

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.04.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	Pasztet z kurczaka, szynka z kotła, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Ćwikła, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa biały barszcz 400ml, schab duszony w sosie własnym, marchew duszona z groszkiem, Kompot, Ziemniaki gotowane	szynka śląska, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Sałatka jarzynowa z warzyw gotowanych z majonezem	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, Pasztet z kurczaka - 60g, szynka z kotła - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Ćwikła - 35g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Marchew - 230g, Seler korzeniowy *(sel) - 25g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 450g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, kiełbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 25g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 1g, Groszek zielony - 20g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka śląska - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Sałatka jarzynowa z warzyw gotowanych z majonezem - 100g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2178,95 kCal
Witamina C	119,14 mg
Witamina B12	4,37 µg
Foliany	0,39 mg
Witamina B6	3,24 mg
Niacyna	24,96 mg
Witamina B2	2,11 mg
Witamina B1	2,32 mg
Witamina E	15,01 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,40 mg
Skrobia	165,90 mg
Sól	7435,66 mg
Mangan	5,63 mg
Miedź	1,76 mg
Cynk	11,24 mg
Żelazo	12,50 mg
Magnez	433,28 mg
Fosfor	1711,56 mg
Wapń	1138,51 mg
Potas	5464,15 mg
Sód	2972,65 mg
Błonnik pokarmowy	34,41 g
Cukry proste	14,37 g
Węglowodany	280,69 g
Cholesterol	148,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	18,05 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,11 g
Tłuszcze nienasycone	46,09 g
Tłuszcze nasycone	26,69 g
Tłuszcze	76,37 g
Białka	109,97 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.04.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	Pasztet z kurczaka, szynka z kotła, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	zupa biały barszcz 400ml, schab duszony w sosie własnym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Polędwica z indyka, Sałata, Sałatka jarzynowa z warzyw gotowanych z majonezem	Skyr owocowy *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Pasztet z kurczaka - 40g, szynka z kotła - 40g, Chleb wiejski - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Marchew - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 25g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 450g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 25g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Burak - 180g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 220ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Chleb wiejski - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Polędwica z indyka - 50g, Sałata - 10g, Sałatka jarzynowa z warzyw gotowanych z majonezem - 100g	skyr owocowy *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2240,48 kCal
Witamina C	146,25 mg
Witamina B12	3,28 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	3,37 mg
Niacyna	28,95 mg
Witamina B2	1,91 mg
Witamina B1	2,36 mg
Witamina E	15,64 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,52 mg
Skrobia	189,92 mg
Sól	7510,77 mg
Mangan	4,96 mg
Miedź	1,68 mg
Cynk	10,92 mg
Żelazo	14,40 mg
Magnez	419,83 mg
Fosfor	1593,38 mg
Wapń	901,73 mg
Potas	5663,04 mg
Sód	3002,25 mg
Błonnik pokarmowy	29,58 g
Cukry proste	17,07 g
Węglowodany	293,81 g
Cholesterol	153,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	19,35 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,46 g
Tłuszcze nienasycone	44,05 g
Tłuszcze nasycone	22,86 g
Tłuszcze	70,18 g
Białka	121,76 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.04.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	Pasztet z kurczaka, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Schab biały *(soj)	kanapka z ogórkiem	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, schab duszony w sosie własnym, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Serek twarogowy, ziarnisty *(mle)	Baleron wieprzowy, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Polędwica z indyka, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Schab biały *(soj) - 1g, Pasztet z kurczaka - 60g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 70g, Sałata - 10g	Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ogórek - 30g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Sałata - 2g	Śmietana, 12% tłuszczu - 10g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 2g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 35g, Marchew - 30g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Olej rzepakowy - 5g, Brokuły, mrożone - 180g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 300g	Serek twarogowy, ziarnisty - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Baleron wieprzowy - 40g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Polędwica z indyka - 40g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2342,50 kCal
Witamina C	214,26 mg
Witamina B12	4,86 µg
Foliany	0,54 mg
Witamina B6	3,19 mg
Niacyna	25,58 mg
Witamina B2	2,61 mg
Witamina B1	2,32 mg
Witamina E	15,29 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,53 mg
Skrobia	179,72 mg
Sól	7612,89 mg
Mangan	7,66 mg
Miedź	1,62 mg
Cynk	13,32 mg
Żelazo	13,57 mg
Magnez	463,66 mg
Fosfor	2046,65 mg
Wapń	1234,04 mg
Potas	5513,68 mg
Sód	3507,01 mg
Błonnik pokarmowy	32,73 g
Cukry proste	15,38 g
Węglowodany	288,31 g
Cholesterol	174,85 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,03 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,13 g
Tłuszcze nienasycone	44,14 g
Tłuszcze nasycone	30,13 g
Tłuszcze	80,13 g
Białka	132,00 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.04.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	Makaron na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata, Szczypiorek, twaróg z zieleciną	zupa jarzynowa 400ml, fasolka po bretońsku, Chleb wiejski *(glu), Kompot	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Piecówka *(glu), Rzodkiewka, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 3g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g, Szczypiorek - 10g	mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Ziemniaki, średnio - 200g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 1g, Fasola biała, nasiona suche - 100g, Kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 40g, Wieprzowina, łopatka - 30g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Cebula - 20g, Olej rzepakowy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb wiejski - 75g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Piecówka - 1g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2398,87 kCal
Witamina C	86,28 mg
Witamina B12	2,83 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	2,44 mg
Niacyna	16,24 mg
Witamina B2	2,05 mg
Witamina B1	1,96 mg
Witamina E	9,62 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,88 mg
Skrobia	224,25 mg
Sól	6499,93 mg
Mangan	7,86 mg
Miedź	1,81 mg
Cynk	14,94 mg
Żelazo	18,20 mg
Magnez	499,34 mg
Fosfor	1781,34 mg
Wapń	976,50 mg
Potas	4789,02 mg
Sód	2643,85 mg
Błonnik pokarmowy	47,09 g
Cukry proste	30,72 g
Węglowodany	375,07 g
Cholesterol	113,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,47 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,30 g
Tłuszcze nienasycone	30,08 g
Tłuszcze nasycone	23,71 g
Tłuszcze	62,19 g
Białka	107,08 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.04.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	→	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa zacierkowa, pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	połudwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Napój mleczny jogurtowy
	↺	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 75g, Jabłko - 150g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Marchew - 120g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 2g, Koper ogrodowy - 17g, Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 50g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Wieprzowina, łopatka - 100g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Cukier - 1g, Burak - 180g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, połędwica miodowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Napój mleczny jogurtowy - 250g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2396,38 kCal
Witamina C	184,60 mg
Witamina B12	5,58 µg
Foliany	0,66 mg
Witamina B6	3,17 mg
Niacyna	22,21 mg
Witamina B2	3,13 mg
Witamina B1	2,02 mg
Witamina E	10,23 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,92 mg
Skrobia	186,95 mg
Sól	5024,65 mg
Mangan	3,96 mg
Miedź	1,76 mg
Cynk	14,20 mg
Żelazo	15,93 mg
Magnez	418,21 mg
Fosfor	1898,90 mg
Wapń	1433,80 mg
Potas	6429,84 mg
Sód	1863,88 mg
Błonnik pokarmowy	33,19 g
Cukry proste	24,62 g
Węglowodany	353,86 g
Cholesterol	432,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,75 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,59 g
Tłuszcze nienasycone	33,10 g
Tłuszcze nasycone	27,24 g
Tłuszcze	65,24 g
Białka	114,15 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.04.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Ogórek, Sałata, twaróg z zieleciną	Jabłko	zupa zacierkowa, pulpet gotowany w sosie koperkowym, Kompot, surówka z kapusty białej, Ziemniaki, gotowane w wodzie	kanapka z wędliną	południca miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Ziemniaki, średnio - 150g, Woda - 300ml, Olej rzepakowy - 5g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 90g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Ogórek - 60g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g	Koper ogrodowy - 9g, Ziemniaki, średnio - 290g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 45g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Marchew - 90g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Wieprzowina, łopatka - 100g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kapusta biała - 60g, Olej rzepakowy - 5g, Cebula - 15g, Kukurydza, konserwowa - 5g, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 200g	Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 20g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 240ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, południca miodowa regionalna - 30g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2246,13 kCal
Witamina C	225,31 mg
Witamina B12	3,33 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,26 mg
Niacyna	23,21 mg
Witamina B2	2,26 mg
Witamina B1	2,03 mg
Witamina E	13,44 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,80 mg
Skrobia	212,99 mg
Sól	4755,74 mg
Mangan	6,54 mg
Miedź	1,96 mg
Cynk	14,30 mg
Żelazo	15,31 mg
Magnez	423,20 mg
Fosfor	1648,51 mg
Wapń	689,53 mg
Potas	5928,59 mg
Sód	2230,43 mg
Błonnik pokarmowy	39,43 g
Cukry proste	31,14 g
Węglowodany	330,77 g
Cholesterol	348,35 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,99 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,76 g
Tłuszcze nienasycone	33,63 g
Tłuszcze nasycone	20,95 g
Tłuszcze	60,20 g
Białka	114,42 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.04.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	kielbasa żywiecka, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser, gouda tusty *(mle)	Pulpet drobiowy w sosie, marchew duszona z groszkiem, Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Dżem truskawkowy, niskosłodzony, luncheon meat *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Banan
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki owsiane - 20g, kielbasa żywiecka - 25g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser, gouda tusty - 20g	Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 180g, Bułka czerstwa *(glu) - 25g, Pietruszka, korzeń - 45g, Marchew - 165g, Koper ogrodowy - 4g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 35g, Groszek zielony - 5g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 1g, Woda - 500ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kalafior, mrożony - 30g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana - 140g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 240ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Dżem truskawkowy, niskosłodzony - 25g, luncheon meat - 40g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Banan - 180g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2323,79 kCal
Witamina C	146,60 mg
Witamina B12	3,22 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	3,33 mg
Niacyna	19,24 mg
Witamina B2	2,22 mg
Witamina B1	1,39 mg
Witamina E	9,83 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,39 mg
Skrobia	190,50 mg
Sól	5261,22 mg
Mangan	6,05 mg
Miedź	1,78 mg
Cynk	11,78 mg
Żelazo	12,68 mg
Magnez	449,41 mg
Fosfor	1716,67 mg
Wapń	1040,81 mg
Potas	5397,49 mg
Sód	1982,80 mg
Błonnik pokarmowy	34,15 g
Cukry proste	34,17 g
Węglowodany	340,88 g
Cholesterol	235,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,16 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,02 g
Tłuszcze nienasycone	38,69 g
Tłuszcze nasycone	27,10 g
Tłuszcze	71,02 g
Białka	97,22 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.04.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	~	kiełbasa szynkowa, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kurczak w sosie, fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Dżem truskawkowy, niskosłodzony, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Pietruszka, korzeń - 55g, Pietruszka, liście - 10g, Olej rzepakowy - 5g, Noga (udo) kurczaka - 150g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Marchew - 70g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Woda - 500ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Koper ogrodowy - 2g, Kalafior, mrożony - 80g, Ziemniaki, średnio - 150g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Dżem truskawkowy, niskosłodzony - 25g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2172,61 kCal
Witamina C	180,61 mg
Witamina B12	3,76 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	2,46 mg
Niacyna	16,99 mg
Witamina B2	2,57 mg
Witamina B1	1,32 mg
Witamina E	10,13 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,01 mg
Skrobia	159,00 mg
Sól	4846,01 mg
Mangan	4,26 mg
Miedź	1,51 mg
Cynk	10,77 mg
Żelazo	12,28 mg
Magnez	366,73 mg
Fosfor	1744,22 mg
Wapń	1070,63 mg
Potas	4350,87 mg
Sód	1937,09 mg
Błonnik pokarmowy	28,47 g
Cukry proste	19,44 g
Węglowodany	278,81 g
Cholesterol	224,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,03 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,49 g
Tłuszcze nienasycone	41,54 g
Tłuszcze nasycone	28,85 g
Tłuszcze	75,67 g
Białka	107,95 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.04.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	→	kiełbasa szynkowa, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	kanapka z pomidorem	kurczak w sosie, fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna, pęczak *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Jabłko	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, kiełbasa szynkowa - 45g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, margaryna Lactima 10g - 5g, Sałata - 5g	Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 5g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 220g, Pietruszka, korzeń - 35g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Woda - 500ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kalafior, mrożony - 40g, Ziemniaki, średnio - 290g, Marchew - 20g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Koper ogrodowy - 2g, Kasza jęczmienna, pęczak - 60g	Jabłko - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 240ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 45g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x5)(5):
Kalorie	2179,39 kCal
Witamina C	212,96 mg
Witamina B12	3,04 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	2,95 mg
Niacyna	19,65 mg
Witamina B2	2,21 mg
Witamina B1	1,38 mg
Witamina E	10,71 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,27 mg
Skrobia	178,32 mg
Sól	4786,98 mg
Mangan	6,08 mg
Miedź	1,74 mg
Cynk	12,16 mg
Żelazo	13,54 mg
Magnez	421,31 mg
Fosfor	1752,90 mg
Wapń	1042,94 mg
Potas	4907,22 mg
Sód	1997,02 mg
Błonnik pokarmowy	32,25 g
Cukry proste	28,50 g
Węglowodany	285,52 g
Cholesterol	255,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,72 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,12 g
Tłuszcze nienasycone	39,85 g
Tłuszcze nasycone	24,90 g
Tłuszcze	70,42 g
Białka	116,49 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.04.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pieczeń chlebowa w przyprawach, Sałata	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), surówka z warzyw mieszanych, Kompot, Kotlet mielony, Ziemniaki gotowane	mielonka tyrolska *(glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Napój mleczny jogurtowy
	G	Ryż biały - 35g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Pieczeń chlebowa w przyprawach - 1g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 550ml, Kapusta biała - 90g, Cebula - 30g, Por - 10g, Koper ogrodowy - 5g, Olej rzepakowy - 22g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Bułka tarta *(glu) - 15g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 5g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, mielonka tyrolska - 45g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Napój mleczny jogurtowy - 250g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2362,45 kCal
Witamina C	241,11 mg
Witamina B12	3,92 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	3,17 mg
Niacyna	20,56 mg
Witamina B2	2,41 mg
Witamina B1	1,83 mg
Witamina E	16,41 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,18 mg
Skrobia	194,10 mg
Sól	5395,35 mg
Mangan	5,00 mg
Miedź	1,70 mg
Cynk	12,49 mg
Żelazo	12,88 mg
Magnez	413,50 mg
Fosfor	1658,80 mg
Wapń	1290,75 mg
Potas	5616,75 mg
Sód	2131,80 mg
Błonnik pokarmowy	32,05 g
Cukry proste	15,72 g
Węglowodany	321,69 g
Cholesterol	179,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,28 g
Tłuszcze jednonienasycone	29,66 g
Tłuszcze nienasycone	49,13 g
Tłuszcze nasycone	27,69 g
Tłuszcze	85,72 g
Białka	90,83 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.04.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	Pieczeń drobiowo-wieprzowa, zupa mleczna z ryżem 300ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), pulpet gotowany w sosie koperkowym, marchewka gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Mus owocowy Tropical Vibes Tymbark
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ryż biały - 35g, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 100ml, Pieczeń drobiowo-wieprzowa - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Marchew - 260g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Ziemniaki, średnio - 590g, Woda - 550ml, Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 5g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 220ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, polędwica z majerankiem - 45g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jabłko - 172g, Cytryna - 4g, Figi, suszone - 12g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2090,82 kCal
Witamina C	200,39 mg
Witamina B12	3,22 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,46 mg
Niacyna	21,34 mg
Witamina B2	2,14 mg
Witamina B1	1,96 mg
Witamina E	11,29 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	5,04 mg
Skrobia	203,14 mg
Sól	5348,02 mg
Mangan	3,91 mg
Miedź	1,77 mg
Cynk	11,36 mg
Żelazo	13,21 mg
Magnez	380,63 mg
Fosfor	1453,55 mg
Wapń	1039,64 mg
Potas	6057,49 mg
Sód	2112,92 mg
Błonnik pokarmowy	37,88 g
Cukry proste	30,33 g
Węglowodany	340,75 g
Cholesterol	143,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,40 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,80 g
Tłuszcze nienasycone	38,20 g
Tłuszcze nasycone	20,42 g
Tłuszcze	61,92 g
Białka	85,05 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.04.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	J	Pieczeń drobiowo-wieprzowa, zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	serek wiejski lekki *(mle)	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), pulpet gotowany w sosie koperkowym, surówka z warzyw mieszanych, Kompot, Ziemniaki gotowane	kanapka z wędliną	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 100g, Pieczeń drobiowo-wieprzowa - 45g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 70g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 150g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Marchew - 110g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Ziemniaki, średnio - 470g, Woda - 550ml, Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 10g, Kapusta biała - 90g, Cebula - 10g, Por - 5g, Olej rzepakowy - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 15g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 45g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 300g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2073,50 kCal
Witamina C	233,25 mg
Witamina B12	2,49 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,33 mg
Niacyna	22,24 mg
Witamina B2	1,98 mg
Witamina B1	1,90 mg
Witamina E	17,71 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,31 mg
Skrobia	170,83 mg
Sól	5784,76 mg
Mangan	5,39 mg
Miedź	1,73 mg
Cynk	12,53 mg
Żelazo	13,29 mg
Magnez	414,51 mg
Fosfor	1440,00 mg
Wapń	911,29 mg
Potas	6000,38 mg
Sód	2641,91 mg
Błonnik pokarmowy	37,51 g
Cukry proste	21,92 g
Węglowodany	284,11 g
Cholesterol	118,85 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,94 g
Tłuszcze jednonienasycone	25,53 g
Tłuszcze nienasycone	53,84 g
Tłuszcze nasycone	20,14 g
Tłuszcze	78,95 g
Białka	97,41 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.04.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Banan, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa grycikowa 400ml, Kompot, surówka z kapusty pekińskiej, śledź z cebulą, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Woda - 100ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Banan - 150g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 490g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kapusta pekińska - 70g, Papryka czerwona - 45g, Kukurydza, konserwowa - 15g, Cukier - 1g, Olej rzepakowy - 10g, Cebula - 50g, Koper ogrodowy - 18g, Jabłko - 50g, Śledź marynowany - 90g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 150ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 1g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2321,47 kCal
Witamina C	237,01 mg
Witamina B12	9,30 µg
Foliany	0,54 mg
Witamina B6	3,76 mg
Niacyna	18,69 mg
Witamina B2	3,09 mg
Witamina B1	1,38 mg
Witamina E	11,93 mg
Witamina D	0,01 mg
Witamina A	2,57 mg
Skrobia	186,65 mg
Sól	5762,79 mg
Mangan	5,07 mg
Miedź	1,80 mg
Cynk	12,65 mg
Żelazo	13,82 mg
Magnez	423,30 mg
Fosfor	1932,08 mg
Wapń	967,86 mg
Potas	5745,85 mg
Sód	2303,15 mg
Błonnik pokarmowy	33,56 g
Cukry proste	31,27 g
Węglowodany	332,42 g
Cholesterol	536,41 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,30 g
Tłuszcze jednonienasycone	26,23 g
Tłuszcze nienasycone	37,53 g
Tłuszcze nasycone	23,46 g
Tłuszcze	67,58 g
Białka	112,78 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.04.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zielenią	zupa grysikowa 400ml, Zraz rybno-ryżowy, Kompot, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, pasta z jaj, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Kiwi
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Woda - 100ml, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 110g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 3g, miruna ryba - 90g, Ryż biały - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Jaja kurze całe *(jaj) - 100g, Koper ogrodowy - 2g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Kiwi - 70g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2071,39 kCal
Witamina C	180,62 mg
Witamina B12	4,53 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	2,80 mg
Niacyna	15,66 mg
Witamina B2	2,48 mg
Witamina B1	1,27 mg
Witamina E	9,24 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,12 mg
Skrobia	214,24 mg
Sól	3093,46 mg
Mangan	3,31 mg
Miedź	1,54 mg
Cynk	10,14 mg
Żelazo	11,55 mg
Magnez	342,53 mg
Fosfor	1650,61 mg
Wapń	934,40 mg
Potas	5258,99 mg
Sód	1288,10 mg
Błonnik pokarmowy	30,31 g
Cukry proste	21,46 g
Węglowodany	308,17 g
Cholesterol	506,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,49 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,00 g
Tłuszcze nienasycone	29,74 g
Tłuszcze nasycone	22,10 g
Tłuszcze	56,35 g
Białka	93,71 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.04.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	7	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle), Szczypiorek	Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem	zupa grysikowa 400ml, Zraz rybno-ryżowy, surówka z kapusty pekińskiej, Ziemniaki gotowane	kanapka z rzodkiewką	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek kwaszony, Sałata	Jabłko
	8	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Woda - 100ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g, Szczypiorek - 10g	Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem - 375g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 90g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, miruna ryba - 90g, Ryż biały - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Cebula - 15g, Koper ogrodowy - 3g, Kapusta pekińska - 70g, Papryka czerwona - 15g, Olej rzepakowy - 5g	Sałata - 2g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Rzodkiewka - 30g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 30g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 100g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 1g, Ogórek kwaszony - 60g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2228,30 kCal
Witamina C	159,88 mg
Witamina B12	5,84 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	2,96 mg
Niacyna	14,59 mg
Witamina B2	2,81 mg
Witamina B1	1,35 mg
Witamina E	10,42 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,83 mg
Skrobia	219,03 mg
Sól	5054,18 mg
Mangan	6,57 mg
Miedź	1,70 mg
Cynk	13,99 mg
Żelazo	13,85 mg
Magnez	448,82 mg
Fosfor	2044,15 mg
Wapń	1978,14 mg
Potas	5581,16 mg
Sód	2071,88 mg
Błonnik pokarmowy	34,40 g
Cukry proste	18,96 g
Węglowodany	336,28 g
Cholesterol	532,55 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,62 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,01 g
Tłuszcze nienasycone	31,63 g
Tłuszcze nasycone	22,77 g
Tłuszcze	59,53 g
Białka	103,30 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.04.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	↳	kielbasa żywiecka, zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata, Ser topiony, edamski	babka ziemniaczana, Kompot, surówka z kapusty kiszzonej, zupa koperkowa	połędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Skyr owocowy *(mle)
	↳	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, kielbasa żywiecka - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g, Ser topiony, edamski - 17g	kielbasa podwawelska *(gor, glu) - 35g, Jaja kurze całe *(jaj) - 50g, Olej rzepakowy - 12g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 70ml, Ziemniaki, wczesne - 400g, Cebula - 40g, Skrobia ziemniaczana - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 35g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Kapusta kwaszona - 100g, Jabłko - 20g, Marchew - 80g, Koper ogrodowy - 15g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Ziemniaki, średnio - 200g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, połędwica z majerankiem - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 1g	skyr owocowy *(mle) - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2321,35 kCal
Witamina C	209,48 mg
Witamina B12	3,65 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	3,01 mg
Niacyna	15,94 mg
Witamina B2	2,21 mg
Witamina B1	1,26 mg
Witamina E	11,97 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,18 mg
Skrobia	227,58 mg
Sól	6576,16 mg
Mangan	4,74 mg
Miedź	1,53 mg
Cynk	10,24 mg
Żelazo	12,36 mg
Magnez	391,26 mg
Fosfor	1552,62 mg
Wapń	1120,98 mg
Potas	5329,71 mg
Sód	2628,16 mg
Błonnik pokarmowy	30,99 g
Cukry proste	23,41 g
Węglowodany	341,94 g
Cholesterol	269,89 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,71 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,80 g
Tłuszcze nienasycone	46,79 g
Tłuszcze nasycone	24,68 g
Tłuszcze	75,29 g
Białka	96,10 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.04.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	~	połędwica miodowa regionalna *(soj), zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb pszenny, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	gulasz z indyka, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa koperkowa	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb pszenny, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta mięsno-jarzynowa, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 50g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 100ml, połędwica miodowa regionalna - 50g, Chleb pszenny - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 10g, Sałata - 10g	mieszanka warzywna - 20g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, mięso gulaszowe z indyka - 120g, Marchew - 85g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Ziemniaki, średnio - 590g, Koper ogrodowy - 15g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 220ml, Noga (udo) kurczaka - 60g, mieszanka warzywna - 35g, Chleb pszenny - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 30g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2201,60 kCal
Witamina C	239,24 mg
Witamina B12	2,68 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	3,91 mg
Niacyna	19,39 mg
Witamina B2	2,74 mg
Witamina B1	1,50 mg
Witamina E	10,70 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,26 mg
Skrobia	219,96 mg
Sól	5058,55 mg
Mangan	3,63 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	9,21 mg
Żelazo	13,14 mg
Magnez	429,30 mg
Fosfor	1449,55 mg
Wapń	1030,65 mg
Potas	6056,60 mg
Sód	2144,95 mg
Błonnik pokarmowy	30,55 g
Cukry proste	15,84 g
Węglowodany	316,10 g
Cholesterol	257,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,33 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,25 g
Tłuszcze nienasycone	26,15 g
Tłuszcze nasycone	21,31 g
Tłuszcze	56,56 g
Białka	117,71 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.04.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	połudwica miodowa regionalna *(soj), zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	kanapka z papryką	gulasz z indyka, Kompot, surówka z kapusty kiszzonej, Ziemniaki gotowane, zupa koperkowa	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	kanapka z wędliną
	↺	Makaron bezjajeczny *(glu) - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Woda - 100ml, połędwica miodowa regionalna - 45g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Sałata - 2g, Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Papryka czerwona - 25g	mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 110g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, mięso gulaszowe z indyka - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Kapusta kwaszona - 50g, Olej rzepakowy - 7g, Cebula - 20g, Jabłko - 40g, Ziemniaki, średnio - 690g, Śmietana, 12% tłuszczu - 10g, Koper ogrodowy - 15g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 50g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 45g	Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 10g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2297,94 kCal
Witamina C	231,76 mg
Witamina B12	3,26 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	4,38 mg
Niacyna	18,89 mg
Witamina B2	3,17 mg
Witamina B1	1,62 mg
Witamina E	14,02 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,71 mg
Skrobia	204,70 mg
Sól	6797,25 mg
Mangan	6,87 mg
Miedź	1,95 mg
Cynk	12,90 mg
Żelazo	15,09 mg
Magnez	525,01 mg
Fosfor	1742,99 mg
Wapń	1316,61 mg
Potas	6961,71 mg
Sód	2840,46 mg
Błonnik pokarmowy	40,59 g
Cukry proste	19,79 g
Węglowodany	333,04 g
Cholesterol	215,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,93 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,48 g
Tłuszcze nienasycone	32,99 g
Tłuszcze nasycone	22,19 g
Tłuszcze	64,00 g
Białka	114,10 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.04.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	↳	surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	zupa krupnik 400ml, kurczak pieczony, ryż gotowany, buraczki duszone, Kompot	mielonka tyrolska *(glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	kanapka z serem żółtym
	↳	Marchew - 50g, Olej rzepakowy - 10g, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Schab biały *(soj) - 1g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 150g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 70g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 200g, Ryż biały - 80g, Burak - 180g, ocet - 1g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 150ml, mielonka tyrolska - 25g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Chleb wiejski *(glu) - 50g, Ser, edamski tłusty - 30g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2216,87 kCal
Witamina C	77,03 mg
Witamina B12	3,55 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	2,31 mg
Niacyna	16,69 mg
Witamina B2	2,11 mg
Witamina B1	1,05 mg
Witamina E	9,68 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,53 mg
Skrobia	189,02 mg
Sól	5651,32 mg
Mangan	5,48 mg
Miedź	1,49 mg
Cynk	12,61 mg
Żelazo	12,43 mg
Magnez	352,88 mg
Fosfor	1721,53 mg
Wapń	1087,73 mg
Potas	4220,19 mg
Sód	2299,35 mg
Błonnik pokarmowy	29,62 g
Cukry proste	9,50 g
Węglowodany	298,73 g
Cholesterol	254,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,51 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,60 g
Tłuszcze nienasycone	38,94 g
Tłuszcze nasycone	24,80 g
Tłuszcze	70,56 g
Białka	111,88 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.04.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	~	szynka śląska, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa krupnik 400ml, Pulpet drobiowy w sosie, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopočka wieprzowa *(gor, glu, sel), Pomidor, Sałata	Jabłko
	G	Olej rzepakowy - 3g, Marchew - 50g, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Woda - 100ml, szynka śląska - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 1g, Sałata - 5g	Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 690g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 60g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 5g, Koper ogrodowy - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Kalafior, mrożony - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 70g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Chleb wiejski - 100g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopočka wieprzowa - 50g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2140,51 kCal
Witamina C	231,80 mg
Witamina B12	2,56 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	3,57 mg
Niacyna	22,05 mg
Witamina B2	1,96 mg
Witamina B1	1,56 mg
Witamina E	8,18 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,38 mg
Skrobia	211,88 mg
Sól	5255,57 mg
Mangan	3,67 mg
Miedź	1,71 mg
Cynk	9,33 mg
Żelazo	11,72 mg
Magnez	395,36 mg
Fosfor	1444,08 mg
Wapń	794,39 mg
Potas	6103,22 mg
Sód	2051,99 mg
Błonnik pokarmowy	33,57 g
Cukry proste	27,88 g
Węglowodany	341,14 g
Cholesterol	183,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,39 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,39 g
Tłuszcze nienasycone	28,91 g
Tłuszcze nasycone	19,87 g
Tłuszcze	53,19 g
Białka	92,13 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.04.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	szynka śląska, zupa warzywna, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Jabłko	zupa krupnik 400ml, Pulpet drobiowy w sosie, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	surówka z kapusty białej	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 70g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 100g, Olej rzepakowy - 2g, szynka śląska - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g	Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 550g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 60g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kapusta biała - 60g, Olej rzepakowy - 2g, Marchew - 30g, Cebula - 15g, Kukurydza, konserwowa - 20g, Koper ogrodowy - 2g, ocet - 1g, Cukier - 2g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Chleb wiejski - 30g, Chleb żytni razowy - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2167,42 kCal
Witamina C	297,84 mg
Witamina B12	3,24 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,74 mg
Niacyna	21,50 mg
Witamina B2	2,05 mg
Witamina B1	1,54 mg
Witamina E	12,49 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,42 mg
Skrobia	198,79 mg
Sól	5712,15 mg
Mangan	6,21 mg
Miedź	1,89 mg
Cynk	11,50 mg
Żelazo	13,25 mg
Magnez	447,37 mg
Fosfor	1622,15 mg
Wapń	901,85 mg
Potas	6296,78 mg
Sód	2234,51 mg
Błonnik pokarmowy	41,65 g
Cukry proste	29,69 g
Węglowodany	333,27 g
Cholesterol	174,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,08 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,60 g
Tłuszcze nienasycone	35,80 g
Tłuszcze nasycone	20,99 g
Tłuszcze	61,52 g
Białka	92,65 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.04.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	→	kiełbasa biała parzona, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser, edamski tłusty	zupz szpinakowa 400ml, pyzy z mięsem, Kompot, surówka z kapusty czerwonej	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), kaszanka z cebulą, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	↺	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, kiełbasa biała parzona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser, edamski tłusty - 30g	Szpinak, mrożony - 25g, Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 30g, Woda - 500ml, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Noga (udo) kurczaka - 40g, Wieprzowina, łopaska - 40g, Cebula - 30g, Skrobia ziemniaczana - 25g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, ocet - 2g, Cukier - 5g, Jabłko - 20g, Kapusta czerwona - 60g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kasza gryczana - 90g, Cebula - 20g, Olej rzepakowy - 2g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2388,42 kCal
Witamina C	228,99 mg
Witamina B12	4,39 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	3,65 mg
Niacyna	20,07 mg
Witamina B2	2,68 mg
Witamina B1	2,11 mg
Witamina E	13,48 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,03 mg
Skrobia	238,46 mg
Sól	4588,15 mg
Mangan	6,92 mg
Miedź	1,92 mg
Cynk	15,66 mg
Żelazo	14,18 mg
Magnez	619,45 mg
Fosfor	2218,65 mg
Wapń	1487,75 mg
Potas	5759,00 mg
Sód	1833,40 mg
Błonnik pokarmowy	33,25 g
Cukry proste	15,95 g
Węglowodany	351,29 g
Cholesterol	222,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,38 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,91 g
Tłuszcze nienasycone	40,64 g
Tłuszcze nasycone	26,21 g
Tłuszcze	71,14 g
Białka	102,07 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.04.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	płatki owsiane na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	Kompot, makaron z twarogiem i polewą truskawkową, zupa szpinakowa 400ml	kielbasa biała parzona, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Skyr owocowy *(mle)
	G	Płatki owsiane - 30g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, Schab biały *(soj) - 30g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 80g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 80g, Truskawki, mrożone - 200g, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 40g, Marchew - 50g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Szpinak, mrożony - 100g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, kielbasa biała parzona - 90g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	skyr owocowy *(mle) - 1g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2075,10 kCal
Witamina C	255,85 mg
Witamina B12	3,08 µg
Foliany	0,57 mg
Witamina B6	2,05 mg
Niacyna	12,35 mg
Witamina B2	2,15 mg
Witamina B1	1,24 mg
Witamina E	10,87 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,11 mg
Skrobia	189,01 mg
Sól	5149,70 mg
Mangan	4,55 mg
Miedź	1,51 mg
Cynk	9,11 mg
Żelazo	13,08 mg
Magnez	350,30 mg
Fosfor	1369,30 mg
Wapń	926,50 mg
Potas	3808,70 mg
Sód	2082,60 mg
Błonnik pokarmowy	27,29 g
Cukry proste	25,81 g
Węglowodany	282,80 g
Cholesterol	252,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,80 g
Tłuszcze jednonienasycone	13,53 g
Tłuszcze nienasycone	34,76 g
Tłuszcze nasycone	24,41 g
Tłuszcze	63,26 g
Białka	107,93 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.04.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek kwaszony, Sałata, Schab biały *(soj)	kanapka z papryką	zupz szpinakowa 400ml, pyzy z mięsem, Kompot, surówka z czerwonej kapusty	Jabłko	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Szynka wieprzowa, gotowana	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, Schab biały *(soj) - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek kwaszony - 60g, Sałata - 10g	Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Sałata - 2g, Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Papryka czerwona - 25g	Ziemniaki, średnio - 550g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Woda - 500ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Szpinak, mrożony - 25g, Noga (udo) kurczaka - 60g, Wieprzowina, łopatka - 60g, Cebula - 40g, Marchew - 45g, Skrobia ziemniaczana - 45g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kapusta czerwona - 50g, Jabłko - 30g, Olej rzepakowy - 5g	Jabłko - 80g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Chleb wiejski - 30g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Pomidor - 70g, Sałata - 10g, Szynka wieprzowa, gotowana - 30g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2391,37 kCal
Witamina C	218,76 mg
Witamina B12	3,56 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,40 mg
Niacyna	22,41 mg
Witamina B2	2,27 mg
Witamina B1	1,96 mg
Witamina E	13,92 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,71 mg
Skrobia	242,12 mg
Sól	6123,30 mg
Mangan	7,57 mg
Miedź	1,92 mg
Cynk	14,79 mg
Żelazo	15,44 mg
Magnez	480,08 mg
Fosfor	1771,72 mg
Wapń	836,08 mg
Potas	5720,08 mg
Sód	2864,98 mg
Błonnik pokarmowy	37,27 g
Cukry proste	25,39 g
Węglowodany	350,15 g
Cholesterol	414,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,97 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,08 g
Tłuszcze nienasycone	35,06 g
Tłuszcze nasycone	24,03 g
Tłuszcze	67,31 g
Białka	115,27 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.04.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	połudwica miodowa regionalna *(soj), zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa grochowa 400ml, Kompot, sałatka z buraków i cebuli, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Krakowska parzona, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Ryż biały - 35g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, połędwica miodowa regionalna - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Groch, nasiona suche - 30g, Pietruszka, korzeń - 25g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Marchew - 65g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Cebula - 40g, Kiełbasa śląska - 20g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 90g, Olej rzepakowy - 15g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 1g, Pietruszka, liście - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Krakowska parzona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2256,39 kCal
Witamina C	130,46 mg
Witamina B12	3,53 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	3,29 mg
Niacyna	27,03 mg
Witamina B2	2,08 mg
Witamina B1	2,45 mg
Witamina E	11,48 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,55 mg
Skrobia	193,02 mg
Sól	5621,21 mg
Mangan	5,34 mg
Miedź	1,72 mg
Cynk	12,17 mg
Żelazo	13,49 mg
Magnez	410,98 mg
Fosfor	1672,02 mg
Wapń	936,05 mg
Potas	5435,24 mg
Sód	2291,55 mg
Błonnik pokarmowy	32,97 g
Cukry proste	31,51 g
Węglowodany	313,03 g
Cholesterol	145,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,31 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,36 g
Tłuszcze nienasycone	41,65 g
Tłuszcze nasycone	23,81 g
Tłuszcze	69,00 g
Białka	111,31 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.04.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	~	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, twaróg z zielenią	zupa grysikowa 400ml, pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Dżem morelowy, niskosłodzony, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	G	Ryż biały - 35g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Pietruszka, liście - 3g, Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Pietruszka, korzeń - 25g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Burak - 160g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Dżem morelowy, niskosłodzony - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2254,08 kCal
Witamina C	157,79 mg
Witamina B12	4,49 µg
Foliany	0,54 mg
Witamina B6	3,17 mg
Niacyna	21,60 mg
Witamina B2	2,85 mg
Witamina B1	1,79 mg
Witamina E	9,28 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,39 mg
Skrobia	200,37 mg
Sól	4196,96 mg
Mangan	4,03 mg
Miedź	1,65 mg
Cynk	12,91 mg
Żelazo	13,19 mg
Magnez	382,10 mg
Fosfor	1797,29 mg
Wapń	1103,79 mg
Potas	5835,51 mg
Sód	1629,38 mg
Błonnik pokarmowy	29,85 g
Cukry proste	17,96 g
Węglowodany	334,58 g
Cholesterol	179,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,39 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,32 g
Tłuszcze nienasycone	29,65 g
Tłuszcze nasycone	25,00 g
Tłuszcze	57,97 g
Białka	113,30 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.04.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	7	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Szczypiorek, twaróg z zieleniną	Jabłko	zupa grysikowa 400ml, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	kanapka z ogórkiem	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Ryż biały - 35g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Szczypiorek - 10g	Jabłko - 80g	Kasza manna *(glu) - 10g, Ziemniaki, średnio - 590g, Marchew - 55g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Olej rzepakowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ogórek - 25g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2238,33 kCal
Witamina C	143,44 mg
Witamina B12	4,35 µg
Foliany	0,35 mg
Witamina B6	3,44 mg
Niacyna	25,39 mg
Witamina B2	2,44 mg
Witamina B1	2,24 mg
Witamina E	11,71 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,60 mg
Skrobia	210,68 mg
Sól	4765,21 mg
Mangan	6,55 mg
Miedź	1,71 mg
Cynk	12,78 mg
Żelazo	12,37 mg
Magnez	442,36 mg
Fosfor	1909,09 mg
Wapń	1166,96 mg
Potas	5742,55 mg
Sód	1903,82 mg
Błonnik pokarmowy	36,06 g
Cukry proste	18,40 g
Węglowodany	322,89 g
Cholesterol	146,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,38 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,45 g
Tłuszcze nienasycone	37,23 g
Tłuszcze nasycone	24,67 g
Tłuszcze	65,61 g
Białka	103,45 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.04.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	J	płatki jęczmienne na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Miód), Papryka czerwona, Sałata, Szynka bankietowa *(soj)	kurczak pieczony, marchewka gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta z ryby wędzonej, Sałata	Banan
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 15g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Szynka bankietowa - 1g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 250g, Marchew - 170g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 590g, Koper ogrodowy - 2g, Kalafior, mrożony - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Pietruszka, korzeń - 15g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Cebula - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 25g, jogurt typ grecki *(mle) - 20ml, Makrela, wędzona *(ryb) - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Banan - 180g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2386,96 kCal
Witamina C	206,34 mg
Witamina B12	8,14 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	4,67 mg
Niacyna	27,49 mg
Witamina B2	2,93 mg
Witamina B1	1,55 mg
Witamina E	11,06 mg
Witamina D	0,01 mg
Witamina A	3,77 mg
Skrobia	185,12 mg
Sól	6115,91 mg
Mangan	5,23 mg
Miedź	2,00 mg
Cynk	13,40 mg
Żelazo	14,64 mg
Magnez	511,78 mg
Fosfor	2056,22 mg
Wapń	914,33 mg
Potas	6792,42 mg
Sód	2443,76 mg
Błonnik pokarmowy	33,91 g
Cukry proste	29,82 g
Węglowodany	333,60 g
Cholesterol	582,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,19 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,61 g
Tłuszcze nienasycone	37,01 g
Tłuszcze nasycone	25,55 g
Tłuszcze	71,52 g
Białka	119,56 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.04.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	→	kielbasa szynkowa, płatki jęczmienne na mleku 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), brokuł gotowany, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	połudwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Kiwi
	↺	Płatki jęczmienne *(glu) - 30g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 80g, kielbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 90g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Brokuły, mrożone - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Kalafior, mrożony - 35g, Ziemniaki, średnio - 200g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Koper ogrodowy - 2g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, połędwica miodowa regionalna - 30g, Chleb wiejski - 75g, Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kiwi - 85g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	1935,11 kCal
Witamina C	203,33 mg
Witamina B12	3,28 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	2,23 mg
Niacyna	14,91 mg
Witamina B2	2,11 mg
Witamina B1	1,10 mg
Witamina E	9,45 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,91 mg
Skrobia	163,31 mg
Sól	5409,66 mg
Mangan	3,53 mg
Miedź	1,33 mg
Cynk	8,63 mg
Żelazo	10,56 mg
Magnez	353,43 mg
Fosfor	1498,42 mg
Wapń	1090,43 mg
Potas	4312,52 mg
Sód	2018,44 mg
Błonnik pokarmowy	27,69 g
Cukry proste	18,61 g
Węglowodany	283,08 g
Cholesterol	197,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,95 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,15 g
Tłuszcze nienasycone	31,72 g
Tłuszcze nasycone	22,36 g
Tłuszcze	58,11 g
Białka	82,93 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.04.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	→	kiełbasa szynkowa, płatki jęczmienne na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	kanapka z rzodkiewką	Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), brokuł gotowany, Kompot, Ziemiaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Jabłko	połudwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, pasta z ryby wędzonej, Sałata	kanapka z wędliną
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 3g, Rzodkiewka - 30g, Sałata - 2g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 90g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemiaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 25g, Marchew - 20g, Pietruszka, korzeń - 10g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Koper ogrodowy - 2g, Pietruszka, liście - 5g	Jabłko - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Cebula - 10g, Makrela, wędzona *(ryb) - 40g, Jaja kurze całe *(jaj) - 25g, jogurt typ grecki *(mle) - 20ml, połędwica miodowa regionalna - 30g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 15g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, ryb - Ryby, jaj - Jaja, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x5)(5):
Kalorie	2229,64 kCal
Witamina C	263,97 mg
Witamina B12	7,07 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,34 mg
Niacyna	21,48 mg
Witamina B2	2,34 mg
Witamina B1	1,45 mg
Witamina E	13,59 mg
Witamina D	0,01 mg
Witamina A	1,45 mg
Skrobia	190,04 mg
Sól	7605,55 mg
Mangan	7,44 mg
Miedź	1,83 mg
Cynk	12,69 mg
Żelazo	15,04 mg
Magnez	460,17 mg
Fosfor	1804,56 mg
Wapń	908,45 mg
Potas	5639,15 mg
Sód	2896,15 mg
Błonnik pokarmowy	38,25 g
Cukry proste	25,06 g
Węglowodany	323,27 g
Cholesterol	309,28 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,20 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,77 g
Tłuszcze nienasycone	38,79 g
Tłuszcze nasycone	24,37 g
Tłuszcze	68,95 g
Białka	97,09 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.04.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	J	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, makaron spaghetti, Kompot, surówka z ogórka kiszzonego	marmolada wieloowocowa, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 80g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Ziemniaki, średnio - 200g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 170g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 9g, Seler korzeniowy *(sel) - 90g, Pietruszka, korzeń - 35g, Cebula - 50g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Olej rzepakowy - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 70g, Wieprzowina, łopatka - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ogórek kwaszony - 90g, Musztarda - 2g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 240ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, marmolada wieloowocowa - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 30g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2317,11 kCal
Witamina C	106,11 mg
Witamina B12	4,11 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	2,38 mg
Niacyna	18,93 mg
Witamina B2	2,53 mg
Witamina B1	1,79 mg
Witamina E	10,77 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,44 mg
Skrobia	183,51 mg
Sól	6741,37 mg
Mangan	4,77 mg
Miedź	1,52 mg
Cynk	13,45 mg
Żelazo	13,09 mg
Magnez	386,55 mg
Fosfor	1639,56 mg
Wapń	1065,42 mg
Potas	4466,20 mg
Sód	2695,31 mg
Błonnik pokarmowy	33,35 g
Cukry proste	36,99 g
Węglowodany	334,31 g
Cholesterol	203,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,63 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,48 g
Tłuszcze nienasycone	36,55 g
Tłuszcze nasycone	24,92 g
Tłuszcze	66,04 g
Białka	114,69 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.04.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	→	szynka śląska, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	połędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)
	↺	Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, szynka śląska - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 80g, Chleb wiejski - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Pietruszka, liście - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 25g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Ziemniaki, średnio - 690g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 70g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, Wieprzowina, szynka surowa - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 240ml, Filet wędzony *(soj) - 50g, połędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2250,90 kCal
Witamina C	213,28 mg
Witamina B12	3,72 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,85 mg
Niacyna	27,14 mg
Witamina B2	2,41 mg
Witamina B1	2,68 mg
Witamina E	10,91 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,91 mg
Skrobia	225,58 mg
Sól	5311,80 mg
Mangan	3,90 mg
Miedź	1,82 mg
Cynk	11,90 mg
Żelazo	14,18 mg
Magnez	438,45 mg
Fosfor	1650,35 mg
Wapń	1145,25 mg
Potas	6567,75 mg
Sód	2482,50 mg
Błonnik pokarmowy	32,96 g
Cukry proste	15,62 g
Węglowodany	338,65 g
Cholesterol	188,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,79 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,47 g
Tłuszcze nienasycone	38,71 g
Tłuszcze nasycone	22,65 g
Tłuszcze	65,31 g
Białka	109,54 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.04.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	~	szynka śląska, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor	kanapka z papryką	zupa jarzynowa 400ml, pulpet gotowany w sosie koperkowym, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	surówka z kapusty białej	połędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata	Jabłko
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, szynka śląska - 50g, Chleb wiejski - 30g, Chleb żytni razowy - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g	Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Sałata - 2g, Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Papryka czerwona - 25g	mieszanka warzywna - 20g, Marchew - 20g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 3g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Wieprzowina, łopatka - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Koper ogrodowy - 2g, ocet - 1g, Cukier - 2g, Kapusta biała - 45g, Olej rzepakowy - 2g, Marchew - 20g, Cebula - 15g, Kukurydza, konserwowa - 25g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 240ml, połędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2157,89 kCal
Witamina C	241,87 mg
Witamina B12	3,24 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,22 mg
Niacyna	22,99 mg
Witamina B2	2,18 mg
Witamina B1	2,07 mg
Witamina E	13,95 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,56 mg
Skrobia	198,15 mg
Sól	5668,11 mg
Mangan	6,29 mg
Miedź	1,76 mg
Cynk	13,67 mg
Żelazo	14,32 mg
Magnez	421,53 mg
Fosfor	1545,26 mg
Wapń	938,27 mg
Potas	5772,94 mg
Sód	2217,36 mg
Błonnik pokarmowy	38,64 g
Cukry proste	27,83 g
Węglowodany	326,03 g
Cholesterol	197,65 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,43 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,63 g
Tłuszcze nienasycone	41,73 g
Tłuszcze nasycone	22,52 g
Tłuszcze	68,10 g
Białka	95,84 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.04.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser, gouda tłusty *(mle)	Filet rybny zapiekany *(glu, ryb, mle), Kapuśniak z kwaszonej kapusty, Kompot, surówka z kapusty pekińskiej, Ziemniaki gotowane	kielbasa żywiecka, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, sałatka makaronowa I	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser, gouda tłusty - 50g	filety zapiekane z serem *(glu, mle) - 100g, Mieszanka owocowa, mrożona - 100g, Woda - 250ml, Kapusta pekińska - 120g, Papryka czerwona - 25g, Kukurydza, konserwowa - 15g, Marchew - 40g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Olej rzepakowy - 7g, Cebula - 15g, Koper ogrodowy - 3g, Ziemniaki, średnio - 400g, Kapuśniak z kwaszonej kapusty - 400g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Papryka czerwona - 60g, Ogórek - 80g, Majonez domowy z olejem rzepakowym *(jaj) - 5g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 20g, Koper ogrodowy - 3g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 50g, kielbasa żywiecka - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 1g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2267,80 kCal
Witamina C	284,97 mg
Witamina B12	4,48 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	2,93 mg
Niacyna	15,32 mg
Witamina B2	2,20 mg
Witamina B1	1,27 mg
Witamina E	10,86 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,96 mg
Skrobia	175,59 mg
Sól	6504,39 mg
Mangan	4,34 mg
Miedź	1,59 mg
Cynk	11,13 mg
Żelazo	10,54 mg
Magnez	378,69 mg
Fosfor	1627,49 mg
Wapń	1540,96 mg
Potas	4983,05 mg
Sód	2099,11 mg
Błonnik pokarmowy	30,09 g
Cukry proste	22,14 g
Węglowodany	323,75 g
Cholesterol	130,35 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,30 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,38 g
Tłuszcze nienasycone	41,46 g
Tłuszcze nasycone	27,62 g
Tłuszcze	72,60 g
Białka	93,38 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.04.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Kompot, pulpet z ryby gotowany *(glu, ryb, jaj), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja kurze całe *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, kasza kukurydziana - 25g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 65g, Ziemniaki, średnio - 640g, Woda - 550ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, miruna ryba - 90g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, mieszanka warzywna - 180g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Jaja kurze całe - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	serek wiejski z dodatkiem owocowym - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2382,20 kCal
Witamina C	181,21 mg
Witamina B12	4,32 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,11 mg
Niacyna	17,29 mg
Witamina B2	2,47 mg
Witamina B1	1,33 mg
Witamina E	12,05 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,76 mg
Skrobia	195,39 mg
Sól	3946,00 mg
Mangan	3,12 mg
Miedź	1,58 mg
Cynk	9,69 mg
Żelazo	12,09 mg
Magnez	363,15 mg
Fosfor	1634,70 mg
Wapń	909,90 mg
Potas	5676,55 mg
Sód	1580,60 mg
Błonnik pokarmowy	33,07 g
Cukry proste	35,16 g
Węglowodany	345,40 g
Cholesterol	473,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,53 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,65 g
Tłuszcze nienasycone	35,76 g
Tłuszcze nasycone	26,50 g
Tłuszcze	67,15 g
Białka	108,76 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.04.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	~	zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle), Szczypiorek	Jabłko	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Ryba gotowana, Kompot, surówka z kapusty pekińskiej, Ziemniaki gotowane	kanapka z ogórkiem kiszonym	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja kurze całe *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	U	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 20g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 100g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g, Szczypiorek - 15g	Jabłko - 150g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Ziemniaki, średnio - 640g, Woda - 550ml, miruna ryba - 120g, Olej rzepakowy - 20g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kapusta pekińska - 45g, Papryka czerwona - 25g, Kukurydza, konserwowa - 15g, Cebula - 15g, Koper ogrodowy - 3g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, margaryna Lactima 10g - 5g, Ogórek kwaszony - 20g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja kurze całe - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2337,84 kCal
Witamina C	264,15 mg
Witamina B12	2,96 µg
Foliany	0,57 mg
Witamina B6	3,57 mg
Niacyna	19,16 mg
Witamina B2	2,09 mg
Witamina B1	1,44 mg
Witamina E	19,61 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,22 mg
Skrobia	225,70 mg
Sól	3739,30 mg
Mangan	6,41 mg
Miedź	1,96 mg
Cynk	11,91 mg
Żelazo	14,82 mg
Magnez	428,93 mg
Fosfor	1660,13 mg
Wapń	752,36 mg
Potas	6309,96 mg
Sód	1647,07 mg
Błonnik pokarmowy	39,60 g
Cukry proste	30,87 g
Węglowodany	334,34 g
Cholesterol	398,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	18,34 g
Tłuszcze jednonienasycone	32,52 g
Tłuszcze nienasycone	50,86 g
Tłuszcze nasycone	16,62 g
Tłuszcze	72,98 g
Białka	104,23 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.04.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	kielbasa podwawelska *(gor, glu), zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata, Ser topiony, edamski	zupa barszcz ukraiński zabieleny 400ml, gulasz z żołądków drobiowych, Kasza gryczana, gotowana, Kompot, surówka z ogórka kiszzonego	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Mielonka (Luncheon meat), Rzodkiewka, Sałata	Jogurt morelowy, 1,5% tłuszczu
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 50g, kielbasa podwawelska - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 5g, Ser topiony, edamski - 15g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 21g, ocet - 1g, Burak - 80g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 290g, Fasola biała, nasiona suche - 20g, Marchew - 130g, Kapusta biała - 15g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 2g, Żołądek kurczaka - 120g, Olej rzepakowy - 14g, Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ogórek kwaszony - 80g, Cebula - 30g, Musztarda - 2g, Kasza gryczana, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mielonka (Luncheon meat) - 50g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 5g	Jogurt morelowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2273,57 kCal
Witamina C	167,16 mg
Witamina B12	3,54 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	2,63 mg
Niacyna	20,00 mg
Witamina B2	1,99 mg
Witamina B1	1,62 mg
Witamina E	12,81 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,96 mg
Skrobia	210,46 mg
Sól	6758,96 mg
Mangan	6,04 mg
Miedź	1,85 mg
Cynk	16,02 mg
Żelazo	17,85 mg
Magnez	524,62 mg
Fosfor	1820,40 mg
Wapń	1141,89 mg
Potas	5017,30 mg
Sód	2701,85 mg
Błonnik pokarmowy	33,92 g
Cukry proste	12,98 g
Węglowodany	320,49 g
Cholesterol	263,25 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,34 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,06 g
Tłuszcze nienasycone	44,21 g
Tłuszcze nasycone	24,48 g
Tłuszcze	73,42 g
Białka	99,31 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.04.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	zupa mleczna z makaronem 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa barszcz czerwony zabieleny 400ml, schab duszony w sosie własnym, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Banan
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 60g, Olej rzepakowy - 5g, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g	Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Koper ogrodowy - 2g, Burak - 80g, Marchew - 60g, Ziemniaki, średnio - 690g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Olej rzepakowy - 5g, Kalafior, mrożony - 160g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 220ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 30g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Banan - 200g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2393,19 kCal
Witamina C	254,95 mg
Witamina B12	3,27 µg
Foliany	0,57 mg
Witamina B6	4,56 mg
Niacyna	29,94 mg
Witamina B2	2,32 mg
Witamina B1	2,50 mg
Witamina E	14,02 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,79 mg
Skrobia	212,41 mg
Sól	4636,57 mg
Mangan	4,58 mg
Miedź	1,86 mg
Cynk	10,25 mg
Żelazo	13,43 mg
Magnez	471,11 mg
Fosfor	1573,90 mg
Wapń	908,84 mg
Potas	7143,62 mg
Sód	1852,17 mg
Błonnik pokarmowy	34,02 g
Cukry proste	32,66 g
Węglowodany	349,82 g
Cholesterol	130,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,66 g
Tłuszcze jednonienasycone	25,60 g
Tłuszcze nienasycone	41,26 g
Tłuszcze nasycone	25,52 g
Tłuszcze	72,07 g
Białka	103,55 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.04.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	zupa mleczna z makaronem 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	kanapka z pomidorem	zupa barszcz czerwony zabieleny 400ml, schab duszony w sosie własnym, Kasza gryczana, gotowana, Kompot, surówka z ogórka kiszzonego	Jabłko	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata, schab wiśniowy *(soj)	serek wiejski lekki *(mle)
	⊂	Makaron bezjajeczny *(glu) - 35g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 50g, Olej rzepakowy - 5g, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, margaryna Lactima 10g - 5g, Sałata - 5g	Burak - 60g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 2g, Koper ogrodowy - 2g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 290g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 140g, Olej rzepakowy - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ogórek kwaszony - 60g, Marchew - 50g, Cebula - 30g, Kasza gryczana, gotowana - 140g	Jabłko - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 240ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 5g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2216,64 kCal
Witamina C	160,97 mg
Witamina B12	3,14 µg
Foliany	0,35 mg
Witamina B6	3,01 mg
Niacyna	24,63 mg
Witamina B2	1,87 mg
Witamina B1	2,34 mg
Witamina E	12,88 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,39 mg
Skrobia	182,54 mg
Sól	6757,58 mg
Mangan	7,26 mg
Miedź	1,69 mg
Cynk	13,11 mg
Żelazo	13,83 mg
Magnez	496,21 mg
Fosfor	1677,95 mg
Wapń	875,64 mg
Potas	4835,57 mg
Sód	3079,62 mg
Błonnik pokarmowy	35,06 g
Cukry proste	26,67 g
Węglowodany	298,31 g
Cholesterol	129,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,72 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,16 g
Tłuszcze nienasycone	37,88 g
Tłuszcze nasycone	24,82 g
Tłuszcze	69,65 g
Białka	116,32 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.04.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	Kasza manna na mleku, surówka z marchewki tartej, Kabanosy dębowe, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, surówka z warzyw mieszanych, Kompot, kotlet schabowy, Ziemniaki gotowane	kielbasa żywiecka, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, sałatka ryżowo warzywna 140g, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Kiwi
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kasza manna *(glu) - 25g, Woda - 100ml, Marchew - 80g, Kabanosy dębowe - 100g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 4g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Kapusta biała - 90g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Cebula - 10g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 100g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Bułka tarta *(glu) - 15g, Olej rzepakowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 400g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 150ml, Kawa zbożowa *(glu) - 10g, Ryż biały - 50g, Papryka czerwona - 40g, Kukurydza, konserwowa - 10g, Ogórki, konserwowe - 40g, jogurt typ grecki *(mle) - 10ml, Majonez domowy z olejem rzepakowym *(jaj) - 5g, Pietruszka, liście - 3g, kielbasa żywiecka - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Kiwi - 80g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2332,53 kCal
Witamina C	260,43 mg
Witamina B12	2,55 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	3,23 mg
Niacyna	23,78 mg
Witamina B2	1,74 mg
Witamina B1	2,02 mg
Witamina E	13,28 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,43 mg
Skrobia	234,85 mg
Sól	6154,26 mg
Mangan	5,21 mg
Miedź	1,67 mg
Cynk	10,80 mg
Żelazo	12,20 mg
Magnez	379,63 mg
Fosfor	1429,08 mg
Wapń	805,11 mg
Potas	5165,55 mg
Sód	2460,04 mg
Błonnik pokarmowy	35,72 g
Cukry proste	25,72 g
Węglowodany	343,88 g
Cholesterol	151,45 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,45 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,88 g
Tłuszcze nienasycone	44,99 g
Tłuszcze nasycone	24,40 g
Tłuszcze	72,67 g
Białka	92,98 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.04.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	~	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopočka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, ryż gotowany, brokuł gotowany, Kompot	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Kasza manna *(glu) - 35g, Chleb wiejski - 75g, Jabłko - 150g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, polędwica sopočka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 35g, Marchew - 120g, Pietruszka, korzeń - 35g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Pietruszka, liście - 7g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, mięso gulaszowe z indyka - 100g, Ryż biały - 60g, Brokuły, mrożone - 180g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 100g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2306,03 kCal
Witamina C	191,40 mg
Witamina B12	2,23 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	2,20 mg
Niacyna	10,69 mg
Witamina B2	2,25 mg
Witamina B1	1,04 mg
Witamina E	12,18 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,11 mg
Skrobia	196,71 mg
Sól	6040,26 mg
Mangan	4,14 mg
Miedź	1,15 mg
Cynk	8,01 mg
Żelazo	11,36 mg
Magnez	304,38 mg
Fosfor	1116,68 mg
Wapń	953,21 mg
Potas	3787,90 mg
Sód	2563,93 mg
Błonnik pokarmowy	30,82 g
Cukry proste	45,54 g
Węglowodany	322,68 g
Cholesterol	186,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,05 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,13 g
Tłuszcze nienasycone	32,99 g
Tłuszcze nasycone	29,05 g
Tłuszcze	70,59 g
Białka	107,13 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.04.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	→	zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	Jabłko	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, surówka z warzyw mieszanych, Kompot, Ziemniaki gotowane	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, sałatka ryżowo warzywna 140g, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kanapka z serem żółtym
	↺	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 100g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Ogórek - 80g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Makaron bezglutenowy *(glu) - 25g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 35g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Pietruszka, liście - 7g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, mięso gulaszowe z indyka - 100g, Kapusta biała - 60g, Cebula - 10g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Olej rzepakowy - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 350g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Ryż biały - 50g, Papryka czerwona - 10g, Kukurydza, konserwowa - 5g, Ogórki, konserwowe - 5g, jogurt typ grecki *(mle) - 5ml, Pietruszka, liście - 5g, szynka z kotła - 30g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 1g, Pomidor - 70g, Sałata - 5g	Chleb wiejski *(glu) - 50g, Ser, edamski tłusty - 50g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x5)(5):
Kalorie	2469,43 kCal
Witamina C	223,34 mg
Witamina B12	2,63 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	3,39 mg
Niacyna	16,30 mg
Witamina B2	2,30 mg
Witamina B1	1,32 mg
Witamina E	16,84 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,98 mg
Skrobia	235,80 mg
Sól	6321,95 mg
Mangan	6,16 mg
Miedź	1,83 mg
Cynk	11,36 mg
Żelazo	13,96 mg
Magnez	421,72 mg
Fosfor	1542,54 mg
Wapń	1252,31 mg
Potas	5454,40 mg
Sód	2629,93 mg
Błonnik pokarmowy	39,09 g
Cukry proste	28,42 g
Węglowodany	349,36 g
Cholesterol	188,11 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,47 g
Tłuszcze jednonienasycone	29,14 g
Tłuszcze nienasycone	44,85 g
Tłuszcze nasycone	24,77 g
Tłuszcze	78,57 g
Białka	108,14 g