

Jadłospis 01.05.2024 r.

RODZAJ DIETY	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
PODSTAWOWA	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 pomidorowa 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), pomidor 30g	En: 2037,4kcal Białko: 71,2g Tłuszcz ogółem: 86,3g NKT: 29,6g Węglowodany: 244,0g Cukry: 50,6 g Błonnik:33,2 g Sól :7,1 g
ŁATWOSTRAWNA	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 pomidorowa 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), pomidor 30g	En: 1943,5 kcal Białko: 62,1g Tłuszcz ogółem: 68,6g NKT:22,8 g Węglowodany: 269,4g Cukry: 55,4g Błonnik:22,8 g Sól : 6,9g
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	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 pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (*1) 350ml pulpet mięsny (*1,*3) 70 g, ziemniaki 200g, buraczki 100g, kompot owocowy bez cukru 200 ml.	Kiwi 50g	kawa bez cukru 250ml, chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło roślinne(*7)15g, pasztet 40g, ½ jaja (*3), pomidor 30g	En: 1964,3kcal Białko: 64,6g Tłuszcz ogółem: 83,8g NKT: 29,5g Węglowodany: 238,2 g Cukry:48,6 g Błonnik: 31,3g Sól : 5,4g

- Kasza jaglana na mleku - składniki : kasza jaglana, mleko
- Zupa pomidorowa z makaronem– składniki :wywar mięsny drobiowy ,koncentrat pomidorowy,makaron, marchewka, cebula „,listek laurowy ,ziele angielskie, pi
- Kotlet mielony– składniki: mięso wieprzowe, przyprawy, jajko, bułka tarta, bułka, smalec
- Pulpet mięsny składniki: mięso wieprzowe, jajko, bułka, przyprawy
- Buraczki składniki : buraki, ocet, sól, olej, pieprz ziołowy

Jadłospis 02.05.2024 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, kaszanka z cebulą 70g, 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
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, kurczak gotowany 100g, 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
CUKRZYCOWA	Kasza orkiszowa na mleku(*1,*7) 350ml, chleb razowy (*1)100g, masło roślinne(*7) 15g, polędwica 50g, papryka 40g, twarożek(*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

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

- 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, włoszczyzna
  - Gałka mięsna składniki: mięso wieprzowe, jajko, bułka, przyprawy
  - Pasta drobiowa składniki – mięso drobiowe, sól, przyprawy, włoszczyzna

Jadłospis 03.05.2024 r.

RODZAJ DIETY	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
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	Sok owocowy 150ml	Zupa ryżowa 350ml, ryba smażona(*1,*3,*4) 70 g, ziemniaki 200g, kapusta pekińska 100g, kompot owocowy 200 ml.	Wafle ryżowe 50g	kawa 250ml , chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło(*7)15g, paprykarz(*4)40 g, serek (*7) 20g, ogórek 20g	En:1992 kcal Białko: 61,5 g Tłuszcz ogółem: 79,6g NKT: 28,1g Węglowodany:259,2g Cukry: 53,2g Błonnik:32,6g Sól : 8,2g
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	Sok owocowy 150ml	Zupa ryżowa 350ml, gałka rybna(*1,*3,*4) 70 g, ziemniaki 200g, kapusta pekińska 100g, kompot owocowy 200 ml.	Wafle ryżowe 50g	kawa 250 ml, chleb pszenny(*1)100g, masło roślinne (*7)15g, paprykarz(*4) 40g, serek (*7) 20g, ogórek 20g	En:1981 kcal Białko: 59,5 g Tłuszcz ogółem: 78,6g NKT: 28,1g Węglowodany:259,2g Cukry: 53,2g Błonnik:25,6g Sól : 7,0g
Z ORGANICZENIEM 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 ryżowa 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, paprykarz(*4) 40g, serek (*7) 20g, ogórek 20g	En:1978 kcal Białko: 57,5 g Tłuszcz ogółem: 77,6g NKT: 30,1g Węglowodany:257,2g Cukry: 50,2g Błonnik:29,6g Sól : 6,8g

- Kasza jęczmienna na mleku - składniki : kasza jęczmienna, mleko
- Zupa ryżowa– składniki :wywar mięsny drobiowy ,ryż brązowy, ziemniaki, marchewka, cebula „,listek laurowy ,ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól, kucharek, włoszczyzna
- Ryba smażona składniki: ryba morszczuk, jajko, bułka tarta, przyprawy
- Gałka rybna - składniki: ryba srebrzyk, jajko, bułka, przyprawy
- Paprykarz składniki – ryba gotowana srebrzyk,, sól, przyprawy, włoszczyzna, koncentrat
- Pasta jajeczna z zieleniną składniki: jajko, sól, koperek, pietruszka
- Kapusta pekińska składniki: kapusta pekińska, marchew, oliwa , sól, przyprawy

Jadłospis 04.05.2024 r.

RODZAJ DIETY	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
PODSTAWOWA	Ryż brązowy na mleku(*7)300ml, chleb pszenny (*1)100g, masło(*7)15g, szynka konserwowa 50g, serek trójkąt(*7) 30g, pomidor 30g,herbata 250ml	Mandarynka 50g	Zupa z soczewicy 350ml, ozorek w sosie musztardowym(*1,*10) 70 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	En:2008 kcal Białko: 75,9 g Tłuszcz ogółem: 76,0g NKT:21,2 g Węglowodany:255,1g Cukry: 57,6g Błonnik:30,2g Sól : 8,2g
ŁATWOSTRAWNA	Ryż na mleku(*7) 300ml, chleb pszenny(*1) 100g, masło roślinne(*7)15g, szynka konserwowa 50g, serek trójkąt(*7) 30 g, pomidor 30g,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	En:1996,2 kcal Białko: 76,7 g Tłuszcz ogółem: 67,3g NKT:20,6 g Węglowodany:270,9g Cukry: 62,4g Błonnik: 24,6g Sól : 7,2g
Z ORGANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Ryż brązowy na mleku(*7) 350ml, chleb razowy (*1)100g, masło roślinne(*7) 15g, szynka konserwowa 50g, serek trójkąt(*7) 30g, pomidor 30g,herbata bez cukru250ml	Mandarynka 50g	Zupa z soczewicy 350ml, gulasz mięsno - jarzynowy(*1,*3) 250g, kasza(*1) 200g, ogórek 100g ,kompot owocowy bez cukru 200 ml.	Wafle ryżowe 50g	kawa bez cukru 250ml, chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło roślinne(*7)15g, kiełbasa 70g, sałatka jarzynowa 30g	En:1969,9 kcal Białko: 74,0 g Tłuszcz ogółem: 66,1g NKT:20,1 g Węglowodany:269,9g Cukry: 56,6g Błonnik:32,6g Sól : 6,8g

- 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
- Zupa z soczewicy składniki: soczewica czerwona, ziemniaki, wywar mięsny, włoszczyzna, przyprawy
- Ozorek w sosie musztardowym składniki: ozorek wieprzowy, mąka, musztarda, przyprawy
- Gulasz mięsno – jarzynowy składniki: mięso gulaszowe, brokuł, kalafior, marchewka, mąka, przyprawy
- Sałatka jarzynowa składniki: gotowane ziemniaki, marchew, groszek, ogórek, przyprawy

Jadłospis 05.05.2024 r.

RODZAJ DIETY	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
PODSTAWOWA	Płatki gryczane na mleku(*7)300ml, chleb pszenny (*1)100g, masło(*7)15g, szynka drobiowa 50g, serek (*7) 20g, ogórek 30g,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) 17g, pomidor 30g	En: 1972,2 kcal Białko: 83,2 g Tłuszcz ogółem: 76,0g NKT: 21,2g Węglowodany:251,2g Cukry:53,7g Błonnik:32,6g Sól : 8,8g
ŁATWOSTRAWNA	Płatki owsiane na mleku(*7) 300ml, chleb pszenny(*1) 100g, masło roślinne(*7)15g, szynka drobiowa 50g, serek (*7) 20 g, ogórek 30g,herbata 250ml	Jabłko 50g	Zupa krupnik(*1) 350ml, kurczak gotowany 100 g, ryż zwykły 200g, marchew duszona (*1) 100g,kompot owocowy 200 ml.	Pieczywo chrupkie pszenne 50g	kawa 250 ml, chleb pszenny(*1)100g, masło roślinne (*7)15g, jajko gotowane (*3), serek topiony (*7) 17g, pomidor 30g	En: 1961,9kcal Białko: 88,9 g Tłuszcz ogółem:68,7 g NKT: 16,2g Węglowodany: 284,5g Cukry:59,1g Błonnik:23,4g Sól : 7,7g
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Ryż brązowy na mleku(*7) 350ml, chleb razowy (*1)100g, masło roślinne(*7) 15g, szynka drobiowa 50g, serek (*7) 20g,ogórek 30g, 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) 17g, pomidor 30g	En:2017,8 kcal Białko: 85,0g Tłuszcz ogółem: 59,5g NKT:20,6,0 g Węglowodany: 285,6g Cukry:55,4g Błonnik:34,6g Sól :6,8 g

- Płatki owsiane na mleku – składniki: płatki owsiane, 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, oliwa

Jadłospis 06.05.2024 r.

RODZAJ DIETY	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
PODSTAWOWA	Kasza orkiszowa na mleku(*1,*7)300ml, chleb pszenny (*1)100g, masło(*7)15g, mielonka kanapkowa 50g, serek grani (*7) , papryka 30g, 20g, herbata 250ml	Jogurt pitny 150ml	Zupa brokułowa(*1) 350ml, makaron gruboziarnisty 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, sałata 30g	En: 2106,2 kcal Białko: 69,8 g Tłuszcz ogółem: 82,7g NKT: 28,2g Węglowodany:270,8g Cukry:57,7g Błonnik:32,6,g Sól : 9,8g
ŁATWOSTRAWNA	Kasza orkiszowa na mleku(*1,*7) 300ml, chleb pszenny(*1) 100g, masło roślinne(*7)15g, mielonka kanapkowa 50g,papryka 30g, serek grani (*7) 20 g, herbata 250ml	Jogurt pitny 150ml	Zupa brokułowa(*1) 350ml, makaron pszenny 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, sałata 30g	En:1984 kcal Białko:71,1.9g Tłuszcz ogółem:75,8g NKT:30,1g Węglowodany:259,2g Cukry:53,2,0g Błonnik:24,2g Sól:5,7g
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kasza orkiszowa na mleku(*1,*7) 350ml, chleb razowy (*1)100g, masło roślinne(*7) 15g, szynka drobiowa 50g, papryka 30g, serek grani (*7) 20g, 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, sałata 30g	En:1941 kcal Białko: 68,9g Tłuszcz ogółem:80,6g NKT:31,2,2g Węglowodany:230,8,0g Cukry:49,8,2g Błonnik:30,8g Sól: 6,5

- Kasza orkiszowana mleku - składniki : kasza orkiszowa, mleko
- Zupa brokułowa– składniki :wywar mięsny drobiowy ,ziemniaki, brokuł, marchewka, cebula ,listek lauowy ,ziele angielskie, pieprz ziółowy, sól, kucharek, włośzcz
- Makaron z mięsem składniki: makaron gruboziarnisty, mięso gotowane, włośzczyzna, przyprawy
- Kapusta pekińska składniki: kapusta pekińska, marchew, oliwa, przyprawy

Jadłospis 07.05.2024r.

RODZAJ DIETY	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
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), pomidor 30g	En: 2037,4kcal Białko: 71,2g Tłuszcz ogółem: 86,3g NKT: 29,6g Węglowodany: 244,0g Cukry: 50,6 g Błonnik:33,2 g Sól :7,1 g
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), pomidor 30g	En: 1943,5 kcal Białko: 62,1g Tłuszcz ogółem: 68,6g NKT:22,8 g Węglowodany: 269,4g Cukry: 55,4g Błonnik:22,8 g Sól : 6,9g
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, kurczak gotowany 100 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), pomidor 30g	En: 1964,3kcal Białko: 64,6g Tłuszcz ogółem: 83,8g NKT: 29,5g Węglowodany: 238,2 g Cukry:48,6 g Błonnik: 31,3g Sól : 5,4g

- 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 al.

**JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE Z PRZYCZYN NIEZALEŻNYCH OD SEKCJI ŻYWIENIA, WSZELKIE ZMIANY SĄ ZGŁASZANE DO ZAMAWIAJĄCEGO.**