEN***) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWARÓŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zioła) 50 g (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 120,8** **Białko ogółem [g] 90,8** **Tłuszcz [g] 64,5** **Węglowodany ogółem [g] 296,9** **Sód [mg] 3 202,5** **Błonnik pokarmowy [g] 37,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,4** **suma cukrów prostych [g] 49,4**
2026-04-09 czwartek	Medical_Dieta podstawowa	KEFIR 1 szt (***MLEKO***) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA Z CIECIERZYCY Z SUSZONYMI POMIDORAMI 80 g (***SELER, SO2***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g JABŁKO 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kiełbasa, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA***) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 200 g (***SELER, GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g POMIDOR 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt CUKIER 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	HERBATNIKI 100G 1 szt (***GLUTEN***)	**Energia [kcal] 2 680,8** **Białko ogółem [g] 115,8** **Tłuszcz [g] 98,7** **Węglowodany ogółem [g] 349,6** **Sód [mg] 3 679,5** **Błonnik pokarmowy [g] 39,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,3** **suma cukrów prostych [g] 57,9**
	Medical_Dieta cukrzycowa	KEFIR 1 szt (***MLEKO***) CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA Z CIECIERZYCY Z SUSZONYMI POMIDORAMI 80 g (***SELER, SO2***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g JABŁKO 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM KISZONYM (ogórek kiszony, fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzyca, zielona pietruszka) 150 g (***GORCZYCA***)	ZUPA KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, cebula, kiełbasa, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA***) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 200 g (***SELER, GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g POMIDOR 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	**Energia [kcal] 2 828,2** **Białko ogółem [g] 140,2** **Tłuszcz [g] 102,6** **Węglowodany ogółem [g] 369,1** **Sód [mg] 4 530,2** **Błonnik pokarmowy [g] 64,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32** **suma cukrów prostych [g] 27,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-19 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-10 piątek	Medical_Dieta podstawowa	MLEKO 0,2L 1 szt (***MLEKO***) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (***JAJA, GORCZYCA***) SAŁATKA Z OGÓRKA KISZONEGO I PAPRYKI (ogórek kiszony, papryka konserwowa) 50 g (***GORCZYCA***) POMARAŃCZA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA FASOLKOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka,jaja,mąka,bułka tarta) 100 g (***GLUTEN, JAJA, RYBA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) MARMOLADA 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g KIEŁKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK ŚMIETANKOWY 1 szt (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 223,6** **Białko ogółem [g] 85** **Tłuszcz [g] 77,5** **Węglowodany ogółem [g] 310,8** **Sód [mg] 2 510,9** **Błonnik pokarmowy [g] 34,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,8** **suma cukrów prostych [g] 78,4**
	Medical_Dieta cukrzycowa	MLEKO 0,2L 1 szt (***MLEKO***) CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (***JAJA, GORCZYCA***) POMARAŃCZA 1 szt SAŁATKA Z OGÓRKA KISZONEGO I PAPRYKI (ogórek kiszony, papryka konserwowa) 50 g (***GORCZYCA***) HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA FASOLKOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z RYBY GOTOWANY (dorsz) 100 g (***RYBA***) SOS JARZYNOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 100 g (***MLEKO***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g KIEŁKI 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 327,2** **Białko ogółem [g] 118,2** **Tłuszcz [g] 85,9** **Węglowodany ogółem [g] 285,2** **Sód [mg] 3 081** **Błonnik pokarmowy [g] 39,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,8** **suma cukrów prostych [g] 45,7**
2026-04-11 sobota	Medical_Dieta podstawowa	KEFIR 1 szt (***MLEKO***) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) POMIDOR 50 g ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA Z DWÓCH KAPUST (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, musztarda, olej, cukier) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) BIAŃKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SELER, GORCZYCA***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SZPINAK BABY 2 g SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 168,8** **Białko ogółem [g] 85,7** **Tłuszcz [g] 76,8** **Węglowodany ogółem [g] 300** **Sód [mg] 3 253,7** **Błonnik pokarmowy [g] 31** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,3** **suma cukrów prostych [g] 63,2**
	Medical_Dieta cukrzycowa	KEFIR 1 szt (***MLEKO***) CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (wędzonka wp., wędzona, parzona) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) POMIDOR 50 g ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	MUS OWOCOWY 1 szt	ZUPA BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA Z DWÓCH KAPUST B/CUKRU (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, musztarda, olej) 200 g (***GORCZYCA***)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) BIAŃKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SELER, GORCZYCA***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA LODOWA 10 g SZPINAK BABY 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, MLEKO, SEZAM***)	**Energia [kcal] 2 134,9** **Białko ogółem [g] 88,5** **Tłuszcz [g] 74** **Węglowodany ogółem [g] 288,4** **Sód [mg] 3 271** **Błonnik pokarmowy [g] 36,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,4** **suma cukrów prostych [g] 43,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-19 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-12 niedziela	Medical_Dieta podstawowa	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (***JAJA***) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (***SOJA***) SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, olej) 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt GRUSZKA 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (***MLEKO***)		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA Z BURACZKA (buraki, olej, cukier) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (***MLEKO***) POMIDOR 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 398,7** **Białko ogółem [g] 116,4** **Tłuszcz [g] 94,4** **Węglowodany ogółem [g] 288** **Sód [mg] 3 365,7** **Błonnik pokarmowy [g] 32,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,4** **suma cukrów prostych [g] 58,3**
	Medical_Dieta cukrzycowa	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (***JAJA***) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (***SOJA***) SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, olej) 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt MANDARYNKA 1 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, MLEKO, SEZAM***)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) KURCZAK GOTOWANY W SOSIE (ćwiartka kurczaka, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna) 120 g (***GLUTEN***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, olej) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (***MLEKO***) POMIDOR 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 419** **Białko ogółem [g] 106,4** **Tłuszcz [g] 101,3** **Węglowodany ogółem [g] 284,5** **Sód [mg] 3 557,8** **Błonnik pokarmowy [g] 37,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45** **suma cukrów prostych [g] 45,2**
2026-04-13 poniedziałek	Medical_Dieta podstawowa	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (***MLEKO***) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 30 g (***MLEKO***) POMIDOR 60 g ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) SOS BOLOŃSKI Z WARZYWAMI DUSZONY (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 200 g (***GLUTEN***) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, cebula, olej, cukier) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***OZI, SELER, GORCZYCA***) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM KISZONYM (ogórek kiszony, fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzyca, zielona pietruszka) 80 g (***GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 442,5** **Białko ogółem [g] 91,9** **Tłuszcz [g] 62,7** **Węglowodany ogółem [g] 364,4** **Sód [mg] 3 369,5** **Błonnik pokarmowy [g] 48,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,7** **suma cukrów prostych [g] 78,6**
	Medical_Dieta cukrzycowa	SEREK WIEJSKI 1 szt (***MLEKO***) CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 30 g (***MLEKO***) POMIDOR 60 g ROSZPONKA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) SOS BOLOŃSKI Z WARZYWAMI DUSZONY (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 200 g (***GLUTEN***) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ B/CUKRU (kapusta pekińska, ogórek kiszony, marchew, jabłko, olej) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***OZI, SELER, GORCZYCA***) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM KISZONYM (ogórek kiszony, fasola czerwona, groszek zielony, ciecierzyca, zielona pietruszka) 80 g (***GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, chleb graham 30g, masło10g) 1 Por (***GLUTEN, MLEKO, SEZAM***)	**Energia [kcal] 2 605,5** **Białko ogółem [g] 124,3** **Tłuszcz [g] 84,9** **Węglowodany ogółem [g] 318,9** **Sód [mg] 3 405,8** **Błonnik pokarmowy [g] 53,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,6** **suma cukrów prostych [g] 29**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-04-14 wtorek	Medical_Dieta podstawowa	MLEKO 0,2L 1 szt (***MLEKO***) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PAPRYKARZ RYBNY (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 80 g (***RYBA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) OGÓREK KISZONY 50 g (***GORCZYCA***) SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) LECZO Z KIEŁBASĄ (kiełbasa, cukinia, papryka, cebula, przecier pomidorowy, mąka pszenna, olej) 300 g (***GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (***MLEKO***) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT OWOCOWY 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 920,2** **Białko ogółem [g] 80,1** **Tłuszcz [g] 60,5** **Węglowodany ogółem [g] 275,8** **Sód [mg] 3 173,3** **Błonnik pokarmowy [g] 27,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,8** **suma cukrów prostych [g] 38,6**
	Medical_Dieta cukrzycowa	MLEKO 0,2L 1 szt (***MLEKO***) CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PAPRYKARZ RYBNY (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 80 g (***RYBA***) TWAROŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 50 g (***MLEKO***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	MANDARYNKA 1 szt	ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (pieczarki, marchew, seler, pietruszka, makaron, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej, musztarda) 200 g (***SELER, GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (***MLEKO***) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 219,5** **Białko ogółem [g] 95,8** **Tłuszcz [g] 77,9** **Węglowodany ogółem [g] 300** **Sód [mg] 3 019** **Błonnik pokarmowy [g] 38,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31** **suma cukrów prostych [g] 44,5**
2026-04-15 środa	Medical_Dieta podstawowa	JOGURT OWOCOWY 1 szt (***MLEKO***) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (***MLEKO***) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 30 g (***GLUTEN, SOJA***) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka) 60 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy,, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA COLESLAW (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 200 g (***JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 100 g (***MLEKO***) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 60 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	**Energia [kcal] 2 503,5** **Białko ogółem [g] 125,7** **Tłuszcz [g] 90,7** **Węglowodany ogółem [g] 316,6** **Sód [mg] 2 837** **Błonnik pokarmowy [g] 41,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,5** **suma cukrów prostych [g] 57,8**
	Medical_Dieta cukrzycowa	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***) CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (***MLEKO***) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka) 60 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	SEREK WIEJSKI 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy,, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA COLESLAW B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan) 200 g (***JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 100 g (***MLEKO***) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 60 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, MLEKO, SEZAM***)	**Energia [kcal] 2 676,4** **Białko ogółem [g] 157,2** **Tłuszcz [g] 107,4** **Węglowodany ogółem [g] 282,9** **Sód [mg] 3 926,5** **Błonnik pokarmowy [g] 42,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,8** **suma cukrów prostych [g] 22,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-19 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-16 czwartek	Medical_Dieta podstawowa	JOGURT OWOCOWY 1 szt (***MLEKO***) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50,88 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) MARMOLADA 50 g SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, olej) 60 g ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY (ziemniaki,kapusta biała,kiełbasa wp.,marchew,seler,pietruszka,kon. pomidorowy) 400 ml (***GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA***) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 200 g (***GLUTEN, SELER***) RYŻ WIELOZIARNSTY GOTOWANY (ryż brazowy, ryż biały) 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI drobnotarta (marchew, olej, cukier, sok z cytryny) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) 100 g (***GLUTEN, SOJA, SELER***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	HERBATNIKI 100G 1 szt (***GLUTEN***)	**Energia [kcal] 2 941** **Białko ogółem [g] 88,2** **Tłuszcz [g] 123,9** **Węglowodany ogółem [g] 383,4** **Sód [mg] 4 275,2** **Błonnik pokarmowy [g] 38,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,3** **suma cukrów prostych [g] 90,7**
	Medical_Dieta cukrzycowa	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50,88 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SER TOPIONY 50g 0,5 szt (***MLEKO***) SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, olej) 60 g ROSZPONKA 5 g HERBATA 1SZT. 1 szt	SAŁATA Z POMIDOREM (pomidor, sałata, natka pietruszki) 100 g	KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY (ziemniaki,kapusta biała,kiełbasa wp.,marchew,seler,pietruszka,kon. pomidorowy) 400 ml (***GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA***) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 200 g (***GLUTEN, SELER***) RYŻ BRĄZOWY GOTOWANY 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI b/c drobnotarta (marchew, olej, sok z cytryny) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) 100 g (***GLUTEN, SOJA, SELER***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	**Energia [kcal] 2 514,2** **Białko ogółem [g] 90,4** **Tłuszcz [g] 120,5** **Węglowodany ogółem [g] 288** **Sód [mg] 4 503** **Błonnik pokarmowy [g] 45,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,1** **suma cukrów prostych [g] 17,9**
2026-04-17 piątek	Medical_Dieta podstawowa	JOGURT OWOCOWY 1 szt (***MLEKO***) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (***JAJA, GORCZYCA***) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g JABŁKO 1 szt		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka,jaja,mąka,bułka tarta) 100 g (***GLUTEN, JAJA, RYBA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ DROBNO SIEKANA (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (***MLEKO***) MIÓD 1 szt POMIDOR 60 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g	CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka) 100 g	**Energia [kcal] 2 241,5** **Białko ogółem [g] 90,2** **Tłuszcz [g] 81,6** **Węglowodany ogółem [g] 308,9** **Sód [mg] 2 612,5** **Błonnik pokarmowy [g] 46** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,6** **suma cukrów prostych [g] 32,7**
	Medical_Dieta cukrzycowa	JOGURT OWOCOWY 1 szt (***MLEKO***) CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (***JAJA, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g JABŁKO 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, MLEKO, SEZAM***)	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z RYBY GOTOWANY (dorsz) 100 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ DROBNO SIEKANA (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, olej, zielona, pietruszka) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 100 g (***MLEKO***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g POMIDOR 60 g KIEŁKI 2 g	CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka) 100 g	**Energia [kcal] 2 534,4** **Białko ogółem [g] 112,4** **Tłuszcz [g] 97,9** **Węglowodany ogółem [g] 320,7** **Sód [mg] 3 014,7** **Błonnik pokarmowy [g] 53,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,4** **suma cukrów prostych [g] 33,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-19 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-18 sobota	Medical_Dieta podstawowa	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***) CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA Z CIECIERZYCY Z SUSZONYMI POMIDORAMI 50 g (***SELER, SO2***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g POMIDOR 60 g KIEŁKI 2 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) STEK WP. Z CEBULKĄ PIECZONY (łopatka wp., cebula, mąka pszenna) 100 g (***JAJA***) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (***MLEKO***) OGÓREK KISZONY TALARKI 60 g (***GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 484,7** **Białko ogółem [g] 102,1** **Tłuszcz [g] 102,6** **Węglowodany ogółem [g] 302,8** **Sód [mg] 3 896,9** **Błonnik pokarmowy [g] 36,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,4** **suma cukrów prostych [g] 40**
	Medical_Dieta cukrzycowa	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***) CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g PASTA Z CIECIERZYCY Z SUSZONYMI POMIDORAMI 50 g (***SELER, SO2***) KIEŁKI 2 g POMIDOR 60 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM***)	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (buraki, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) STEK WP. Z CEBULKĄ PIECZONY (łopatka wp., cebula, mąka pszenna) 100 g (***JAJA***) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (***MLEKO***) OGÓREK KISZONY TALARKI 60 g (***GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt RUKOLA 4 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KEFIR 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 560** **Białko ogółem [g] 113,7** **Tłuszcz [g] 109,8** **Węglowodany ogółem [g] 292,2** **Sód [mg] 4 468,9** **Błonnik pokarmowy [g] 39,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 50,7** **suma cukrów prostych [g] 31,1**
2026-04-19 niedziela	Medical_Dieta podstawowa	CHAŁKA 100G 0,2 szt (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 100 g (***MLEKO***) KREM ORZECHOWO-KAKAOWY 20G 1 szt (***MLEKO***) JABŁKO 1 szt KEFIR 1 szt (***MLEKO***)		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB BIAŁY I GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK KAKAOWY 1 szt (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 432,7** **Białko ogółem [g] 119,4** **Tłuszcz [g] 82,9** **Węglowodany ogółem [g] 320** **Sód [mg] 2 390,4** **Błonnik pokarmowy [g] 27,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,8** **suma cukrów prostych [g] 82,4**
	Medical_Dieta cukrzycowa	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) JAJKO GOTOWANE klasy M 1 szt (***JAJA***) POMIDOR 60 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA 1SZT. 1 szt KEFIR 1 szt (***MLEKO***)	SEREK WIEJSKI 1 szt (***MLEKO***)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) KURCZAK OPIEKANY (ćwiartka kurczaka, papryka, olej) 150 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, olej) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 60 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA 1SZT. 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, MLEKO, SEZAM***)	**Energia [kcal] 2 377,5** **Białko ogółem [g] 143,7** **Tłuszcz [g] 88,6** **Węglowodany ogółem [g] 261,6** **Sód [mg] 4 185,5** **Błonnik pokarmowy [g] 34,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,5** **suma cukrów prostych [g] 33,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone