

Jadłospis 13.01.2024 r.

RODZAJ DIETY	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
OGÓLNA	Ryż brązowy na mleku(*7)300ml, chleb pszenny (*1)100g, masło(*7)15g, szynka konserwowa 50g, serek trójkąt(*7) 30g, herbata 250ml	Mandarynka 50g	Zupa wiejska z kluseczkami(*1) 350ml, gulasz mięsno - jarzynowy(*1,*3) 250 g, kasza 200g, ogórek kiszony 100g ,kompot owocowy 200 ml.	Wafle kukurydziane 50g	kawa 250ml , chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło(*7)15g, kiełbasa 70 g, sałatka jarzynowa 30g (*3,*9), herbata bez cukru 250ml
LEKKOSTRAWNA	Ryż brązowy na mleku(*7) 300ml, chleb pszenny(*1) 100g, masło roślinne(*7)15g, szynka konserwowa 50g, serek trójkąt(*7) 30 g, herbata 250ml	Mandarynka 50g	Zupa wiejska z kluseczkami(*1) 350ml, gulasz mięsno - jarzynowy(*1,*3) 250 g, kasza (*1)200g, ogórek 100g,kompot owocowy 200 ml.	Wafle kukurydziane 50g	kawa 250 ml, chleb pszenny(*1)100g, masło roślinne (*7)15g, kiełbasa 70g, sałatka jarzynowa 30g (*3,*9), herbata bez cukru 250ml
CUKRZYCOWA	Ryż brązowy na mleku(*7) 350ml, chleb razowy (*1)100g, masło roślinne(*7) 15g, szynka konserwowa 50g, serek trójkąt(*7) 30g, herbata bez cukru250ml	Mandarynka 50g	Zupa wiejska z kluseczkami(*1) 350ml, gulasz mięsno - jarzynowy(*1,*3) 250g, kasza(*1) 200g, ogórek 100g ,kompot owocowy bez cukru 200 ml.	Wafle kukurydziane 50g	kawa bez cukru 250ml, chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło roślinne(*7)15g, kiełbasa 70g, sałatka jarzynowa 30g (*3,*9), herbata bez cukru 250ml

En: 2166 kcal; Białko: 87,1g; Tłuszcze ogółem: 64,5g; NKT: 21g Węglowodany: 309,3g; Cukry – 54,2g; Błonnik: 28g

*Dodatek nocny cukrzycowy według zapotrzebowania oddziałów.*

- Ryż brązowy na mleku - składniki : ryż brązowy, mleko
- zupa wiejska– składniki :wywar mięsny drobiowy ,ziemniaki, kluski, marchewka, cebula „listek laurowy ,ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól, kucharek, włoszczyzna
  - Gulasz mięsno – jarzynowy składniki: mięso gulaszowe, brokuł, kalafior, marchewka, mąka, przyprawy
  - Sałatka jarzynowa składniki: gotowane ziemniaki, marchew, groszek, ogórek, przyprawy

**Alergeny. Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami przekazanymi przez producentów: 1. gluten;2. skorupiaki; 3. jaja;4.ryby; 5 orzeszki ziemne; 6. soja 7. mleko; 8.orzechy; 9.seler 10.gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin** **Legenda (\*)produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen**

Jadłospis 14.01.2024 r.

RODZAJ DIETY	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
OGÓLNA	Płatki gryczane na mleku(*7)300ml, chleb pszenny (*1)100g, masło(*7)15g, szynka drobiowa 50g, serek (*7) 20g, herbata 250ml	Jabłko 50g	Zupa krupnik(*1) 350ml, kurczak pieczony 100 g, ryż brązowy 200g, marchew duszona(*1) 100g ,kompot owocowy 200 ml,	Pieczywo chrupkie orkiszowe 50g	kawa 250ml , chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło(*7)15g, jajko gotowane (*3), serek topiony (*7) 30g, herbata 250ml
LEKKOSTRAWNA	Płatki gryczane na mleku(*7) 300ml, chleb pszenny(*1) 100g, masło roślinne(*7)15g, szynka drobiowa 50g, serek (*7) 20 g, herbata 250ml	Jabłko 50g	Zupa krupnik(*1) 350ml, kurczak gotowany 100 g, ryż brązowy 200g, marchew duszona (*1) 100g, kompot owocowy 200 ml.	Pieczywo chrupkie orkiszowe 50g	kawa 250 ml, chleb pszenny(*1)100g, masło roślinne (*7)15g, jajko gotowane (*3), serek topiony (*7) 30g, herbata 250ml
CUKRZYCOWA	Ryż brązowy na mleku(*7) 350ml, chleb razowy (*1)100g, masło roślinne(*7) 15g, szynka drobiowa 50g, serek (*7) 20g, herbata bez cukru250ml	Jabłko 50g	Zupa krupnik(*1) 350ml, kurczak gotowany 100g, ryż brązowy 200g, marchew duszona (*1) 100g ,kompot owocowy bez cukru 200 ml.	Pieczywo chrupkie orkiszowe 50g	kawa bez cukru 250ml, chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło roślinne(*7)15g, jajko gotowane(*3), serek topiony(*7) 30g, herbata bez cukru 250ml

En: 2166 kcal; Białko: 87,1g; Tłuszcze ogółem: 64,5g; NKT: 21g Węglowodany: 309,3g; Cukry – 54,2g; Błonnik: 28g

*Dodatek nocny cukrzycowy według zapotrzebowania oddziałów.*

- płatki gryczane na mleku - składniki : płatki gryczane, mleko
- zupa krupnik– składniki :wywar mięsny drobiowy ,ziemniaki, kasza, marchewka, cebula „listek laurowy ,ziele angielskie, pieprz ziółowy, sól, kucharek, włoszczyzna
  - Kurczak pieczony składniki: udko z kurczaka, czosnek, papryka mielona, przyprawy, olej
  - Marchew duszona składniki: marchew, mąka, sól

**Alergeny. Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami przekazanymi przez producentów: 1. gluten;2. skorupiaki; 3. jaja;4.ryby; 5 orzeszki ziemne; 6. soja 7. mleko; 8.orzechy; 9.seler 10.gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin Legendą (\*)produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen**

Jadłospis 15.01.2024 r.

RODZAJ DIETY	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
OGÓLNA	Kasza orkiszowa na mleku(*1,*7)300ml, chleb pszenny (*1)100g, masło(*7)15g, mielonka kanapkowa 50g, serek grani (*7) 20g, pomidor 20g, herbata 250ml	Jogurt pitny 150ml	Zupa brokułowa(*1) 350ml,makaron z mięsem(*1) 250g kapusta pekińska 100g ,kompot owocowy 200 ml.	Gruszka 50g	kawa 250ml , chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło(*7)15g, parówka gotowana 70g, serek żółty(*7) 20g, herbata 250ml
LEKKOSTRAWNA	Kasza orkiszowa na mleku(*1,*7) 300ml, chleb pszenny(*1) 100g, masło roślinne(*7)15g, mielonka kanapkowa 50g, serek grani (*7) 20 g, pomidor bez skóry 20g, herbata 250ml	Jogurt pitny 150ml	Zupa brokułowa(*1) 350ml, makaron z mięsem(*1) 250g, kapusta pekińska 100g,kompot owocowy 200 ml.	Jabłko 50g	kawa 250 ml, chleb pszenny(*1)100g, masło roślinne (*7)15g, parówka gotowana 70g, twaróg(*7) 30g, herbata 250ml
CUKRZYCOWA	Kasza orkiszowa na mleku(*1,*7) 350ml, chleb razowy (*1)100g, masło roślinne(*7) 15g, szynka drobiowa 50g, serek grani (*7) 20g, pomidor 20 g, herbata bez cukru250ml	Kefir 150ml	Zupa brokułowa(*1) 350ml, makaron gruboziarnisty z mięsem(*1) 250g, kapusta pekińska 100g ,kompot owocowy bez cukru 200 ml.	Gruszka 50g	kawa bez cukru 250ml, chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło roślinne(*7)15g, parówka gotowana 70g, serek żółty(*7) 20g, herbata z cukru250ml

En: 2166 kcal; Białko: 87,1g; Tłuszcze ogółem: 64,5g; NKT: 21g Węglowodany: 309,3g; Cukry – 54,2g; Błonnik: 28g

*Dodatek nocny cukrzycowy według zapotrzebowania oddziałów.*

- Kasza orkiszowa na mleku - składniki : kasza orkiszowa, mleko
- zupa brokułowa– składniki :wywar mięsny drobiowy ,ziemniaki, brokuł, marchewka, cebula „,liście laurowe ,ziele angielskie, pieprz ziółowy, sól, kucharz, wószczyzna
  - Makaron z mięsem składniki: makaron gruboziarnisty, mięso gotowane, wószczyzna, przyprawy
  - Kapusta pekińska składniki: kapusta pekińska, marchew, olej, przyprawy

**Alergeny. Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami przekazanyymi przez producentów: 1. gluten:2. skorupiaki; 3. jaja;4.ryby; 5 orzeszki ziemne; 6. soja 7. mleko; 8.orzechy: 9.seler 10.gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin** Legenda (\*)produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen

Jadłospis 16.01.2024r.

RODZAJ DIETY	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
OGÓLNA	Kasza jaglana na mleku(*7)300ml, chleb pszenny (*1)100g, masło(*7)15g, blok drobiowy 50g, ogórek 40g, serek (*7) 30g, herbata 250ml	Sok pomidorowy 150ml	Zupa rosół z makaronem(*1) 350ml, kotlet drobiowy (*1,*3) 70 g, ziemniaki 200g, buraczki 100g ,kompot owocowy 200 ml.	Kiwi 50g	kawa 250ml , chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło(*7)15g, pasztet 40 g, ½ jaja (*3), herbata 250ml
LEKKOSTRAWNA	Kasza jaglana na mleku(*7) 300ml, chleb pszenny(*1) 100g, masło roślinne(*7)15g, blok drobiowy 50g, ogórek 40 g, serek (*7) 30g, herbata 250ml	Sok pomidorowy 150ml	Zupa rosół z makaronem 350ml, pulpet mięsny (*1,*3) 70 g, ziemniaki 200g, buraczki 100g,kompot owocowy 200 ml.	Kiwi 50g	kawa 250 ml, chleb pszenny(*1)100g, masło roślinne (*7)15g, pasztet 40g, ½ jaja (*3), herbata 250ml
CUKRZYCOWA	Kasza jaglana na mleku(*7) 350ml, chleb razowy (*1)100g, masło roślinne(*7) 15g, blok drobiowy 50g, ogórek 40g, serek(*7) 30g, herbata bez cukru250ml	Sok pomidorowy 150ml	Zupa rosół z makaronem(*1) 350ml, pulpet mięsny (*1,*3) 70 g, ziemniaki 200g, buraczki 100g ,kompot owocowy 200 ml.	Kiwi 50g	kawa bez cukru 250ml, chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło roślinne(*7)15g, pasztet 40g, ½ jaja (*3), herbata bez cukru 250ml

En: 2166 kcal; Białko: 87,1g; Tłuszcze ogółem: 64,5g; NKT: 21g Węglowodany: 309,3g; Cukry – 54,2g; Błonnik: 28g

*Dodatek nocny cukrzycowy według zapotrzebowania oddziałów.*

- Kasza jaglana na mleku - składniki : kasza jaglana, mleko
- zupa rosół z makaronem– składniki :wywar mięsny drobiowy ,makaron, marchewka, cebula „listek laurowy ,ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól, kucharek, włoszczyzna
- Kotlet drobiowy – składniki: filet z piersi kurczaka, przyprawy, jajko, bułka tarta
- Pulpet mięsny składniki: mięso wieprzowe, jajko, bułka, przyprawy
- Buraczki składniki : buraki, ocet, sól, olej, pieprz ziołowy

**Alergeny. Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami przekazanymi przez producentów: 1. gluten:2. skorupiaki; 3. jaja;4.ryby; 5 orzeszki ziemne; 6. soja 7. mleko; 8.orzechy; 9.seler 10.gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin** **Legenda (\*)produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen**

Jadłospis 17.01.2024 r.

RODZAJ DIETY	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
OGÓLNA	Mix śniadaniowy na mleku(*7)300ml, chleb pszenny (*1)100g, masło(*7)15g, polędwica 50g, papryka 40g, twarożek (*7) 30g, herbata 250ml	Pomarańcza 50g	Zupa buraczkowa(*7) 350ml, gulasz wieprzowy (*1) 250 g, kasza jęczmienna(*1) 200g, ogórek kiszony 50g ,kompot owocowy 200 ml.	Kefir 150ml	kawa 250ml , chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło(*7)15g, kiełbasa 70 g, serek (*7) 20g, pomidor 30g, herbata 250ml
LEKKOSTRAWNA	Mix śniadaniowy na mleku(*7) 300ml, chleb pszenny(*1) 100g, masło roślinne(*7)15g, polędwica 50g, papryka 40 g, twarożek (*7) 30g, herbata 250ml	Pomarańcza 50g	Zupa buraczkowa(*7) 350ml, pulpet mięsny (*1,*3) 70 g, sos koperkowy (*1), kasza jęczmienna(*1) 200g, ogórek 50g,kompot owocowy 200 ml.	Kefir 150ml	kawa 250 ml, chleb pszenny(*1)100g, masło roślinne (*7)15g, kiełbasa 70g, serek (*7) 20g, pomidor 30g, herbata 250ml
CUKRZYCOWA	Mix śniadaniowy na mleku(*7) 350ml, chleb razowy (*1)100g, masło roślinne(*7) 15g, polędwica 50g, papryka 40g, twarożek(*7) 30g, herbata bez cukru250ml	Pomarańcza 50g	Zupa buraczkowa bez śmietany 350ml, pulpet mięsny(*1,*3) 70g, sos koperkowy(*1), kasza jęczmienna(*1) 200g, ogórek 50g ,kompot owocowy bez cukru 200 ml.	Kefir 150ml	kawa bez cukru 250ml, chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło roślinne(*7)15g, kiełbasa 70g, serek (*7) 20g, pomidor 30g, herbata bez cukru 250ml

En: 2166 kcal; Białko: 87,1g; Tłuszcze ogółem: 64,5g; NKT: 21g Węglowodany: 309,3g; Cukry – 54,2g; Błonnik: 28g

*Dodatek nocny cukrzycowy według zapotrzebowania oddziałów.*

- Mix śniadaniowy na mleku - składniki : Płatki owsiane, gryczane, mleko
- zupa buraczkowa– składniki :wywar mięsny drobiowy ,buraki, ziemniaki ,śmietana 18%, marchewka, cebula „listek laurowy ,ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól, kucharek, włoszczyzna
  - Gulasz wieprzowy składniki: mięso wieprzowe, brokuł, kalafior, groszek,marchewka, mąka, smalec, przyprawy, włoszczyzna
  - Pulpet mięsny w sosie składniki: mięso wieprzowe, jajko, bułka, przyprawy, mąka, włoszczyzna, koperek

**Alergeny. Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami przekazanymi przez producentów: 1. gluten;2. skorupiaki; 3. jaja;4.ryby; 5 orzeszki ziemne; 6. soja 7. mleko; 8.orzechy; 9.seler 10.gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin** **Legenda (\*)produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen**

Jadłospis 18.01.2024 r.

RODZAJ DIETY	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
OGÓLNA	Kasza orkiszowa na mleku(*1,*7)300ml, chleb pszenny (*1)100g, masło(*7)15g, krakowska 50g, pomidor 40g, dżem 30g, herbata 250ml	Banan 50g	Zupa płatki owsiane na rosole(*1) 350ml, kurczak gotowany 100 g, ziemniaki 200g, marchewka 100g ,kompot owocowy 200 ml.	Herbatniki 50g	kawa 250ml , chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło(*7)15g, pasta drobiowa 40 g, serek (*7) 20g, ogórek 20g, herbata 250ml
LEKKOSTRAWNA	Kasza orkiszowa na mleku(*1,*7) 300ml, chleb pszenny(*1) 100g, masło roślinne(*7)15g, krakowska 50g, pomidor 40 g, dżem 30g, herbata 250ml	Banan 50g	Zupa płatki owsiane na rosole(*1) 350ml, gałka mięsna(*1,*3) 70 g, ziemniaki 200g, marchewka 100g,kompot owocowy 200 ml.	Herbatniki 50g	kawa 250 ml, chleb pszenny(*1)100g, masło roślinne (*7)15g, pasta drobiowa 40g, serek (*7) 20g, ogórek 20g, herbata 250ml
CUKRZYCOWA	Kasza orkiszowa na mleku(*1,*7) 350ml, chleb razowy (*1)100g, masło roślinne(*7) 15g, polędwica 50g, papryka 40g, twaróg(*7) 30g, herbata bez cukru250ml	Jogurt naturalny 150ml	Zupa płatki owsiane na rosole (*1) 350ml, kurczak gotowany 100g, ziemniaki 200g, marchewka 100g ,kompot owocowy bez cukru 200 ml.	Grapefruit 50g	kawa bez cukru 250ml, chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło roślinne(*7)15g, pasta drobiowa 40g, serek (*7) 20g, ogórek 20g, herbata bez cukru 250ml

En: 2166 kcal; Białko: 87,1g; Tłuszcze ogółem: 64,5g; NKT: 21g Węglowodany: 309,3g; Cukry – 54,2g; Błonnik: 28g

*Dodatek nocny cukrzycowy według zapotrzebowania oddziałów.*

- Kasza orkiszowa na mleku - składniki : Kasza orkiszowa, mleko
- zupa płatki owsiane na rosole– składniki :wywar mięsny drobiowy ,płatki owsiane górskie, marchewka, cebula „listek laurowy ,ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól, kucharek, włoszczyzna

Wątróbka z cebulą – składniki :wątróbka wieprzowa, cebula, mąka, smalec sól, pieprz

Gałka mięsna składniki: mięso wieprzowe, jajko, bułka, przyprawy

Pasta drobiowa składniki – mięso drobiowe, sól, przyprawy, włoszczyzna

**Alergeny. Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami przekazanymi przez producentów: 1. gluten:2. skorupiaki; 3. jaja;4.ryby; 5 orzeszki ziemne; 6. soja 7. mleko; 8.orzechy; 9.seler 10.gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin** Legenda (\*)produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen

Jadłospis 19.01.2024 r.

RODZAJ DIETY	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
PODSTAWOWA	Kasza jęczmienna na mleku(*1,*7)300ml, chleb pszenny (*1)100g, masło(*7)15g,pasta jajeczna z zieleniną(*3)50g, pomidor 40g,serek(*7)20g, herbata 250ml	Bułka drożdżowa 50g	Zupa z soczewicy(*1)350ml, ryba smażona 100g (*3, *4) , ziemniaki 200g,kapusta pekińska 100g ,kompot owocowy 200 ml.	Wafle ryżowe 50g	kawa 250ml , chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło(*7)15g, pasta rybna(*4)40 g, serek (*7) 20g, papryka 30g, herbata 250ml
ŁATWOSTRAWNA	Kasza jęczmienna na mleku(*1,*7) 300ml, chleb pszenny(*1) 100g, masło roślinne(*7)15g, pasta jajeczna z zieleniną(*3)50g, pomidor 40 g, serek(*7)20g, herbata 250ml	Bułka drożdżowa 50g	Zupa z soczewicy(*1) 350ml, gałka rybna(*1,*3,*4) 70 g, ziemniaki 200g,kapusta pekińska100g,kompot owocowy 200 ml.	Wafle ryżowe 50g	kawa 250 ml, chleb pszenny(*1)100g, masło roślinne (*7)15g, pasta rybna(*4) 40g, serek (*7) 20g, papryka 30g, herbata 250ml
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kasza jęczmienna na mleku(*7) 350ml, chleb razowy (*1)100g, masło roślinne(*7) 15g, pasta jajeczna z zieleniną(*3)50g, pomidor 40g,serek(*7) 20g, herbata bez cukru250ml	Gruszka 50g	Zupa z soczewicy(*1) 350ml, gałka rybna(*1,*3,*4) 70g, ziemniaki 200g,kapusta pekińska 100g ,kompot owocowy bez cukru 200 ml.	Wafle ryżowe 50g	kawa bez cukru 250ml, chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło roślinne(*7)15g, pasta rybna(*4) 40g, serek (*7) 20g, papryka 30g, herbata bez cukru 250ml

En: 1981 kcal; Białko: 59,5g; Tłuszcze ogółem: 78,6g; NKT: 28,1g Węglowodany: 259,2g; Cukry – 53,2g; Błonnik: 32,6g

- Kasza jęczmienna na mleku - składniki : Kasza jęczmienna, mleko
- Zupa z soczewicy– składniki :wywar mięsny drobiowy ,soczewica czerwona, marchewka, cebula ,listek laurowy ,ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól, kucharek, włoszczyzna
- Ryba smażona składniki: ryba miruna, jajko, bułka tarta, przyprawy, bułka
- Gałka rybna składniki: ryba miruna, jajko, bułka, przyprawy
- Pasta rybna składniki – ryba gotowana srebrzyk,, sól, przyprawy, włoszczyzna
- Pasta jajeczna z zieleniną składniki: jajko, sól, koperek, pietruszka
- Kapusta pekińska składniki: kapusta pekińska, marchew, olej , sól, przyprawy

**Alergeny. Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami przekazanymi przez producentów: 1. gluten;2. skorupiaki; 3. jaja;4.ryby; 5 orzeszki ziemne; 6. soja 7. mleko; 8.orzechy; 9.seler 10.gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin** Legenda (\*)produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen