

JADŁOSPIS NA 2025-04-03 (czwartek)

Dieta podstawowa - KOD 1

Śniadanie	Zupa mleczna z kaszką manną /Alergeny: 7,1/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7/; Herbata ; Szynka delikatesowa ; papryka świeża /Alergeny: 7/; Ogórek zielony /Alergeny: 7/; mandarynki
742 kcal	Węglowodany ogółem 105,43 g, Sód 885,95 mg, w tym cukry 32,62 g, Tłuszcz 24,75 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,62 g, Białko ogółem 20,34 g, Błonnik pokarmowy 10,5 g
Obiad	zupa- krem z zielonego groszku /Alergeny: 7,1,3,6,9,10/; Pyzy własnej produkcji /Alergeny: 1,3,7/; Rolady wołowe /Alergeny: 1,3,6,9,10,7/; Buraki ze śmietaną /Alergeny: 7/; kapusta kiszona gotowana /Alergeny: 7/; Kompot wiśniowy ; deser mleczny z ryżem i owocami /Alergeny: 1,3,6,9,10/
1333 kcal	Tłuszcz 27,95 g, Węglowodany ogółem 209,84 g, Sód 2166,03 mg, Białko ogółem 52,73 g, Błonnik pokarmowy 17,72 g, w tym cukry 13,79 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 6,95 g
Kolacja	chleb zwykły /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; Szynka gotowana ; ser wiejski /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Kielki ; Herbata
479 kcal	Tłuszcz 19,35 g, Węglowodany ogółem 58,86 g, Sód 864,59 mg, Błonnik pokarmowy 6,78 g, Białko ogółem 16,46 g, w tym cukry 7,41 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
wieczorny posiłek	baton crunchy owocowy /Alergeny: 1/
169 kcal	Białko ogółem 1,48 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,24 g, Tłuszcz 5,2 g, w tym cukry 14,4 g, Węglowodany ogółem 28,8 g

dieta lekkostrawna - KOD 2

Śniadanie	Zupa mleczna z kaszką manną /Alergeny: 7,1/; masło extra /Alergeny: 7/; chleb pszenny /Alergeny: 1/; Pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7/; Szynka delikatesowa ; Pomidor /Alergeny: 7/; Herbata ; Sałata /Alergeny: 7/; jabłko pieczone
616 kcal	Węglowodany ogółem 77,16 g, Sód 525,21 mg, w tym cukry 20,44 g, Tłuszcz 22,72 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,62 g, Białko ogółem 23,01 g, Błonnik pokarmowy 4,21 g
Obiad	Rosół z makaronem /Alergeny: 7,1/; Bitki wołowe w sosie chrzanowym /Alergeny: 1,3,6,9,10/; ziemniaki gotowane ; Buraki z jogurtem /Alergeny: 7/; Kompot śliwkowy ; jogurt pitny owocowy /Alergeny: 7/
710 kcal	Tłuszcz 11,27 g, Węglowodany ogółem 103,67 g, Sód 850,68 mg, Błonnik pokarmowy 8,83 g, w tym cukry 38,11 g, Białko ogółem 49,04 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 5,47 g
Kolacja	chleb pszenny /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; szynka gotowana ; ser wiejski /Alergeny: 7/; Herbata ; Pomidor /Alergeny: 7/; Kielki
378 kcal	Tłuszcz 17,33 g, Węglowodany ogółem 36,77 g, Błonnik pokarmowy 1,66 g, Białko ogółem 19,13 g, w tym cukry 7,23 g, Sód 504,95 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
wieczorny posiłek	Batonik zbożowy bakalland /Alergeny: 1/
166 kcal	Białko ogółem 2,04 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 2,92 g, Tłuszcz 3,96 g, w tym cukry 7,6 g, Węglowodany ogółem 30 g

dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - KOD 6

Śniadanie	Zupa mleczna z kaszką manną /Alergeny: 7,1/; masło extra /Alergeny: 7/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; Pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7/; Szynka delikatesowa ; Ogórek zielony /Alergeny: 7/; papryka świeża /Alergeny: 7/; Herbata bez cukru 250ml ; mandarynki
634 kcal	Węglowodany ogółem 79,51 g, Sód 748,84 mg, w tym cukry 25,21 g, Tłuszcz 24,16 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,62 g, Białko ogółem 18,69 g, Błonnik pokarmowy 9,12 g
Drugie śniadanie	Maślanka /Alergeny: 7/
74 kcal	Tłuszcz 1 g, Węglowodany ogółem 9,4 g, Sód 120 mg, Białko ogółem 6,8 g, w tym cukry 9,4 g
Obiad	Rosół z makaronem /Alergeny: 7,1/; Bitki wołowe w sosie chrzanowym /Alergeny: 1,3,6,9,10/; ziemniaki gotowane ; Surówka z selera z rodzynkami i orzechami /Alergeny: 7,5/; Kompot śliwkowy ; jogurt pitny Dar Pure /Alergeny: 7/
695 kcal	Tłuszcz 14,68 g, Węglowodany ogółem 92,34 g, Sód 932,15 mg, Błonnik pokarmowy 12,34 g, w tym cukry 31,08 g, Białko ogółem 47,11 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 5,58 g
Podwieczorek	grejfruty
32 kcal	Tłuszcz 0,16 g, Węglowodany ogółem 7,84 g, Sód 1,6 mg, Błonnik pokarmowy 1,52 g
Kolacja	Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; szynka gotowana ; ser wiejski /Alergeny: 7/; Herbata bez cukru 250ml ; Pomidor /Alergeny: 7/; Kielki
371 kcal	Tłuszcz 18,76 g, Węglowodany ogółem 32,94 g, Sód 727,48 mg, Błonnik pokarmowy 5,4 g, Białko ogółem 14,81 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
wieczorny posiłek	sok kubus /Alergeny: 1,3,6,9,10/

135 kcal	Białko ogółem 1,2 g, Tłuszcz 0,3 g, Węglowodany ogółem 29,7 g, Błonnik pokarmowy 3,3 g, w tym cukry 28,5 g
dieta bogatoresztkowa - KOD 5	
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszką manną /Alergeny: 7,1/; masło extra /Alergeny: 7/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; Pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7/; Szynka delikatesowa ; papryka świeża /Alergeny: 7/; Ogórek zielony /Alergeny: 7/; Herbata bez cukru 250ml ; jabłko (1 sztuka)
626 kcal	Węglowodany ogółem 77,23 g, Sód 749,74 mg, w tym cukry 13,21 g, Tłuszcz 24,34 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,62 g, Białko ogółem 18,69 g, Błonnik pokarmowy 8,67 g
Obiad	Rosół z makaronem /Alergeny: 7,1/; Bitki wołowe w sosie chrzanowym /Alergeny: 1,3,6,9,10/; ziemniaki gotowane ; Surówka z selera z rodzynkami i orzechami /Alergeny: 7,5/; Kompot śliwkowy ; jogurt pitny Dar Pure /Alergeny: 7/
695 kcal	Tłuszcz 14,68 g, Węglowodany ogółem 92,34 g, Sód 932,15 mg, Błonnik pokarmowy 12,34 g, w tym cukry 31,08 g, Białko ogółem 47,11 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 5,58 g
Kolacja	Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; szynka gotowana ; ser wiejski /Alergeny: 7/; Herbata bez cukru 250ml ; Pomidor /Alergeny: 7/; Kielki
371 kcal	Tłuszcz 18,76 g, Węglowodany ogółem 32,94 g, Sód 727,48 mg, Błonnik pokarmowy 5,4 g, Białko ogółem 14,81 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
wieczorny posiłek	sok kubus /Alergeny: 1,3,6,9,10/
135 kcal	Białko ogółem 1,2 g, Tłuszcz 0,3 g, Węglowodany ogółem 29,7 g, Błonnik pokarmowy 3,3 g, w tym cukry 28,5 g

dieta wysokobiałkowa - KOD 9	
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszką manną /Alergeny: 7,1/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7/; Herbata ; Szynka delikatesowa ; papryka świeża /Alergeny: 7/; Ogórek zielony /Alergeny: 7/; mandarynki
742 kcal	Węglowodany ogółem 105,43 g, Sód 885,95 mg, w tym cukry 32,62 g, Tłuszcz 24,75 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,62 g, Białko ogółem 20,34 g, Błonnik pokarmowy 10,5 g
Drugie śniadanie	jogurt skyr owocowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/
84 kcal	Białko ogółem 15,4 g, Węglowodany ogółem 5,6 g, w tym cukry 5,32 g
Obiad	zupa- krem z zielonego groszku /Alergeny: 7,1,3,6,9,10/; Pyzy własnej produkcji /Alergeny: 1,3,7/; Rolady wołowe /Alergeny: 1,3,6,9,10,7/; Buraki ze śmietaną /Alergeny: 7/; kapusta kiszona gotowana /Alergeny: 7/; Kompot wiśniowy ; deser mleczny z ryżem i owocami /Alergeny: 1,3,6,9,10/
1333 kcal	Tłuszcz 27,95 g, Węglowodany ogółem 209,84 g, Sód 2166,03 mg, Białko ogółem 52,73 g, Błonnik pokarmowy 17,72 g, w tym cukry 13,79 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 6,95 g
Podwieczorek	banan
116 kcal	Tłuszcz 0,36 g, Węglowodany ogółem 28,2 g, Sód 1,2 mg, Błonnik pokarmowy 2,04 g, w tym cukry 14,4 g
Kolacja	chleb zwykły /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; Szynka gotowana ; ser wiejski /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Kielki ; Herbata
479 kcal	Tłuszcz 19,35 g, Węglowodany ogółem 58,86 g, Sód 864,59 mg, Błonnik pokarmowy 6,78 g, Białko ogółem 16,46 g, w tym cukry 7,41 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
wieczorny posiłek	baton crunchy owocowy /Alergeny: 1/
169 kcal	Białko ogółem 1,48 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,24 g, Tłuszcz 5,2 g, w tym cukry 14,4 g, Węglowodany ogółem 28,8 g

dieta bez laktozy - KOD 11/LA	
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszką manną /Alergeny: 7,1/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; ser biały b/l z koperkiem /Alergeny: 7/; Herbata ; Szynka delikatesowa ; papryka świeża /Alergeny: 7/; Ogórek zielony /Alergeny: 7/; mandarynki
689 kcal	Węglowodany ogółem 99,72 g, Sód 798,92 mg, w tym cukry 32,44 g, Tłuszcz 23,27 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,62 g, Białko ogółem 18,07 g, Błonnik pokarmowy 10,43 g
Obiad	zupa- krem z zielonego groszku /Alergeny: 7,1,3,6,9,10/; Pyzy własnej produkcji /Alergeny: 1,3,7/; Rolady wołowe /Alergeny: 1,3,6,9,10,7/; Buraki z chrzanem /Alergeny: 7/; kapusta kiszona gotowana /Alergeny: 7/; Kompot wiśniowy ; sok vege 0,5
1309 kcal	Tłuszcz 31,14 g, Węglowodany ogółem 191,42 g, Sód 1927,65 mg, Białko ogółem 52,65 g, Błonnik pokarmowy 24,77 g, w tym cukry 31,79 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,66 g
Kolacja	chleb zwykły /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; Szynka gotowana ; ser wiejski ; Pomidor /Alergeny: 7/; Kielki ; Herbata
427 kcal	Tłuszcz 17,04 g, Węglowodany ogółem 56,88 g, Sód 636,59 mg, Błonnik pokarmowy 6,78 g, Białko ogółem 10,43 g, w tym cukry 7,59 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g

wieczorny posiłek	baton crunchy owocowy /Alergeny: 1/
169 kcal	Białko ogółem 1,48 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,24 g, Tłuszcz 5,2 g, w tym cukry 14,4 g, Węglowodany ogółem 28,8 g
dieta podstawowa komercja	
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszką manną /Alergeny: 7,1/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7/; Herbata ; Szynka delikatesowa ; papryka świeża /Alergeny: 7/; Ogórek zielony /Alergeny: 7/
674 kcal	Węglowodany ogółem 88,63 g, Sód 884,45 mg, w tym cukry 20,62 g, Tłuszcz 24,45 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,62 g, Białko ogółem 20,34 g, Błonnik pokarmowy 7,65 g
Obiad	zupa- krem z zielonego groszku /Alergeny: 7,1,3,6,9,10/; Pyzy własnej produkcji /Alergeny: 1,3,7/; Rolady wołowe /Alergeny: 1,3,6,9,10,7/; Buraki ze śmietaną /Alergeny: 7/; kapusta kiszona gotowana /Alergeny: 7/; Kompot wiśniowy
1133 kcal	Tłuszcz 23,45 g, Węglowodany ogółem 173,99 g, Sód 2085,03 mg, Białko ogółem 49,28 g, Błonnik pokarmowy 17,27 g, w tym cukry 13,79 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,92 g
Kolacja	chleb zwykły /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; Szynka gotowana ; ser wiejski /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Kielki ; Herbata
479 kcal	Tłuszcz 19,35 g, Węglowodany ogółem 58,86 g, Sód 864,59 mg, Błonnik pokarmowy 6,78 g, Białko ogółem 16,46 g, w tym cukry 7,41 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
dieta ubogopurynowa	
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszką manną /Alergeny: 7,1/; Masło roślinne ; chleb pszenny /Alergeny: 1/; Pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7/; Szynka delikatesowa ; Pomidor /Alergeny: 7/; Herbata ; Kielki ; jabłko pieczone
557 kcal	Węglowodany ogółem 76,94 g, Sód 529,76 mg, w tym cukry 20,44 g, Tłuszcz 16,33 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 2,97 g, Białko ogółem 22,9 g, Błonnik pokarmowy 4,14 g
Obiad	Rosół z makaronem /Alergeny: 7,1/; Bitki wołowe w sosie chrzanowym /Alergeny: 7,1,3,6,9,10/; ziemniaki gotowane ; Buraki z jogurtem /Alergeny: 7/; Kompot śliwkowy ; jogurt pitny owocowy /Alergeny: 7/
664 kcal	Tłuszcz 9,83 g, Węglowodany ogółem 103,67 g, Sód 858,33 mg, Błonnik pokarmowy 8,83 g, w tym cukry 38,11 g, Białko ogółem 40,68 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 4,77 g
Kolacja	chleb pszenny /Alergeny: 1/; Masło roślinne ; Szynka gotowana ; ser wiejski /Alergeny: 7/; Herbata ; Pomidor /Alergeny: 7/; Kielki
291 kcal	Tłuszcz 9,92 g, Węglowodany ogółem 36,44 g, Błonnik pokarmowy 1,66 g, Białko ogółem 14,45 g, w tym cukry 7,23 g, Sód 339,2 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 0 g
wieczorny posiłek	Batonik zbożowy bakalland /Alergeny: 1/
166 kcal	Białko ogółem 2,04 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 2,92 g, Tłuszcz 3,96 g, w tym cukry 7,6 g, Węglowodany ogółem 30 g