

Jadłospis na dzień 11.05 do 20.05 2025 oddziały

11.052025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa 1	Zupa mleczna z makaronem 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasta z drobiu 50g (1,9), pomidor 30g, jogurt naturalny 190g (7)		Gołąbki gorlickie 90g (1,3,9) D, ziemniaki z zieloną 250g, surówka z selera 120g (7,9), woda 250ml, jabłko 150g		Pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina drobiowa 50g (9,10), roszponka 5g, ogórek świeży 30g	Wafle ryżowe 20g, woda 250ml	Kcal 2167 Białko 82 Tuszczy 69 w tym NKT 26 Węglowodany 279 w tym cukry 58 Sól 5 Błonnik 24
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z makaronem 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasta z drobiu 50g (1,9), pomidor 30g, jogurt naturalny 190g (7)		Gołąbki gorlickie 90g (1,3,9) D, ziemniaki z zieloną 250g, surówka z selera 120g (7,9), woda 250ml, jabłko 150g		Pieczywo mieszane 120g (1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina drobiowa 50g (9,10), roszponka 5g, pomidor 50g	Wafle ryżowe 20g, woda 250ml	Kcal 2172 Białko 82 Tuszczy 69 w tym NKT 26 Węglowodany 280 w tym cukry 59 Sól 5 Błonnik 24
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z makaronem 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasta z drobiu 50g (1,9), pomidor 30g, jogurt naturalny 190g (7)		Gołąbki gorlickie 90g (1,3,9) D, ziemniaki z zieloną 250g, marchew oprószana 120g (1), woda 250ml, jabłko 150g		Pieczywo mieszane 120g (1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina drobiowa 50g (9,10), roszponka 5g,	Wafle ryżowe 20g, woda 250ml	Kcal 2261 Białko 83 Tuszczy 77 w tym NKT 32 Węglowodany 285 w tym cukry 57 Sól 5 Błonnik 23
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7), masło roślinne 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasta z drobiu 50g (1,9), pomidor 30g, ogórek świeży 30g	Kanapka z mięsem na sałacie (1)	Gołąbki gorlickie 90g (1,3,9) D, ziemniaki z zieloną 250g, surówka z selera 120g (7,9), woda 250ml, jabłko 150g	Kaszka (7)	Pieczywo razowe 120g (1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina drobiowa 50g (9,10), roszponka 5g, ser topiony 20g (7)	Kanapka z ogórkiem świeżym	Kcal 2096 Białko 83 Tuszczy 68 w tym NKT 25 Węglowodany 259 w tym cukry 45 Sól 7 Błonnik 35

Alergeny występujące w posiłkach:

- Zboża zawierające gluten
- Skorupiaki i produkty pochodne
- Jaja i produkty pochodne
- Ryby i produkty pochodne
- Orzeszki ziemne (arachidowe)
- Soja i produkty pochodne
- Mleko i produkty pochodne
- Orzechy
- Seler i produkty pochodne
- Gorzycza i produkty pochodne
- Nasiona sezamu
- Dwutlenek siarki
- Łubin
- Mięczaki

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.

12.05.2025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa 1	Zupa mleczna z kaszą 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina wieprzowa 50g (9), sałata 5g, pomidor 50g, papryka 30g, jogurt owocowy 150g		Zupa koperkowa 300ml (1,9), jajka sadzone 100g (3)S, ziemniaki z zieloną 250g, mizeria z ogórka (7), jabłko 120g, woda 200ml		Pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml galareta z kurczaka (9) 120g, sałata, pomidor 50g	Wafle zwykłe 20g, woda 250ml	Kcal 2097 Białko 80 Tuszczy 72 w tym NKT 25 Węglowodany 259 w tym cukry 55 Sól 5 Błonnik 22
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z kaszą 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina drobiowa 50g (9), sałata 5g, pomidor 50g, jogurt owocowy 150g		Zupa koperkowa 250ml (9), jajko gotowane 50g (3), ziemniaki z zieloną 250g, buraczki 120g, jabłko 120g, woda 200ml		Pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), galareta z kurczaka (9) 120g, sałata, pomidor 50g, ser topiony 25g	Wafle zwykłe 20g, woda 250ml	Kcal 2001 Białko 74 Tuszczy 55 w tym NKT 25 Węglowodany 280 w tym cukry 65 Sól 5 Błonnik 24
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z kaszą 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina drobiowa 50g (9), sałata 5g, pomidor 50g,		Zupa koperkowa 300ml (1,9), klops gotowany 220g (9), ziemniaki z zieloną 250g, marchew jabłko 120g, woda 200ml		Pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), galareta z kurczaka (9) 120g, sałata, pomidor 50g	Wafle zwykłe 20g, woda 250ml	Kcal 2013 Białko 79 Tuszczy 55 w tym NKT 24 Węglowodany 276 w tym cukry 57 Sól 7 Błonnik 24
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina drobiowa 50g (9), sałata 5g, pomidor 50g, papryka 30g, jogurt naturalny 150g	Kanapka z pieczenią na sałacie (9)	Zupa koperkowa 250ml (9), jajko gotowane 50g (3), ziemniaki z zieloną 250g, mizeria z ogórka 120g, (7) jabłko 120g, woda 200ml	kisiel	Pieczywo mieszane 120g (1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), galareta z kurczaka (9) 120g, sałata, pomidor 50g, ser topiony 25g	Kanapka z pastą (1) woda 250ml	Kcal 2023 Białko 80 Tuszczy 60 w tym NKT 24 Węglowodany 266 w tym cukry 49 Sól 6 Błonnik 32

Alergeny występujące w posiłkach:

- Zboża zawierające gluten
- Skorupiaki i produkty pochodne
- Jaja i produkty pochodne
- Ryby i produkty pochodne
- Orzeszki ziemne (arachidowe)
- Soja i produkty pochodne
- Mleko i produkty pochodne
- Orzechy
- Seler i produkty pochodne
- Gorzycza i produkty pochodne
- Nasiona sezamu
- Dwutlenek siarki
- Łubin
- Mięczaki

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.

13.05.2025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa 1	Zupa mleczna z kaszka mąną 250ml (1,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) pieczeń rzymska 50g(1,3)rukola 5g,ser topiony 20g,dżem 25g		Kurczak w potrawce ,ryż 100g(3,7),marchew z groszkiem 120g (1),jabłko 120g,woda250ml		Pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7) wędlina drobiowa 50g(9) ,pomidor 30g, salata5g,	Wafle lekkie 15g,(1) woda 250ml	Kcal 2254 Białko 75 Tłuszcz 70 w tym NKT 28 Węglowodany 308 w tym cukry 55 Sól 5 Błonnik 21
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z kaszka mąną 250ml (1,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) pieczeń rzymska 50g(1,3)rukola 5g,ser topiony 20g ,dżem 25g		Kurczak w potrawce ,ryż 100g(3,7),marchew oprószana120g (1),jabłko 120g,woda250ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7)wędlin a drobiowa 50g(9) ,pomidor 30g,salata5g,	Wafle lekkie 15g,(1) woda 250ml	Kcal 2296 Białko 74 Tłuszcz 75 w tym NKT 33 Węglowodany 307 w tym cukry 55 Sól 5 Błonnik 20
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z kaszką 250ml (1,7),pieczywo mieszane 120g (1,7) margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) ,mięso gotowane50g(9)rukola 5g,ser twarogowy 20g ,		Kurczak w potrawce ,ryż 100g(3,7),marchew oprószana120g (1),jabłko 120g,woda250ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7)wędlin a drobiowa 50g(9) ,pomidor 30g, gsalata5g,dżem 25g	Wafle lekkie 15g,(1) woda 250ml	Kcal 2059 Białko 63 Tłuszcz 59w tym NKT 28 Węglowodany 304 w tym cukry 55 Sól 6 Błonnik 21
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7) masło roślinne 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) ,pieczeń rzymska 50g(1,3)rukola 5g,,ogórek świeży 20g	Kanapka z pomidorem na sałacie (1,7)	kurczak w potrawce ,ryż 100g(3,7),marchew z groszkiem 120g (1),jabłko 150g ,	Budyń (7)	Pieczywo razowe 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7),wędlin a drobiowa 50g(9) ,pomidor 30g,salata5g,	Kanapka z pasta drobiową (1,7)	Kcal 2294 Białko 85 Tłuszcz 67w tym NKT 25 Węglowodany 308 w tym cukry 57 Sól 6 Błonnik 35

Alergeny występujące w posiłkach:

- Zboża zawierające gluten
- Skorupiaki i produkty pochodne
- Jaja i produkty pochodne
- Ryby i produkty pochodne
- Orzeszki ziemne(arachidowe)
- Soja i produkty pochodne
- Mleko i produkty pochodne
- Orzechy
- Seler i produkty pochodne
- Gorzycza i produkty pochodne
- Nasiona sezamu
- Dwutlenek siarki
- Łubin
- Mięczaki

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.

14.05.2025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa 1	Zupa mleczna z lanymi kłuskami 250ml (1,3,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,(kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina drobiowa 30g,jajko , (9,10)sałata 5g,pomidor 50g,papryka 30g		Zrazy wieprzowe w sosie (D) 110g (1,3),ziemniaki z zieleniną 250g,buraczki 120g ,mandarynka 80g,woda 200ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) sałatka jarzynowa 120g(3,9),sałata 5g ,pomidor 50g ,	Jogurt naturalny 150g,(7)woda 250ml	Kcal 2051 Białko 91 Tłuszcz 59 w tym NKT 26 Węglowodany 261 w tym cukry 62 Sól 7 Błonnik 23
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z lanymi kłuskami 250ml (1,3,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,(kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina drobiowa 30g,jajko , (9,10)sałata 5g,pomidor 50g,		Bitka wieprzowa w sosie (D) 110g (1,3),ziemniaki z zieleniną 250g,buraczki 120g,mandarynka 80g,woda 200ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), sałatka jarzynowa 120g(3,9),sałata 5g ,pomidor 50g	Jogurt naturalny 150g(7)woda 250ml	Kcal 2067 Białko 93 Tłuszcz 64 w tym NKT 25 Węglowodany 258 w tym cukry 62 Sól 7 Błonnik 23
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z lanymi kłuskami 250ml (1,3,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,(kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina drobiowa 30g,białko jajka ,(9,10)sałata 5g,pomidor 50g,		Bitka wieprzowa w sosie (D) 110g (1,3),ziemniaki z zieleniną 250g,buraczki 120g ,mandarynka 80g,woda 200ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) sałatka jarzynowa 120g(3,9),sałata 5g ,pomidor 50g	Jogurt naturalny 150g(7)woda 250ml	Kcal 2021 Białko 92 Tłuszcz 60w tym NKT 23 Węglowodany 258 w tym cukry 60 Sól 7 Błonnik 23
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7)margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina drobiowa 30g,jajko ,(9,10)sałata 5g,pomidor 50g,papryka 30g	Kanapka z pieczenią rzymską na sałacie (1)	Bitka wieprzowa w sosie (D) 110g (1,3),ziemniaki z zieleniną 250g,buraczki 120g , woda 200ml	jabłko	Pieczywo mieszane 120g(1,7),masło roślinne 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7),sałatka jarzynowa 120g(3,9),sałata 5g ,pomidor 50g	Kanapka z ogórkiem (1)	Kcal 2018 Białko 89 Tłuszcz 62 w tym NKT 19 Węglowodany 247 w tym cukry 49 Sól 7 Błonnik 36

Alergeny występujące w posiłkach:

- Zboża zawierające gluten
- Skorupiaki i produkty pochodne
- Jaja i produkty pochodne
- Ryby i produkty pochodne
- Orzeszki ziemne(arachidowe)
- Soja i produkty pochodne
- Mleko i produkty pochodne
- Orzechy
- Seler i produkty pochodne
- Gorzycza i produkty pochodne
- Nasiona sezamu
- Dwutlenek siarki
- Łubin
- Mięczaki

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.

15.05.2025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa 1	Zupa mleczna z kaszką 250ml (1,7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasta z twarogu i brokuł 70g(7) sałata 5g, ogórek świeży 30g, pomidor 50g		Gulasz mięsno-warzywny (1,9) D, ziemniaki woda 250ml, jabłko 150g		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina drobiowa 50g (9,10), sałata 5g pomidor 30, ser topiony 25g	Paleczki kukurydziane 20g, woda 250ml	Kcal 2102 Białko 89 Tłuszcz 65 w tym NKT 24 Węglowodany 271 w tym cukry 61 Sól 9 Błonnik 23
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z kaszką 250ml 250ml (1,7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) pasta z twarogu i brokuł 70g(7) sałata 5g, pomidor 50g		Gulasz mięsno-warzywny (1,9) D, ziemniaki woda 250ml, jabłko 150g		Pieczywo mieszane 120g(1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina drobiowa 50g (9,10), sałata 5g pomidor 30, ser topiony 25g	Paleczki kukurydziane 20g, woda 250ml	Kcal 2098 Białko 89 Tłuszcz 65 w tym NKT 24 Węglowodany 270 w tym cukry 61 Sól 9 Błonnik 23
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z kaszką 250ml (1,7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), twaróg 70g(7) sałata 5g, pomidor 50g		Gulasz mięsno-warzywny (1,9) D, ziemniaki woda 250ml, jabłko 150g		Pieczywo mieszane 120g(1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina drobiowa 50g (9,10), sałata 5g pomidor 30	Paleczki kukurydziane 20g, woda 250ml	Kcal 2034 Białko 89 Tłuszcz 58 w tym NKT 20 Węglowodany 270 w tym cukry 61 Sól 8 Błonnik 22
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7) masło roślinne 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) pasta z twarogu i brokuł 70g(7) sałata 5g, ogórek świeży 30g, pomidor 50g	Kanapka z serkiem topionym (1,3)	Gulasz mięsno-warzywny (1,9) D, ziemniaki woda 250ml, jabłko 150g	Budyń 200g(7)	Pieczywo razowe 120g(1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina drobiowa 50g (9,10), sałata 5g pomidor 30	Kanapka z mięsem (1,9)	Kcal 2111 Białko 83 Tłuszcz 66 w tym NKT 23 Węglowodany 269 w tym cukry 66 Sól 10 Błonnik 33

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne(arachidowe) 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.

16.05.2025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa 1	Zupa mleczna z kaszą 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), pasta z jaj 50g, [pomidor sałata 5g, miód 25g, papryka 30g		Ryba smażona 100g (1,4), (S) ziemniaki z zieloną 250g, surówka z kapusty białej 120g, sok wielowarzywny 200ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), twaróg z szczypiorkiem 50g(7), dżem 30g, pomidor 50g rzodkiewka 20g	Wafle ryżowe 30g woda 250ml	Kcal 2120 Białko 64 Tłuszcz 67 w tym NKT 21 Węglowodany 293 w tym cukry 60 Sól 7 Błonnik 23
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z kaszą 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), pasta z jaj 50g pomidor, sałata 5g, miód 25g, jogurt naturalny 190g(7)		Ryba w warzywach duszona (1,4,9) 100g+warzywa 120g, ziemniaki z zieloną 250g, sok wielowarzywny 200ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), twaróg 50g(7), dżem 30g, pomidor 50g	Wafle ryżowe 30g woda 250ml	Kcal 2157 Białko 70 Tłuszcz 65 w tym NKT 23 Węglowodany 302 w tym cukry 61 Sól 7 Błonnik 18
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z kaszą 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 10g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina 50g(9,10), pomidor sałata 5g, miód 25g, jogurt naturalny 190g(7),		Ryba w warzywach duszona (1,4,9) 100g+warzywa 120g, ziemniaki z zieloną 250g, jabłko 150g, woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) twaróg 50g(7), dżem 30g, pomidor 50g	Wafle ryżowe 30g woda 250ml	Kcal 2014 Białko 63 Tłuszcz 59 w tym NKT 18 Węglowodany 294 w tym cukry 56 Sól 6 Błonnik 19
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7) margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) pasta z jaj 50g, pomidor sałata 5g, papryka 30g,	Kanapka z serkiem topionym na sałacie (1,3)	Ryba duszona (1) 100 ziemniaki z zieloną 250g, surówka z kapusty białej j, jabłko 150g woda 250ml,	Jabłko gotowane	Pieczywo mieszane 120g(1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), twaróg z szczypiorkiem 70g, rzodkiewka 20g, pomidor 50g	Kanapka z ogórkiem, woda	Kcal 2031 Białko 68 Tłuszcz 67 w tym NKT 20 Węglowodany 260 w tym cukry 51 Sól 8 Błonnik 34

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne(arachidowe) 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.

17.05.2025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa 1	Zupa mleczna z makaronem 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(9), ser żółty 50g(7), dżem 25g, sałata ogórek świeży 30g		wątróbki drobiowe duszone 100g (1,9) D ziemiaki z zieleciną 250g, buraczki 120g, woda 250ml, jabłko 150g		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlna drobiowa 30g (9,10), pomidor 50g, rukola 5g,	Pałeczki kukurydziane 20g, woda 250ml	Kcal 2166 Białko 94 Tuszczyk 68 w tym NKT 30 Węglowodany 270 w tym cukry 58 Sól 6 Błonnik 21
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z makaronem 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(9), ser topiony 50g(7), sałata 5g, pomidor 30g		wątróbki drobiowe duszone 100g (1,9) D ziemiaki z zieleciną 250g, buraczki 120g, woda 250ml, jabłko 150g		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlna drobiowa 50g (9,10), pomidor 30g, rukola 5g,	Pałeczki kukurydziane 20g, woda 250ml	Kcal 2159 Białko 87 Tuszczyk 70 w tym NKT 30 Węglowodany 270 w tym cukry 58 Sól 6 Błonnik 22
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z makaronem 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(9), mięso gotowane 50g(7), sałata 5g, pomidor 30g		wątróbki drobiowe duszone 100g (1,9) D ziemiaki z zieleciną 250g, buraczki 120g, woda 250ml, jabłko 150g		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlna drobiowa 50g (9,10), pomidor 30g, rukola 5g, dżem 25g	Pałeczki kukurydziane 20g, woda 250ml	Kcal 2036 Białko 85 Tuszczyk 55 w tym NKT 20 Węglowodany 279 w tym cukry 67 Sól 5 Błonnik 22
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7) margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) ser żółty 50g(7) sałata ogórek świeży 30g	Kanapka z pastą na sałacie (1,7)	wątróbki drobiowe duszone 100g (1,9) D ziemiaki z zieleciną 250g, buraczki 120g, woda 250ml, jabłko 150g	Jogurt naturalny 150g(7)	Pieczywo razowe 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlna drobiowa 50g (9,10), pomidor 50g, rukola 5g, wafle ryżowe 30g, papryka 30g	Kanapka z mięsem na sałacie (1)	Kcal 1975 Białko 92 Tuszczyk 63 w tym NKT 27 Węglowodany 233 w tym cukry 51 Sól 7 Błonnik 28

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.

18.05.2025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa 1	Zupa mleczna z ryżem 250ml 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlna wieprzowa 50g (9,10), sałata 5g, ogórek świeży 30g		Zrazy drobiowe duszone w sosie (1) D, ziemiaki z zieleciną 250g, surówka z selera i jabłka 120g, (7,9) sok 250ml,		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlna drobiowa 50g (9,10), pomidor 30, rukola 5g, papryka 30g, ser topiony 25g	Jogurt naturalny 150g, woda 250ml(7)	Kcal 2105 Białko 74 Tuszczyk 74 w tym NKT 27 Węglowodany 265 w tym cukry 62 Sól 8 Błonnik 20
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z ryżem 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlna drobiowa 50g (9,10), j. sałata 5g, pomidor 50g		Zrazy drobiowe duszone w sosie (1) D, ziemiaki z zieleciną 250g, surówka z selera i jabłka 120g, (7,9) , sok 250ml,		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlna drobiowa 50g (9,10), pomidor 30, rukola 5g,	Jogurt naturalny 190g, woda 250ml (7)	Kcal 2064 Białko 73 Tuszczyk 70 w tym NKT 25 Węglowodany 265 w tym cukry 62 Sól 8 Błonnik 20
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z ryżem 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 10g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlna drobiowa 50g, (10) sałata 5g, pomidor 30g,		Zrazy drobiowe duszone w sosie (1) D, ziemiaki z zieleciną 250g, marchew oprószana 120g(1), sok 250ml, ,		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlna drobiowa 50g (9,10), pomidor 30, rukola 5g,	Jogurt naturalny 190g, woda 250ml(7)	Kcal 2087 Białko 70 Tuszczyk 71 w tym NKT 26 Węglowodany 272 w tym cukry 62 Sól 8 Błonnik 20
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7) margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlna drobiowa 50g (9,10), sałata 5g, ogórek świeży 30g	Kanapka z pastą (1,9)	Zrazy drobiowe duszone w sosie (1) D, ziemiaki z zieleciną 250g, surówka z selera i jabłka 120g, (7,9) woda 250ml, , sok pomidorowy	Kaszka manna (7)	Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7) wędlna drobiowa 50g (9,10), pomidor 30, rukola 5g, papryka 30g	Kanapka z twarogiem na sałacie (1)	Kcal 2073 Białko 83 Tuszczyk 67 w tym NKT 20 Węglowodany 257 w tym cukry 53 Sól 9 Błonnik 33

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.

19.05.2025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
------------	-------------	--------------	-------	--------------	---------	---------------	--------------------

Podstawowa 1	Zupa mleczna z lanymi 250ml (1,3,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7)jajecznicza z szczypiorkiem 100g(3) pomidor 50g ,kielki brokuł 3g ,jogurt naturalny 150g(7),dżem 25g		Zupa ziemniaczana 3000ml(9),makaron z brokolami w sosie 250g,woda 250ml,mandarynka 80g		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7) pasta z drobiu 50g (9),pomidor 50g,sałata 5g,ser topiony25g (7),papryka 30g	Paleczki kukurydziane 20g,woda 250ml	Kcal 2279 Białko 84 Tuszczy 59 w tym NKT 27 Węglowodany 332 w tym cukry 58 Sól 8 Błonnik 22
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z lanymi 250ml (1,3,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) jajecznicza na parze 100g (3)pomidor 50g,jogurt naturalny 150g(7),dżem 25g		Zupa ziemniaczana 3000ml(9),makaron z brokolami w sosie 250g,woda 250ml,mandarynka 80g		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7),pasta z drobiu 50g (9),pomidor 50g,sałata 5g,ser topiony25g (7)	Paleczki kukurydziane 20g,woda 250ml	Kcal 2266 Białko 83 Tuszczy 58 w tym NKT 27 Węglowodany 330 w tym cukry 57 Sól 8 Błonnik 22
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z lanymi 250ml (1,3,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7)wędlina drobiowa50g(9,10) pomidor 50g ,jogurt naturalny 150g(7),dżem 25g		Zupa ziemniaczana 3000ml(9),makaron z kurczakiem w sosie 250g,woda 250ml,mandarynka 80g		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) pasta z drobiu 50g(9) pomidor 50g,sałata 5g	Paleczki kukurydziane 20g,woda 250ml	Kcal 2172 Białko 72 Tuszczy 57 w tym NKT 22 Węglowodany 326 w tym cukry 54 Sól 6 Błonnik 19
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7)masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) jajecznicza z szczypiorkiem 100g(3) pomidor 50g ,kielki brokuł 3g ,jogurt naturalny 150g(7)	Kanapka z serkiem topionym na sałacie (1)	Zupa ziemniaczana 3000ml(9),makaron z brokolami w sosie 250g,woda 250ml, g	Jabłko	Pieczywo mieszane 120g(1,7),masło roślinne 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7),pasta z drobiu 50g (9),pomidor 50g,sałata 5g,ser topiony25g (7),papryka 30g	Kanapka z pomidorem(1) , woda _	Kcal 2116 Białko 82 Tuszczy 56w tym NKT 25 Węglowodany 295 w tym cukry 41 Sól 9 Błonnik 33

Alergeny występujące w posiłkach:

- 1.Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3.Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne(arachidowe) 6.Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8.Orzechy 9.Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.

20.05.2025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa 1	Zupa mleczna z płatkami 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7),,twaróg z szczypiorkiem 50g(7),dżem 30g,roszponka ,pomidor 50g		Udko z kurczaka pieczone (P) 120g (1),ziemniaki z zieleciną 250g ,sałata 50g (7),jabłko 120g, woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7) pasta z wędliny,sera i jaj 50g,(3,7,9)sałata 5g,papryka 30g,	Wafle zwykłe 15g (1) woda 250ml	Kcal 2032 Białko 82 Tuszczy 69 w tym NKT 25 Węglowodany 249 w tym cukry 65 Sól 4 Błonnik 20
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z płatkami250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) ,twaróg 50g(7),dżem 30g, roszponka ,pomidor 50g		Udko z kurczaka duszone (D) 120g (1),ziemniaki z zieleciną 250g,sałata 50g (7),jabłko 120g, woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7)pasta z wędliny,sera i jaj 50g, (3,7,9)sałata 5g,pomidor 30g.	Wafle zwykłe 15g woda 250ml	Kcal 2021 Białko 82 Tuszczy 69 w tym NKT 25 Węglowodany 247 w tym cukry 54 Sól 4 Błonnik 20
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z płatkami 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7)margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) ,twaróg 50g(7),dżem 30g, roszponka ,pomidor 50g		Udko z kurczaka duszone (D) 120g (1),ziemniaki z zieleciną 250g,sałata 50g (7),jabłko 120g, woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina 50g (9,10),sałata 5g pomidor 30g,jogurt naturalny 150g	Wafle zwykłe 15g woda 250ml	Kcal 2060 Białko 90 Tuszczy 66 w tym NKT 22 Węglowodany 256 w tym cukry 59 Sól 5 Błonnik 20
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7) margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina 30g (7,9) , twaróg z szczypiorkiem 70g(7), roszponka ,pomidor 50g	Kanapka z ogórkiem świeżym(1)	Udko z kurczaka duszone (D) 120g (1),ziemniaki z zieleciną 250g,sałata 50g (7),	Jabłko	Pieczywo razowe 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem,250ml(1,7)pasta z wędliny,sera i jaj 50g,sałata 5g,papryka 30g,jogurt naturalny 150g(7)	Kanapka z pastą ,woda 250ml	Kcal 2032 Białko 92 Tuszczy 69 w tym NKT 24 Węglowodany 233 w tym cukry 42 Sól 5 Błonnik 30

Alergeny występujące w posiłkach:

- 1.Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3.Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne(arachidowe) 6.Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8.Orzechy 9.Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

