

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.04.2026, PONIEDZIAŁEK

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSIŁEK WIECZORNY</b>
Żywienie podstawowe (x3)(3):	~	galaretką drobiową 50g *(soj, oz, ryb), Kasza manna na mleku, polędwica z majerankiem, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	zupa biały barszcz 400ml, bigos *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Kompot	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 80g, Marchew - 20g, Żelatyna - 4g, Woda - 100ml, Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Ziemniaki, średnio - 200g, kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Pietruszka, korzeń - 25g, Marchew - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 2g, kielbasa śląska *(gor, glu, sel) - 35g, Wieprzowina, łopatka - 65g, Woda - 400ml, Kapusta biała - 300g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb wiejski - 75g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

\*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, oz - Orzeszki ziemne, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2171,64 kCal
Witamina C	272,80 mg
Witamina B12	4,89 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	2,52 mg
Niacyna	18,49 mg
Witamina B2	2,50 mg
Witamina B1	1,73 mg
Witamina E	14,42 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,51 mg
Skrobia	180,21 mg
Sól	7114,81 mg
Mangan	6,36 mg
Miedź	1,55 mg
Cynk	13,88 mg
Żelazo	12,88 mg
Magnez	407,39 mg
Fosfor	1766,46 mg
Wapń	1254,00 mg
Potas	4735,52 mg
Sód	2843,91 mg
Błonnik pokarmowy	33,84 g
Cukry proste	20,80 g
Węglowodany	294,23 g
Cholesterol	369,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,05 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,56 g
Tłuszcze nienasycone	41,13 g
Tłuszcze nasycone	26,84 g
Tłuszcze	72,68 g
Białka	111,95 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.04.2026, PONIEDZIAŁEK

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa biały barszcz 400ml, surówka z marchewki tartej, Kompot, pierogi leniwe *(glu, jaj, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Woda - 100ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Ziemniaki, średnio - 150g, kiełbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Olej rzepakowy - 10g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Cukier - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 80g, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 400g, Skrobia ziemniaczana - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 240ml, szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	serek wiejski z dodatkiem owocowym - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2273,12 kCal
Witamina C	130,87 mg
Witamina B12	2,80 µg
Foliany	0,37 mg
Witamina B6	2,55 mg
Niacyna	14,67 mg
Witamina B2	1,94 mg
Witamina B1	1,18 mg
Witamina E	13,27 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,29 mg
Skrobia	218,52 mg
Sól	5811,79 mg
Mangan	3,30 mg
Miedź	1,46 mg
Cynk	8,01 mg
Żelazo	9,82 mg
Magnez	342,83 mg
Fosfor	1346,83 mg
Wapń	943,82 mg
Potas	4881,57 mg
Sód	2324,19 mg
Błonnik pokarmowy	29,65 g
Cukry proste	38,62 g
Węglowodany	337,22 g
Cholesterol	84,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,27 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,03 g
Tłuszcze nienasycone	39,89 g
Tłuszcze nasycone	25,76 g
Tłuszcze	68,71 g
Białka	91,54 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.04.2026, PONIEDZIAŁEK

		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, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	kanapka z pomidorem	zupa biały barszcz 400ml, bigos *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kompot	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	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, Ogórek, Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	↺	Olej rzepakowy - 5g, Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Ziemniaki, średnio - 150g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Chleb żytni razowy *(glu) - 60g, Pomidor - 30g, Sałata - 5g	Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Mąka pszenna, typ 550 - 10g, Marchew - 20g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 200g, kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 30g, Smietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Kapusta kwaszona - 100g, Kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 35g, Cebula - 15g, Wieprzowina, łopatka - 60g, Woda - 400ml, Olej rzepakowy - 5g, Kapusta biała - 300g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 50g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x5)(5):
Kalorie	2406,39 kCal
Witamina C	335,73 mg
Witamina B12	2,64 µg
Foliany	0,57 mg
Witamina B6	3,19 mg
Niacyna	20,68 mg
Witamina B2	2,29 mg
Witamina B1	1,99 mg
Witamina E	19,27 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,61 mg
Skrobia	220,47 mg
Sól	9210,86 mg
Mangan	9,71 mg
Miedź	1,91 mg
Cynk	16,64 mg
Żelazo	15,99 mg
Magnez	494,21 mg
Fosfor	1739,04 mg
Wapń	1149,09 mg
Potas	5846,98 mg
Sód	4060,07 mg
Błonnik pokarmowy	48,95 g
Cukry proste	28,38 g
Węglowodany	358,04 g
Cholesterol	95,43 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,13 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,42 g
Tłuszcze nienasycone	40,88 g
Tłuszcze nasycone	22,44 g
Tłuszcze	67,94 g
Białka	114,73 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.04.2026, WTOREK

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Banan, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, Kompot, Kotlet mielony, surówka z czerwonej kapusty, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Mielonka (Luncheon meat), Papryka czerwona, Sałata, sałatka makaronowa I	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 4g, Banan - 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	Kasza manna *(glu) - 15g, Ziemniaki, średnio - 480g, Marchew - 60g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 15g, Bułka tarta *(glu) - 5g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Olej rzepakowy - 7g, Cebula - 50g, Musztarda - 1g, Kapusta czerwona - 90g, Jabłko - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 240ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 40g, Papryka czerwona - 65g, Ogórek - 25g, Majonez domowy z olejem rzepakowym *(jaj) - 5g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 20g, Koper ogrodowy - 3g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mielonka (Luncheon meat) - 30g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2377,73 kCal
Witamina C	265,15 mg
Witamina B12	3,72 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	3,55 mg
Niacyna	21,67 mg
Witamina B2	2,48 mg
Witamina B1	2,02 mg
Witamina E	14,52 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,87 mg
Skrobia	209,43 mg
Sól	3905,65 mg
Mangan	5,97 mg
Miedź	1,83 mg
Cynk	13,11 mg
Żelazo	12,63 mg
Magnez	437,57 mg
Fosfor	1691,84 mg
Wapń	988,62 mg
Potas	5670,82 mg
Sód	1533,21 mg
Błonnik pokarmowy	33,85 g
Cukry proste	46,95 g
Węglowodany	362,02 g
Cholesterol	190,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,88 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,70 g
Tłuszcze nienasycone	38,18 g
Tłuszcze nasycone	24,04 g
Tłuszcze	66,34 g
Białka	99,12 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.04.2026, WTOREK

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	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, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	Kiwi
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki owsiane - 25g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 4g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Marchew - 60g, Ziemniaki, średnio - 590g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, Kasza manna *(glu) - 25g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Fasola szparagowa - 100g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 15g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Schab w sosie własnym, pieczony - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 240ml, Chleb wiejski - 75g, Jabłko - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Kiwi - 75g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2289,52 kCal
Witamina C	231,94 mg
Witamina B12	3,48 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	3,44 mg
Niacyna	26,68 mg
Witamina B2	2,29 mg
Witamina B1	2,22 mg
Witamina E	15,22 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,75 mg
Skrobia	217,10 mg
Sól	3852,32 mg
Mangan	4,37 mg
Miedź	1,80 mg
Cynk	10,95 mg
Żelazo	13,21 mg
Magnez	426,96 mg
Fosfor	1720,89 mg
Wapń	981,66 mg
Potas	6094,49 mg
Sód	1539,28 mg
Błonnik pokarmowy	30,69 g
Cukry proste	26,77 g
Węglowodany	321,67 g
Cholesterol	138,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,72 g
Tłuszcze jednonienasycone	27,87 g
Tłuszcze nienasycone	44,25 g
Tłuszcze nasycone	22,57 g
Tłuszcze	70,97 g
Białka	105,63 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.04.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	→	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, Sałata, Szczypiorek, twaróg z zieleniną	kisiel 300ml	zupa grycikowa 400ml, pulpet gotowany w sosie koperkowym, Kompot, surówka z czerwonej kapusty, Ziemniaki gotowane	kanapka z ogórkiem	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata, sałatka makaronowa I	serek wiejski lekki *(mle)
	↻	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 4g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Szczypiorek - 10g	Kisiel w proszku - 30g, Woda - 300ml	Kasza manna *(glu) - 15g, Ziemniaki, średnio - 520g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 3g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 5g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel) - 40g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kapusta czerwona - 60g, Cebula - 30g, Jabłko - 50g, Musztarda - 1g, Olej rzepakowy - 2g	Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ogórek - 25g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 240ml, Ogórek - 25g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 15g, Koper ogrodowy - 3g, Papryka czerwona - 65g, Makaron dwujajeczny z semoliny - 30g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x5)(5):
Kalorie	2402,60 kCal
Witamina C	257,33 mg
Witamina B12	4,20 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	3,32 mg
Niacyna	20,82 mg
Witamina B2	2,58 mg
Witamina B1	1,97 mg
Witamina E	13,92 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,44 mg
Skrobia	221,86 mg
Sól	4724,50 mg
Mangan	7,65 mg
Miedź	1,93 mg
Cynk	14,81 mg
Żelazo	14,83 mg
Magnez	457,35 mg
Fosfor	1865,66 mg
Wapń	1009,40 mg
Potas	5589,40 mg
Sód	2241,59 mg
Błonnik pokarmowy	36,34 g
Cukry proste	22,55 g
Węglowodany	354,31 g
Cholesterol	348,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,31 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,87 g
Tłuszcze nienasycone	33,29 g
Tłuszcze nasycone	25,70 g
Tłuszcze	65,49 g
Białka	116,80 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.04.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	Makaron na mleku 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, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	Kasza gryczana, gotowana, kisiel 300ml, Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), surówka z kapusty białej, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Kabanosy dębowe, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Kiwi
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 35g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, 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, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Kisiel w proszku - 15g, Woda - 400ml, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 120g, Kapusta biała - 90g, Olej rzepakowy - 2g, Marchew - 100g, Cebula - 15g, Kukurydza, konserwowa - 20g, Koper ogrodowy - 4g, ocet - 1g, Cukier - 2g, Ziemniaki, średnio - 200g, Pietruszka, korzeń - 15g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Kalafior, mrożony - 30g, Kasza gryczana, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 240ml, Kabanosy dębowe - 100g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Kiwi - 75g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2128,21 kCal
Witamina C	174,57 mg
Witamina B12	2,51 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	2,08 mg
Niacyna	12,00 mg
Witamina B2	1,71 mg
Witamina B1	1,22 mg
Witamina E	10,04 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,17 mg
Skrobia	185,09 mg
Sól	8177,98 mg
Mangan	5,15 mg
Miedź	1,40 mg
Cynk	9,52 mg
Żelazo	10,56 mg
Magnez	413,41 mg
Fosfor	1371,54 mg
Wapń	1028,83 mg
Potas	4040,33 mg
Sód	3269,95 mg
Błonnik pokarmowy	28,49 g
Cukry proste	19,91 g
Węglowodany	303,32 g
Cholesterol	69,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,07 g
Tłuszcze jednonienasycone	11,99 g
Tłuszcze nienasycone	36,41 g
Tłuszcze nasycone	24,33 g
Tłuszcze	65,12 g
Białka	95,10 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.04.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	Makaron na mleku 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka wyborowa *(gor, glu, sel)	Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), marchewka gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt morelowy, 1,5% tłuszczu
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Woda - 100ml, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka wyborowa - 50g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 120g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Marchew - 200g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Pietruszka, korzeń - 15g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Koper ogrodowy - 2g, Kalafior, mrożony - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt morelowy, 1,5% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	1947,46 kCal
Witamina C	147,08 mg
Witamina B12	3,00 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	3,08 mg
Niacyna	19,09 mg
Witamina B2	2,07 mg
Witamina B1	1,34 mg
Witamina E	10,01 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,02 mg
Skrobia	181,38 mg
Sól	5795,31 mg
Mangan	3,29 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	9,36 mg
Żelazo	10,84 mg
Magnez	368,63 mg
Fosfor	1456,82 mg
Wapń	969,53 mg
Potas	5457,42 mg
Sód	2172,29 mg
Błonnik pokarmowy	28,56 g
Cukry proste	15,46 g
Węglowodany	295,41 g
Cholesterol	210,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,49 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,57 g
Tłuszcze nienasycone	27,33 g
Tłuszcze nasycone	19,06 g
Tłuszcze	50,91 g
Białka	91,34 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.04.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	~	Makaron na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	kanapka z papryką	Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), surówka z warzyw mieszanych, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Jabłko	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	⊂	Makaron bezjajeczny *(glu) - 30g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 45g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Sałata - 2g, Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Papryka czerwona - 25g	Mięso z ud karczaka, bez skóry - 150g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Kapusta biała - 60g, Marchew - 50g, Cebula - 10g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 7g, Olej rzepakowy - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 600g, Kalafior, mrożony - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g	Jabłko - 120g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 45g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 50g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2293,78 kCal
Witamina C	234,83 mg
Witamina B12	2,79 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	3,46 mg
Niacyna	20,89 mg
Witamina B2	2,08 mg
Witamina B1	1,48 mg
Witamina E	13,43 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,66 mg
Skrobia	204,65 mg
Sól	5884,96 mg
Mangan	6,37 mg
Miedź	1,83 mg
Cynk	12,14 mg
Żelazo	12,78 mg
Magnez	434,06 mg
Fosfor	1651,89 mg
Wapń	979,31 mg
Potas	5915,95 mg
Sód	2291,72 mg
Błonnik pokarmowy	35,42 g
Cukry proste	29,60 g
Węglowodany	333,75 g
Cholesterol	232,65 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,22 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,19 g
Tłuszcze nienasycone	37,61 g
Tłuszcze nasycone	21,42 g
Tłuszcze	64,52 g
Białka	111,91 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.04.2026, CZWARTEK

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
Żywienie podstawowe (x3)(3):	J	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa jarzynowa 400ml, schab duszony w sosie własnym, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	Krakowska parzona, marmolada wieloowocowa, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Marchew - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Ziemniaki, średnio - 400g, Woda - 600ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Olej rzepakowy - 10g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Mąka pszenna, typ 550 - 10g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Krakowska parzona - 40g, marmolada wieloowocowa - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2147,97 kCal
Witamina C	121,73 mg
Witamina B12	3,96 µg
Foliany	0,37 mg
Witamina B6	3,01 mg
Niacyna	24,25 mg
Witamina B2	2,34 mg
Witamina B1	2,10 mg
Witamina E	11,85 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,29 mg
Skrobia	160,02 mg
Sól	5008,24 mg
Mangan	3,99 mg
Miedź	1,40 mg
Cynk	10,60 mg
Żelazo	11,67 mg
Magnez	371,52 mg
Fosfor	1689,52 mg
Wapń	976,19 mg
Potas	4757,40 mg
Sód	2001,97 mg
Błonnik pokarmowy	28,50 g
Cukry proste	34,35 g
Węglowodany	286,04 g
Cholesterol	148,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,40 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,87 g
Tłuszcze nienasycone	40,82 g
Tłuszcze nasycone	24,59 g
Tłuszcze	68,89 g
Białka	111,95 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.04.2026, CZWARTEK

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	marmolada wieloowocowa, szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Mus owocowy Tropical Vibes Tymbark
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 35g, polędwica miodowa Ł - 50g, Chleb wiejski - 75g, Jabłko - 80g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	mieszanka warzywna - 30g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 8g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ryż biały - 30g, Bułka tarta *(glu) - 5g, Wieprzowina, łopatka - 110g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 220ml, marmolada wieloowocowa - 40g, szynka gotowana wieprzowa - 40g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Cytryna - 4g, Figi, suszone - 12g, Jabłko - 172g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2197,89 kCal
Witamina C	207,91 mg
Witamina B12	2,87 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,89 mg
Niacyna	21,87 mg
Witamina B2	1,90 mg
Witamina B1	1,85 mg
Witamina E	9,86 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,58 mg
Skrobia	203,63 mg
Sól	4967,26 mg
Mangan	3,99 mg
Miedź	1,55 mg
Cynk	10,91 mg
Żelazo	12,73 mg
Magnez	378,90 mg
Fosfor	1410,47 mg
Wapń	853,53 mg
Potas	5367,34 mg
Sód	1625,49 mg
Błonnik pokarmowy	33,83 g
Cukry proste	52,16 g
Węglowodany	348,67 g
Cholesterol	137,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,35 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,57 g
Tłuszcze nienasycone	31,37 g
Tłuszcze nasycone	23,36 g
Tłuszcze	59,29 g
Białka	85,51 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.04.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	→	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Jabłko	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	kanapka z ogórkiem	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	U	Płatki jęczmienne *(glu) - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Marchew - 50g, Olej rzepakowy - 5g, polędwica miodowa Ł - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, mieszanka warzywna - 25g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Ziemniaki, średnio - 450g, Woda - 500ml, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, łopatką - 180g, Ryż biały - 15g, Bułka tarta *(glu) - 20g, Marchew - 20g	Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ogórek - 20g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x5)(5):
Kalorie	2278,27 kCal
Witamina C	238,84 mg
Witamina B12	4,95 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	3,21 mg
Niacyna	24,96 mg
Witamina B2	2,50 mg
Witamina B1	2,29 mg
Witamina E	14,24 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,11 mg
Skrobia	185,57 mg
Sól	5825,30 mg
Mangan	6,01 mg
Miedź	1,68 mg
Cynk	14,75 mg
Żelazo	14,07 mg
Magnez	435,03 mg
Fosfor	1787,57 mg
Wapń	1145,63 mg
Potas	5735,53 mg
Sód	1968,33 mg
Błonnik pokarmowy	34,81 g
Cukry proste	24,14 g
Węglowodany	306,74 g
Cholesterol	201,35 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,50 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,89 g
Tłuszcze nienasycone	41,83 g
Tłuszcze nasycone	27,93 g
Tłuszcze	75,22 g
Białka	110,03 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.04.2026, PIĄTEK

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	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, Miód pszczeli *(Miód), Pomidor, Sałata, Ser, edamski tłusty	zupa zacierkowa z fasolą, buraczki duszone, gołąbek w sosie, Kompot, Ziemniaki gotowane	Baleron wieprzowy, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Sok marchwiowo-brzoskwiniowo-jabłkowy
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ryż biały - 25g, 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, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser, edamski tłusty - 40g	Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 7g, Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Fasola biała, nasiona suche - 20g, Burak - 180g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 15g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Kapusta biała - 220g, Ryż biały - 30g, Koper ogrodowy - 3g, Mintaj, świeży - 100g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Baleron wieprzowy - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 5g	Sok marchwiowo-brzoskwiniowo-jabłkowy - 200g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2353,32 kCal
Witamina C	264,50 mg
Witamina B12	6,70 µg
Foliany	0,69 mg
Witamina B6	2,91 mg
Niacyna	17,68 mg
Witamina B2	2,24 mg
Witamina B1	1,55 mg
Witamina E	16,83 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,47 mg
Skrobia	212,91 mg
Sól	4104,87 mg
Mangan	6,28 mg
Miedź	1,94 mg
Cynk	13,22 mg
Żelazo	16,62 mg
Magnez	477,20 mg
Fosfor	1953,21 mg
Wapń	1411,50 mg
Potas	6303,47 mg
Sód	1963,06 mg
Błonnik pokarmowy	38,80 g
Cukry proste	24,08 g
Węglowodany	368,96 g
Cholesterol	398,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,65 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,76 g
Tłuszcze nienasycone	33,75 g
Tłuszcze nasycone	24,54 g
Tłuszcze	62,61 g
Białka	97,75 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.04.2026, PIĄTEK

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	zupa mleczna z ryżem 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 zacierkowa, Kompot, potrawka rybna *(ryb), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Pomidor, Sałata	Napój mleczny jogurtowy
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, 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	Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 17g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 600g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 40g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, miruna ryba - 90g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 45g, mieszanka warzywna - 180g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 240ml, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 30g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Napój mleczny jogurtowy - 250g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2384,29 kCal
Witamina C	214,16 mg
Witamina B12	4,68 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	3,52 mg
Niacyna	19,93 mg
Witamina B2	2,87 mg
Witamina B1	1,54 mg
Witamina E	11,97 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,23 mg
Skrobia	215,09 mg
Sól	4096,87 mg
Mangan	3,68 mg
Miedź	1,77 mg
Cynk	11,25 mg
Żelazo	13,29 mg
Magnez	434,36 mg
Fosfor	1946,65 mg
Wapń	1385,24 mg
Potas	6694,67 mg
Sód	1688,87 mg
Błonnik pokarmowy	36,33 g
Cukry proste	24,20 g
Węglowodany	369,10 g
Cholesterol	333,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,97 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,19 g
Tłuszcze nienasycone	29,91 g
Tłuszcze nasycone	23,85 g
Tłuszcze	58,00 g
Białka	108,03 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.04.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	J	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, Pomidor, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Jabłko	zupa zacierkowa, gołąbek w sosie, Kompot, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ryż biały - 25g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Jabłko - 130g	Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 7g, Koper ogrodowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 40g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Kapusta biała - 220g, Ryż biały - 30g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Mintaj, świeży - 90g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	kiełbasa szynkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 2g, Sałata - 2g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 240ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 35g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x5)(5):
Kalorie	2304,39 kCal
Witamina C	261,80 mg
Witamina B12	8,06 µg
Foliany	0,54 mg
Witamina B6	3,03 mg
Niacyna	16,78 mg
Witamina B2	3,19 mg
Witamina B1	1,58 mg
Witamina E	15,37 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,64 mg
Skrobia	204,84 mg
Sól	4186,62 mg
Mangan	5,45 mg
Miedź	1,67 mg
Cynk	14,26 mg
Żelazo	13,61 mg
Magnez	468,33 mg
Fosfor	2209,41 mg
Wapń	1514,47 mg
Potas	6307,33 mg
Sód	1672,48 mg
Błonnik pokarmowy	36,98 g
Cukry proste	32,61 g
Węglowodany	340,90 g
Cholesterol	554,22 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,40 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,53 g
Tłuszcze nienasycone	32,09 g
Tłuszcze nasycone	23,90 g
Tłuszcze	60,94 g
Białka	112,53 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.04.2026, SOBOTA

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSIŁEK WIECZORNY</b>
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Kiełbasa podwawelska, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata, Ser topiony, edamski	zupa brokułowa 400ml, Wątróbka duszona, Kompot, surówka z ogórka kiszzonego, Ziemniaki gotowane	kiełbasa żywiecka, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata, twaróg z zielenią	Banan
	G	kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Kiełbasa podwawelska - 50g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g, Ser topiony, edamski - 10g	Brokuły, mrożone - 45g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 100g, Woda - 500ml, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Koper ogrodowy - 2g, Wątroba wieprzowa - 130g, Cebula - 50g, Olej rzepakowy - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Papryka czerwona - 40g, Musztarda - 2g, Ogórek kwaszony - 40g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 40g, Koper ogrodowy - 4g, kiełbasa żywiecka - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 5g	Banan - 120g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2151,38 kCal
Witamina C	295,62 mg
Witamina B12	35,35 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	4,17 mg
Niacyna	38,77 mg
Witamina B2	5,93 mg
Witamina B1	1,53 mg
Witamina E	11,13 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	19,54 mg
Skrobia	170,82 mg
Sól	5593,18 mg
Mangan	5,15 mg
Miedź	2,37 mg
Cynk	16,02 mg
Żelazo	32,91 mg
Magnez	435,88 mg
Fosfor	1867,31 mg
Wapń	957,64 mg
Potas	5766,91 mg
Sód	2234,97 mg
Błonnik pokarmowy	31,19 g
Cukry proste	25,45 g
Węglowodany	303,50 g
Cholesterol	577,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,28 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,60 g
Tłuszcze nienasycone	36,74 g
Tłuszcze nasycone	25,72 g
Tłuszcze	66,35 g
Białka	99,92 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.04.2026, SOBOTA

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	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, szynka wyborowa *(gor, glu, sel)	zupa brokułowa 400ml, gulasz z podrobów wieprzowych, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Marchew - 120g, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka wyborowa - 50g	Brokuły, mrożone - 30g, Ziemniaki, średnio - 670g, Marchew - 60g, Woda - 600ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Koper ogrodowy - 2g, ozory wieprzowe - 150g, Pietruszka, liście - 2g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 30g, Chleb wiejski - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2365,69 kCal
Witamina C	235,63 mg
Witamina B12	2,52 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,24 mg
Niacyna	18,26 mg
Witamina B2	1,93 mg
Witamina B1	1,45 mg
Witamina E	8,56 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,64 mg
Skrobia	201,91 mg
Sól	5117,97 mg
Mangan	3,64 mg
Miedź	1,58 mg
Cynk	8,12 mg
Żelazo	15,88 mg
Magnez	402,91 mg
Fosfor	1310,15 mg
Wapń	924,79 mg
Potas	6131,17 mg
Sód	2255,22 mg
Błonnik pokarmowy	32,63 g
Cukry proste	37,45 g
Węglowodany	337,65 g
Cholesterol	229,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,23 g
Tłuszcze jednonienasycone	12,41 g
Tłuszcze nienasycone	22,50 g
Tłuszcze nasycone	29,58 g
Tłuszcze	71,91 g
Białka	105,01 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.04.2026, SOBOTA

		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, Papryka czerwona, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	zupa brokułowa 400ml, gulasz z podrobów wieprzowych, Kompot, surówka z ogórka kiszzonego, Ziemniaki gotowane	kanapka z serem żółtym	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta mięsno-jarzynowa, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj)	Jabłko
	⊂	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 100g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 50g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Ziemniaki, średnio - 540g, Marchew - 80g, Woda - 600ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Koper ogrodowy - 2g, Brokuły, mrożone - 30g, ozory wieprzowe - 90g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, liście - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Papryka czerwona - 40g, Ogórek kwaszony - 35g, Cebula - 20g, Olej rzepakowy - 5g	Chleb wiejski *(glu) - 25g, Ser, edamski tłusty - 15g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 240ml, Noga (udo) kurczaka - 60g, mieszanka warzywna - 20g, Schab Wiśniowy *(soj) - 30g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2168,82 kCal
Witamina C	319,50 mg
Witamina B12	2,27 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,67 mg
Niacyna	20,48 mg
Witamina B2	1,84 mg
Witamina B1	1,43 mg
Witamina E	15,49 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,15 mg
Skrobia	205,16 mg
Sól	6283,18 mg
Mangan	6,39 mg
Miedź	1,88 mg
Cynk	11,33 mg
Żelazo	16,35 mg
Magnez	460,29 mg
Fosfor	1528,03 mg
Wapń	935,15 mg
Potas	6342,92 mg
Sód	2609,95 mg
Błonnik pokarmowy	41,06 g
Cukry proste	29,81 g
Węglowodany	321,73 g
Cholesterol	195,35 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,17 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,99 g
Tłuszcze nienasycone	30,80 g
Tłuszcze nasycone	20,95 g
Tłuszcze	65,90 g
Białka	90,70 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.04.2026, NIEDZIELA

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	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, Ogórek, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	Barszcz ukraiński z białą fasolą, Kompot, kotlet pożarski *(glu, jaj, mle), Ryż biały, gotowany, surówka z kapusty pekińskiej	połudwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), 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	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Woda - 100ml, 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, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 120g, Bułka tarta *(glu) - 20g, Olej rzepakowy - 15g, Bułka czerstwa *(glu) - 20g, Kapusta pekińska - 100g, Papryka czerwona - 40g, Kukurydza, konserwowa - 15g, Marchew - 50g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Cebula - 15g, Koper ogrodowy - 3g, Barszcz ukraiński z białą fasolą - 400g, Ryż biały, gotowany - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, połędwica miodowa Ł - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 10g, 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

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2144,19 kCal
Witamina C	139,51 mg
Witamina B12	3,34 µg
Foliany	0,38 mg
Witamina B6	1,96 mg
Niacyna	12,77 mg
Witamina B2	2,22 mg
Witamina B1	0,95 mg
Witamina E	13,94 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,06 mg
Skrobia	160,07 mg
Sól	5173,60 mg
Mangan	4,63 mg
Miedź	1,33 mg
Cynk	11,04 mg
Żelazo	11,12 mg
Magnez	310,97 mg
Fosfor	1571,08 mg
Wapń	888,19 mg
Potas	3363,17 mg
Sód	1684,53 mg
Błonnik pokarmowy	25,77 g
Cukry proste	15,36 g
Węglowodany	276,01 g
Cholesterol	227,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,30 g
Tłuszcze jednonienasycone	25,81 g
Tłuszcze nienasycone	45,53 g
Tłuszcze nasycone	24,28 g
Tłuszcze	74,39 g
Białka	104,91 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.04.2026, NIEDZIELA

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	połędwica z majerankiem, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	zupa barszcz czerwony zabieleny 400ml, kurczak w sosie, ryż gotowany, marchewka gotowana, Kompot	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Banan
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Jaja kurcze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, połędwica z majerankiem - 40g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Burak - 80g, Marchew - 260g, ocet - 2g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 4g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Ziemniaki, średnio - 200g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Koper ogrodowy - 2g, Woda - 500ml, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 2g, Noga (udo) kurczaka - 250g, Olej rzepakowy - 5g, Ryż biały - 150g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 70g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Banan - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2664,96 kCal
Witamina C	147,92 mg
Witamina B12	4,16 µg
Foliany	0,56 mg
Witamina B6	3,59 mg
Niacyna	20,69 mg
Witamina B2	2,69 mg
Witamina B1	1,38 mg
Witamina E	13,28 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	5,13 mg
Skrobia	245,56 mg
Sól	6685,68 mg
Mangan	5,44 mg
Miedź	1,98 mg
Cynk	14,06 mg
Żelazo	14,79 mg
Magnez	435,74 mg
Fosfor	1885,71 mg
Wapń	1068,63 mg
Potas	5811,55 mg
Sód	2672,44 mg
Błonnik pokarmowy	34,13 g
Cukry proste	31,70 g
Węglowodany	392,08 g
Cholesterol	499,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,74 g
Tłuszcze jednonienasycone	27,07 g
Tłuszcze nienasycone	50,26 g
Tłuszcze nasycone	26,14 g
Tłuszcze	83,30 g
Białka	116,08 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.04.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	J	polędwica z majerankiem, 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, Rzodkiewka, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	kurczak w sosie, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), Kompot, Ryż biały, gotowany, surówka z kapusty pekińskiej	Jabłko	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, Papryka czerwona, Sałata	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Woda - 100ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Noga (udo) kurczaka - 250g, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 1g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Marchew - 120g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Olej rzepakowy - 10g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kapusta pekińska - 80g, Papryka czerwona - 25g, Kukurydza, konserwowa - 15g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Cebula - 15g, Koper ogrodowy - 3g, Ryż biały, gotowany - 150g	Jabłko - 150g	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, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	kiełbasa szynkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 2g, Sałata - 2g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2317,59 kCal
Witamina C	233,52 mg
Witamina B12	3,90 µg
Foliany	0,54 mg
Witamina B6	3,13 mg
Niacyna	19,18 mg
Witamina B2	2,52 mg
Witamina B1	1,27 mg
Witamina E	15,01 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,06 mg
Skrobia	173,23 mg
Sól	7384,12 mg
Mangan	6,95 mg
Miedź	1,79 mg
Cynk	14,30 mg
Żelazo	15,19 mg
Magnez	428,85 mg
Fosfor	1896,68 mg
Wapń	1119,40 mg
Potas	5200,14 mg
Sód	2951,58 mg
Błonnik pokarmowy	38,36 g
Cukry proste	25,70 g
Węglowodany	303,82 g
Cholesterol	358,32 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,77 g
Tłuszcze jednonienasycone	28,50 g
Tłuszcze nienasycone	55,49 g
Tłuszcze nasycone	25,94 g
Tłuszcze	88,17 g
Białka	110,97 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.04.2026, PONIEDZIAŁEK

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSIŁEK WIECZORNY</b>
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	Krakowska parzona, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, fasolka po bretońsku, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kompot	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, Papryka czerwona, pasta z ryby 40g *(gor, ryb, jaj, mle, siar), Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Krakowska parzona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Ziemniaki, średnio - 200g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 0,10g, mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 60g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Fasola biała, nasiona suche - 60g, Kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 10g, Wieprzowina, łopatka - 80g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Cebula - 20g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 25g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 240ml, jogurt typ grecki *(mle) - 20ml, Makreła, wędzona *(ryb) - 30g, Cebula - 10g, Jaja gotowane *(jaj) - 25g, szynka biała - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

\*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko, siar - Siarka i dwutlenek siarki

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2200,32 kCal
Witamina C	134,96 mg
Witamina B12	7,92 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	2,66 mg
Niacyna	19,99 mg
Witamina B2	2,53 mg
Witamina B1	1,97 mg
Witamina E	7,47 mg
Witamina D	0,01 mg
Witamina A	1,85 mg
Skrobia	183,44 mg
Sól	7107,55 mg
Mangan	5,98 mg
Miedź	1,66 mg
Cynk	14,14 mg
Żelazo	16,10 mg
Magnez	469,25 mg
Fosfor	1913,93 mg
Wapń	1321,46 mg
Potas	4882,25 mg
Sód	2841,87 mg
Błonnik pokarmowy	36,76 g
Cukry proste	12,52 g
Węglowodany	296,85 g
Cholesterol	271,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,19 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,97 g
Tłuszcze nienasycone	36,75 g
Tłuszcze nasycone	30,79 g
Tłuszcze	72,19 g
Białka	108,87 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.04.2026, PONIEDZIAŁEK

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	szynka z kotła, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Dżem wiśniowy, niskosłodzony *(siar), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, kluski śląskie ze szpinakiem, surówka z marchewki tartej, Kompot	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 35g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, szynka z kotła - 40g, Chleb wiejski - 70g, Dżem wiśniowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Ziemniaki, średnio - 600g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 35g, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 0,10g, mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 190g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Szpinak, mrożony - 45g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 15g, Skrobia ziemniaczana - 40g, Białko jaja kurzego - 100g, Olej rzepakowy - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

\*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko, siar - Siarka i dwutlenek siarki

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2215,12 kCal
Witamina C	167,49 mg
Witamina B12	2,33 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	3,02 mg
Niacyna	16,93 mg
Witamina B2	2,10 mg
Witamina B1	1,26 mg
Witamina E	12,11 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,13 mg
Skrobia	233,15 mg
Sól	6317,05 mg
Mangan	3,30 mg
Miedź	1,58 mg
Cynk	8,02 mg
Żelazo	11,87 mg
Magnez	394,30 mg
Fosfor	1278,88 mg
Wapń	1053,06 mg
Potas	5476,95 mg
Sód	2609,30 mg
Błonnik pokarmowy	31,17 g
Cukry proste	26,69 g
Węglowodany	340,26 g
Cholesterol	77,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,96 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,21 g
Tłuszcze nienasycone	42,10 g
Tłuszcze nasycone	21,41 g
Tłuszcze	66,94 g
Białka	93,14 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.04.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	szynka z kotła, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kanapka z ogórkiem	zupa jarzynowa 400ml, fasolka po bretońsku, Chleb żytni razowy *(glu), Kompot	serek wiejski lekki *(mle)	połudwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, pasta z ryby 40g *(gor, ryb, jaj, mle, siar), Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	↻	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, szynka z kotła - 40g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Ogórek - 25g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Sałata - 2g, Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 3g	mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 65g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Ziemniaki, średnio - 200g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Fasola biała, nasiona suche - 80g, Kiełbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 10g, Wieprzowina, łopatka - 60g, Cebula - 20g, Olej rzepakowy - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb żytni razowy - 60g	serek wiejski lekki - 140g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 240ml, Cebula - 10g, Jaja gotowane *(jaj) - 25g, jogurt typ grecki *(mle) - 20ml, Makrela, wędzona *(ryb) - 30g, połędwica miodowa regionalna - 20g, Chleb żytni razowy - 90g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

\*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko, siar - Siarka i dwutlenek siarki

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2211,38 kCal
Witamina C	151,64 mg
Witamina B12	6,45 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	2,78 mg
Niacyna	18,96 mg
Witamina B2	2,34 mg
Witamina B1	1,94 mg
Witamina E	14,19 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,96 mg
Skrobia	172,68 mg
Sól	7530,38 mg
Mangan	8,81 mg
Miedź	1,90 mg
Cynk	15,68 mg
Żelazo	18,12 mg
Magnez	526,98 mg
Fosfor	1967,79 mg
Wapń	1172,53 mg
Potas	5125,25 mg
Sód	3363,25 mg
Błonnik pokarmowy	45,87 g
Cukry proste	17,52 g
Węglowodany	293,80 g
Cholesterol	234,53 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,74 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,62 g
Tłuszcze nienasycone	40,77 g
Tłuszcze nasycone	26,64 g
Tłuszcze	73,65 g
Białka	115,61 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.04.2026, 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 zieleniną	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

	Żywienie 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 28.04.2026, WTOREK

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
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 - 10g, 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 - 20g, 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	2482,18 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	12,48 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,04 mg
Skrobia	186,95 mg
Sól	5055,20 mg
Mangan	3,96 mg
Miedź	1,76 mg
Cynk	14,20 mg
Żelazo	15,94 mg
Magnez	418,31 mg
Fosfor	1899,35 mg
Wapń	1434,45 mg
Potas	6430,84 mg
Sód	1876,08 mg
Błonnik pokarmowy	33,19 g
Cukry proste	24,62 g
Węglowodany	353,91 g
Cholesterol	432,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,01 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,85 g
Tłuszcze nienasycone	39,63 g
Tłuszcze nasycone	29,76 g
Tłuszcze	74,74 g
Białka	114,18 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.04.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK 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)
	U	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 - 15g, 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, połędwica 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 - 200g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2376,63 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	16,11 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,80 mg
Skrobia	212,99 mg
Sól	4790,74 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	2370,43 mg
Błonnik pokarmowy	39,43 g
Cukry proste	32,34 g
Węglowodany	331,97 g
Cholesterol	348,35 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,57 g
Tłuszcze jednonienasycone	28,06 g
Tłuszcze nienasycone	42,51 g
Tłuszcze nasycone	22,61 g
Tłuszcze	71,70 g
Białka	119,92 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.04.2026, ŚRODA

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
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	Płatki owsiane - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, 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	Pietruszka, korzeń - 45g, Marchew - 165g, Koper ogrodowy - 4g, Mąka pszena, typ 500 *(glu) - 35g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 180g, Bułka czerstwa *(glu) - 25g, 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 29.04.2026, ŚRODA

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
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
	↳	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 29.04.2026, 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)
	↻	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 30.04.2026, CZWARTEK

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSIŁEK WIECZORNY</b>
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

	Żywienie 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 30.04.2026, CZWARTEK

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
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 - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 220ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, polędwica z majerankiem - 60g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, 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	2179,67 kCal
Witamina C	200,39 mg
Witamina B12	3,22 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,46 mg
Niacyna	21,35 mg
Witamina B2	2,15 mg
Witamina B1	1,96 mg
Witamina E	13,68 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	5,15 mg
Skrobia	203,14 mg
Sól	5703,22 mg
Mangan	3,91 mg
Miedź	1,78 mg
Cynk	11,36 mg
Żelazo	13,36 mg
Magnez	380,73 mg
Fosfor	1453,85 mg
Wapń	1040,04 mg
Potas	6057,99 mg
Sód	2254,97 mg
Błonnik pokarmowy	37,88 g
Cukry proste	30,47 g
Węglowodany	341,52 g
Cholesterol	143,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,59 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,63 g
Tłuszcze nienasycone	46,37 g
Tłuszcze nasycone	22,59 g
Tłuszcze	72,67 g
Białka	86,87 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.04.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	J	Pieczeń drobiowo-wieprzowa, 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, Pomidor,	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 - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, 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 - 20g, 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, łopatką - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 10g, Kapusta biała - 90g, Cebula - 10g, Por - 5g, Olej rzepakowy - 15g, 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	2189,32 kCal
Witamina C	206,77 mg
Witamina B12	3,69 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	3,03 mg
Niacyna	20,37 mg
Witamina B2	2,38 mg
Witamina B1	1,87 mg
Witamina E	17,69 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,64 mg
Skrobia	162,20 mg
Sól	5952,25 mg
Mangan	5,15 mg
Miedź	1,61 mg
Cynk	12,94 mg
Żelazo	12,53 mg
Magnez	411,28 mg
Fosfor	1607,72 mg
Wapń	1226,23 mg
Potas	5703,28 mg
Sód	2709,13 mg
Błonnik pokarmowy	32,79 g
Cukry proste	19,71 g
Węglowodany	280,35 g
Cholesterol	157,95 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,06 g
Tłuszcze jednonienasycone	27,45 g
Tłuszcze nienasycone	56,87 g
Tłuszcze nasycone	26,87 g
Tłuszcze	89,27 g
Białka	104,75 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.05.2026, PIĄTEK

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
Żywnienie 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 grysikowa 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 - 85g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 150ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 90g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, 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	2346,60 kCal
Witamina C	237,01 mg
Witamina B12	8,91 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	3,75 mg
Niacyna	18,56 mg
Witamina B2	3,04 mg
Witamina B1	1,37 mg
Witamina E	13,42 mg
Witamina D	0,01 mg
Witamina A	2,61 mg
Skrobia	186,65 mg
Sól	5605,01 mg
Mangan	5,06 mg
Miedź	1,79 mg
Cynk	12,45 mg
Żelazo	13,57 mg
Magnez	421,59 mg
Fosfor	1904,50 mg
Wapń	962,62 mg
Potas	5729,30 mg
Sód	2240,04 mg
Błonnik pokarmowy	33,56 g
Cukry proste	31,27 g
Węglowodany	332,22 g
Cholesterol	497,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,19 g
Tłuszcze jednonienasycone	27,36 g
Tłuszcze nienasycone	40,56 g
Tłuszcze nasycone	24,24 g
Tłuszcze	71,38 g
Białka	110,73 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.05.2026, PIĄTEK

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSIŁEK WIECZORNY</b>
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Dżem truskawkowy, niskosłodzony, 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, 60% 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, Dżem truskawkowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 110g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 3g, miruna ryba - 100g, 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, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Kiwi - 85g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2225,44 kCal
Witamina C	192,32 mg
Witamina B12	4,53 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	2,83 mg
Niacyna	15,77 mg
Witamina B2	2,50 mg
Witamina B1	1,27 mg
Witamina E	13,79 mg
Witamina D	0,01 mg
Witamina A	3,29 mg
Skrobia	214,28 mg
Sól	3111,11 mg
Mangan	3,36 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	10,17 mg
Żelazo	11,72 mg
Magnez	346,33 mg
Fosfor	1671,81 mg
Wapń	942,10 mg
Potas	5345,14 mg
Sód	1300,85 mg
Błonnik pokarmowy	30,83 g
Cukry proste	28,47 g
Węglowodany	319,76 g
Cholesterol	506,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,75 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,63 g
Tłuszcze nienasycone	38,62 g
Tłuszcze nasycone	23,84 g
Tłuszcze	67,59 g
Białka	95,47 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.05.2026, PIĄTEK

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>DRUGIE ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>PODWIECZOREK</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
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, 60% 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, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, 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	2276,18 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	12,13 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,90 mg
Skrobia	219,03 mg
Sól	5066,43 mg
Mangan	6,57 mg
Miedź	1,70 mg
Cynk	13,99 mg
Żelazo	13,86 mg
Magnez	448,92 mg
Fosfor	2044,42 mg
Wapń	1978,49 mg
Potas	5581,56 mg
Sód	2076,76 mg
Błonnik pokarmowy	34,40 g
Cukry proste	18,96 g
Węglowodany	336,30 g
Cholesterol	532,65 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,76 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,79 g
Tłuszcze nienasycone	35,55 g
Tłuszcze nasycone	23,88 g
Tłuszcze	64,83 g
Białka	103,31 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.05.2026, SOBOTA

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
Żywienie podstawowe (x3)(3):	J	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, Ogórek, Sałata, Ser topiony, edamski	babka ziemniaczana, Kompot, surówka z czerwonej kapusty, zupa koperkowa	polędwica 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)
	G	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, Ogórek - 80g, Sałata - 10g, Ser topiony, edamski - 17g	kielbasa podwawelska *(gor, glu) - 35g, Jaja kurze całe *(jaj) - 50g, Olej rzepakowy - 7g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 70ml, Ziemniaki, wczesne - 400g, Cebula - 50g, Skrobia ziemniaczana - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 35g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Kapusta czerwona - 90g, Jabłko - 50g, Musztarda - 3g, 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, polędwica 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

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2309,90 kCal
Witamina C	194,24 mg
Witamina B12	3,65 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,89 mg
Niacyna	16,05 mg
Witamina B2	2,22 mg
Witamina B1	1,35 mg
Witamina E	11,29 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,99 mg
Skrobia	227,81 mg
Sól	6030,56 mg
Mangan	4,89 mg
Miedź	1,65 mg
Cynk	10,56 mg
Żelazo	12,42 mg
Magnez	402,27 mg
Fosfor	1577,72 mg
Wapń	1139,73 mg
Potas	5416,06 mg
Sód	2409,66 mg
Błonnik pokarmowy	31,56 g
Cukry proste	28,33 g
Węglowodany	349,23 g
Cholesterol	269,89 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,40 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,79 g
Tłuszcze nienasycone	42,47 g
Tłuszcze nasycone	24,35 g
Tłuszcze	70,50 g
Białka	97,19 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.05.2026, SOBOTA

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	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)	Kiwi
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 50g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 100ml, połędwica miodowa regionalna - 40g, Chleb pszenny - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, 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 - 50g, mieszanka warzywna - 35g, Chleb pszenny - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 30g	Kiwi - 100g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2253,70 kCal
Witamina C	283,39 mg
Witamina B12	2,11 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	3,94 mg
Niacyna	19,39 mg
Witamina B2	2,49 mg
Witamina B1	1,45 mg
Witamina E	14,36 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,38 mg
Skrobia	220,26 mg
Sól	4680,85 mg
Mangan	3,65 mg
Miedź	1,62 mg
Cynk	8,63 mg
Żelazo	13,08 mg
Magnez	419,70 mg
Fosfor	1317,05 mg
Wapń	854,55 mg
Potas	6049,10 mg
Sód	1994,15 mg
Błonnik pokarmowy	32,20 g
Cukry proste	24,17 g
Węglowodany	317,44 g
Cholesterol	239,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,92 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,30 g
Tłuszcze nienasycone	33,57 g
Tłuszcze nasycone	22,43 g
Tłuszcze	65,49 g
Białka	110,22 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.05.2026, 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	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)	gulasz z indyka, Kompot, surówka z czerwonej kapusty, 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 - 40g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g	mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, mięso gulaszowe z indyka - 90g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Kapusta czerwona - 90g, Cebula - 30g, Jabłko - 50g, Musztarda - 1g, Olej rzepakowy - 2g, 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 - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 40g	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	2418,62 kCal
Witamina C	237,28 mg
Witamina B12	5,14 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	4,28 mg
Niacyna	19,18 mg
Witamina B2	3,47 mg
Witamina B1	1,76 mg
Witamina E	14,71 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,60 mg
Skrobia	195,47 mg
Sól	6351,90 mg
Mangan	6,31 mg
Miedź	2,00 mg
Cynk	13,53 mg
Żelazo	14,55 mg
Magnez	542,60 mg
Fosfor	1981,37 mg
Wapń	1712,58 mg
Potas	7347,93 mg
Sód	2631,33 mg
Błonnik pokarmowy	39,19 g
Cukry proste	22,43 g
Węglowodany	341,59 g
Cholesterol	212,65 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,21 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,84 g
Tłuszcze nienasycone	36,46 g
Tłuszcze nasycone	28,28 g
Tłuszcze	72,80 g
Białka	116,34 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.05.2026, NIEDZIELA

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSIŁEK WIECZORNY</b>
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)	Jabłko
	↳	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 - 20g, 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 - 20g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Jabłko - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2190,77 kCal
Witamina C	90,83 mg
Witamina B12	2,92 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,28 mg
Niacyna	16,17 mg
Witamina B2	2,00 mg
Witamina B1	1,01 mg
Witamina E	12,76 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,62 mg
Skrobia	165,42 mg
Sól	4776,12 mg
Mangan	5,24 mg
Miedź	1,48 mg
Cynk	11,64 mg
Żelazo	12,06 mg
Magnez	334,88 mg
Fosfor	1529,23 mg
Wapń	826,53 mg
Potas	4315,89 mg
Sód	1949,25 mg
Błonnik pokarmowy	30,87 g
Cukry proste	20,60 g
Węglowodany	289,92 g
Cholesterol	233,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	17,22 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,79 g
Tłuszcze nienasycone	44,84 g
Tłuszcze nasycone	24,21 g
Tłuszcze	76,49 g
Białka	101,23 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.05.2026, NIEDZIELA

		<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>POSILEK WIECZORNY</b>
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	~	szynka śląska, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% 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, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Pomidor, Sałata	Jabłko
	G	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, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 590g, 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) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka 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	2041,89 kCal
Witamina C	218,30 mg
Witamina B12	2,76 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	3,26 mg
Niacyna	20,27 mg
Witamina B2	1,98 mg
Witamina B1	1,45 mg
Witamina E	9,87 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,45 mg
Skrobia	184,16 mg
Sól	5057,12 mg
Mangan	3,35 mg
Miedź	1,59 mg
Cynk	8,89 mg
Żelazo	10,96 mg
Magnez	371,31 mg
Fosfor	1406,10 mg
Wapń	845,64 mg
Potas	5688,37 mg
Sód	1972,77 mg
Błonnik pokarmowy	31,20 g
Cukry proste	27,48 g
Węglowodany	311,76 g
Cholesterol	190,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,02 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,26 g
Tłuszcze nienasycone	30,40 g
Tłuszcze nasycone	20,65 g
Tłuszcze	55,66 g
Białka	90,18 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.05.2026, 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, 60% 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	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 70g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 200g, Olej rzepakowy - 2g, szynka śląska - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Jabłko - 120g	Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 450g, 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 - 20g, Cebula - 15g, Kukurydza, konserwowa - 20g, Koper ogrodowy - 2g, ocet - 1g, Cukier - 2g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, 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	serek wiejski lekki - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2104,62 kCal
Witamina C	295,24 mg
Witamina B12	1,56 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	3,59 mg
Niacyna	21,11 mg
Witamina B2	1,63 mg
Witamina B1	1,44 mg
Witamina E	13,13 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,19 mg
Skrobia	198,67 mg
Sól	5478,70 mg
Mangan	6,17 mg
Miedź	1,80 mg
Cynk	10,53 mg
Żelazo	12,80 mg
Magnez	413,47 mg
Fosfor	1381,25 mg
Wapń	569,70 mg
Potas	5839,88 mg
Sód	2519,11 mg
Błonnik pokarmowy	40,69 g
Cukry proste	30,77 g
Węglowodany	317,14 g
Cholesterol	151,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,33 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,28 g
Tłuszcze nienasycone	33,73 g
Tłuszcze nasycone	19,47 g
Tłuszcze	58,98 g
Białka	97,84 g