

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-15 poniedziałek	Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GOR) ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mandarynka 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Kotlet mielony drobiowo-wieprzowy 120 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Sałatka z buraczką i ogórka kw. z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Połędwica wiśniowa wp 40 g (SOJ) papryka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Kefir 360 g (MLE)
	Dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GOR) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Połędwica wiśniowa wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Kefir 360 g (MLE)
	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GOR) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Połędwica wiśniowa wp 40 g (SOJ) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Kefir 360 g (MLE)
	Dieta wątrobowa	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GOR) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Połędwica wiśniowa wp 40 g (SOJ) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Kefir 360 g (MLE)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-15 poniedziałek

Dieta płynna wzmocniona	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata b/c 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) mięso drobiowe 90 g Marchew gotowana 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (MLE)	Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g (GLU, JAJ)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) mięso drobiowe 90 g Herbata b/c 250 g	
Dieta cukrzycowa	Kefir 360 g (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GOR) ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Poledwica wiśniowa wp 40 g (SOJ) papryka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,poledwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)
Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Filet zapiekany dr 50 g (GOR) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g	Rogalik maślany 50 g (GLU)	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Poledwica wiśniowa wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g (MLE)
Dieta dziecięca cukrzycowa	Kefir 360 g (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Filet zapiekany dr 50 g (GOR) ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g	Wafle ryżowe 10 g	Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Poledwica wiśniowa wp 40 g (SOJ) papryka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,poledwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-15 poniedziałek

Dieta bogatobiałkowa	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 80 g (GOR) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Połędwica wiśniowa wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Kefir 360 g (MLE)
Dieta niskobiałkowa	Zupa ryżanka 350 g (SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GOR) ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Kotlet mielony drobiowo-wieprzowy 120 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Sałatka z buraczka i ogórka kw. z olejem 150 Por Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Połędwica wiśniowa wp 40 g (SOJ) papryka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 30 g (GLU, JAJ)
Dieta papkowata	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GOR) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Połędwica wiśniowa wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Kefir 360 g (MLE)
Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GOR) ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mandarynka 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Kotlet mielony drobiowo-wieprzowy 120 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Sałatka z buraczka i ogórka kw. z olejem 150 Por Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Połędwica wiśniowa wp 40 g (SOJ) papryka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Kefir 360 g (MLE)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-15 poniedziałek	Dieta łatwostrawna ciężka/laktacja	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GOR) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Połędwica wiśniowa wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Kefir 360 g (MLE)
	Dieta cukrzycowa ciężka/laktacja	Kefir 360 g (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GOR) ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Połędwica wiśniowa wp 40 g (SOJ) papryka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Filet zapiekany dr 50 g (GOR) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g	Rogalik maślany 50 g (GLU)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Połędwica wiśniowa wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g (MLE)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-16 wtorek	Dieta podstawowa	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Kiwi 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Sos pomid-mięsny 150 g (GLU) Makaron razowy 200 g (GLU) Kalafior gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g	Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Serek wiejski 150 g (MLE)
	Dieta łatwostrawna	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Sos pomid-mięsny 150 g (GLU) Makaron 200 g (GLU, JAJ) Kalafior gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Serek wiejski 150 g (MLE)
	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU, JAJ) Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Serek wiejski 150 g (MLE)
	Dieta wątrobowa	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU, JAJ) Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Serek wiejski 150 g (MLE)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-16 wtorek

Dieta płynna wzmocniona	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata b/c 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) mięso drobiowe 90 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Ryż na sypko 200 g Masło 15 g (MLE)	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g (GLU, JAJ)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) mięso drobiowe 90 g Herbata b/c 250 g	
Dieta cukrzycowa	Serek wiejski 150 g (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Sos pomid-mięsny 150 g (GLU) Makaron razowy 200 g (GLU) Kalafior gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)
Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Sos pomid-mięsny 150 g (GLU) Makaron 200 g (GLU, JAJ) Kalafior gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g	Herbatniki 2 szt (GLU, JAJ)	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g (MLE)
Dieta dziecięca cukrzycowa	Serek wiejski 150 g (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Sos pomid-mięsny 150 g (GLU) Makaron razowy 200 g (GLU) Kalafior gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g	Herbatniki 2 szt (GLU, JAJ)	Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-16 wtorek

Dieta bogatobiałkowa	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 80 g (GLU, SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Sos pomid-mięsny 150 g (GLU) Makaron 200 g (GLU, JAJ) Kalafior gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleciną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Serek wiejski 150 g (MLE)
Dieta niskobiałkowa	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Kiwi 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Sos pomid-mięsny 150 g (GLU) Makaron razowy 200 g (GLU) Kalafior gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleciną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 30 g (GLU, JAJ)
Dieta papkowata	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Sos pomid-mięsny 150 g (GLU) Makaron 200 g (GLU, JAJ) Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleciną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Serek wiejski 150 g (MLE)
Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Kiwi 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Sos pomid-mięsny 150 g (GLU) Makaron razowy 200 g (GLU) Kalafior gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleciną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Serek wiejski 150 g (MLE)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-16 wtorek	Dieta łatwostrawna ciężka/laktacja	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Sos pomid-mięsny 150 g (GLU) Makaron 200 g (GLU, JAJ) Kalafior gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleciną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Serek wiejski 150 g (MLE)
	Dieta cukrzycowa ciężka/laktacja	Serek wiejski 150 g (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Sos pomid-mięsny 150 g (GLU) Makaron razowy 200 g (GLU) Kalafior gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleciną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połudwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g (GLU, SEL) Sos pomid-mięsny 150 g (GLU) Makaron 200 g (GLU, JAJ) Kalafior gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g	Herbatniki 2 szt (GLU, JAJ)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek z zieleciną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g (MLE)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-17 środa	Dieta podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szynka drobiowa 20 g Sałatka z brokuła z sosem jogurtowym 80 g (MLE) Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z białej kapusty i ogórka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Szynka z liściem 40 g (SOJ, SEL) ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE)
	Dieta łatwostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szynka drobiowa 20 g Sałatka z brokuła z sosem jogurtowym 80 g (MLE) Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE)
	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g (GLU, JAJ) Szynka drobiowa 20 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE)
	Dieta wątrobowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka drobiowa 80 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-17 środa

Dieta płynna wzmocniona	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata b/c 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ryżanka 400 g (SEL) mięso drobiowe 90 g Marchew gotowana 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (MLE)	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) mięso drobiowe 90 g Herbata b/c 250 g	
Dieta cukrzycowa	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szyńka drobiowa 20 g Sałatka z brokuła z sosem jogurtowym 80 g (MLE) Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z białej kapusty i ogórka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szyńka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)
Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szyńka drobiowa 20 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szyńka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g (MLE)
Dieta dziecięca cukrzycowa	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szyńka drobiowa 20 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z białej kapusty i ogórka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szyńka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-17 środa	Dieta bogatobiałkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szyńka drobiowa 80 g Sałatka z brokuła z sosem jogurtowym 80 g (MLE) Sałata roszonek 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szyńka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Polędwica sopočka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE)
	Dieta niskobiałkowa	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szyńka drobiowa wędzona 50 g (GLU) Pomidor 80 g Sałata roszonek 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z białej kapusty i ogórka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Polędwica sopočka wp 40 g (SOJ) Szyńka z liściem 40 g (SOJ, SEL) ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 30 g (GLU, JAJ)
	Dieta papkowata	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szyńka drobiowa 20 g Sałatka z brokuła z sosem jogurtowym 80 g (MLE) Sałata roszonek 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szyńka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Polędwica sopočka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-17 środa

Dieta podstawowa cięża/laktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szyńka drobiowa 20 g Sałatka z brokuła z sosem jogurtowym 80 g (MLE) Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z białej kapusty i ogórka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Szyńka z liściem 40 g (SOJ, SEL) ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE)
Dieta łatwostrawna cięża/laktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szyńka drobiowa 20 g Sałatka z brokuła z sosem jogurtowym 80 g (MLE) Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szyńka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE)
Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szyńka drobiowa 20 g Sałatka z brokuła z sosem jogurtowym 80 g (MLE) Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z białej kapusty i ogórka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szyńka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-17 środa	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szyńka drobiowa 20 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szyńka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Polędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g (MLE)
	2024-01-18 czwartek	Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy 50 g (SOJ) papryka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) A`la gołabek 200 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g
		Dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Roladka drob-wp z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-18 czwartek	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Roladka drob-wp z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 g (MLE)	
	Dieta wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Roladka drob-wp z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 g (MLE)	
	Dieta płynna wzmocniona	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata b/c 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) mięso drobiowe 90 g Marchew gotowana 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (MLE)	Mus z jabłka płynny z biszkoitem 120 g (GLU, JAJ)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) mięso drobiowe 90 g Herbata b/c 250 g		
	Dieta cukrzycowa	Maślanka 330 g (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy 50 g (SOJ) papryka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Sałatka wiosenna z makaronem 150 g (GLU)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Roladka drob-wp z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynkowa wieprzowa 20 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,poledwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)	
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Baton szynkowy 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Roladka drob-wp z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g (MLE)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-18 czwartek

Dieta dziecięca cukrzykowa	Maślanka 330 g (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Baton szynkowy 50 g (SOJ) papryka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Salatka wiosenna z makaronem 150 g (GLU)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Roladka drob-wp z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Szynkowa wieprzowa 20 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)
Dieta bogatobiałkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy 80 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Roladka drob-wp z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 g (MLE)
Dieta niskobiałkowa	Zupa ryżanka 350 g (SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy 50 g (SOJ) papryka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) A'la gołabek 200 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 30 g (GLU, JAJ)
Dieta papkowata	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Roladka drob-wp z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 g (MLE)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-18 czwartek	Dieta podstawowa cięża/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy 50 g (SOJ) papryka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) A`la gołabek 200 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 g (MLE)
	Dieta łatwostrawna cięża/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Roladka drob-wp z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 g (MLE)
	Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Maślanka 330 g (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy 50 g (SOJ) papryka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Sałatka wiosenna z makaronem 150 g (GLU) Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Roladka drob-wp z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynkowa wieprzowa 20 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20g 1 Por (GLU, SOJ)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-19 piątek	Dieta podstawowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok multivitamina 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy b/c 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtusty 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g
		Dieta łatwostrawna	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy b/c 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtusty 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g
2024-01-18 czwartek	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Baton szynkowy 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Roladka drob-wp z warzywami 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Sałatka z buraczką z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g (MLE)
		Dieta łatwostrawna	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy b/c 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtusty 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-19 piątek

Dieta wrzodowa/żołądkowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Salata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy b/c 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g
Dieta wątrobowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Salata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata b/c 250 g Sok multivitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy b/c 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g
Dieta płynna wzmocniona	Ryż na mleku 350 g (MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata b/c 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) mięso drobiowe 90 g Marchew gotowana 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (MLE)	Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g (GLU, JAJ)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) mięso drobiowe 90 g Herbata b/c 250 g	
Dieta cukrzycowa	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtusty 50 g (MLE) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,poledwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-19 piątek

Dieta dziecięca lekkostrawna	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy b/c 300 g	Herbatniki 2 szt (GLU, JAJ)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g (MLE)
Dieta dziecięca cukrzykowa	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 g	Wafle ryżowe 10 g	Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)
Dieta bogatobiałkowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 80 g (GLU, SOJ) Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy b/c 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g
Dieta niskobiałkowa	Zupa ryżanka 350 g (SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy b/c 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Dżem niskosłodzony 60 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Herbatniki 2 szt (GLU, JAJ)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-19 piątek

Dieta papkowata	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy b/c 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g
Dieta podstawowa ciąża/laktacja	Ryż na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy b/c 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g
Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy b/c 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g
Dieta cukrzycowa ciąża/laktacja	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba miruna pieczona 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-19 piątek	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane po grecku 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy b/c 300 g	Herbatniki 2 szt (GLU, JAJ)	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka z liściem 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g (MLE)
	Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, MLE, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mandarynka 1 szt	Zupa solferino 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż brązowy na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z soczewicy czerwonej 50 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g papryka 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g
2024-01-20 sobota	Dieta łatwostrawna	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, MLE, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa solferino 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Dyńia gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyt 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-20 sobota	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g (GLU, JAJ) Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Ryż na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Dyńa gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	
	Dieta wątrobowa	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka krucha z pieca 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa solferino 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Dyńa gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	
	Dieta płynna wzmocniona	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata b/c 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) mięso drobiowe 90 g Dyńa gotowana opruszana 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (MLE)	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g (GLU, JAJ)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) mięso drobiowe 90 g Herbata b/c 250 g		
	Dieta cukrzycowa	Serek homogenizowany naturalny 150 g Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szynka krucha z pieca 20 g Sałatka jarzynowa 80 Por (JAJ, MLE, SEL) Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejfrut 100 g	Zupa solferino 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż brązowy na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Pasta z soczewicy czerwonej 50 g papryka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,poledwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-20 sobota	Dieta dziecięca lekkostrawna	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa solferino 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Dyńia gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g	Biszkopty b/c 30 g (GLU, JAJ)	Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g (MLE)
	Dieta dziecięca cukrzykowa	Serek homogenizowany naturalny 150 g Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa solferino 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż brązowy na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 250 g	Biszkopty b/c 30 g (GLU, JAJ)	Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Pasta z soczewicy czerwonej 50 g papryka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)
	Dieta bogatobiałkowa	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szynka krucha z pieca 50 g Sałatka jarzynowa 80 Por (JAJ, MLE, SEL) Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa solferino 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Dyńia gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g
	Dieta niskobiałkowa	Zupa grysikowa 350 g (GLU, SEL) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szynka krucha z pieca 20 g Sałatka jarzynowa 80 Por (JAJ, MLE, SEL) Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa solferino 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż brązowy na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g papryka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 30 g (GLU, JAJ)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-20 sobota	Dieta papkowata	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szynka krucha z pieca 20 g Sałatka jarzynowa 80 Por (JAJ, MLE, SEL) Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa solferino 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Dyńia gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g	Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g
	Dieta podstawowa ciąża/laktacja	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szynka krucha z pieca 20 g Sałatka jarzynowa 80 Por (JAJ, MLE, SEL) Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g Szynka krucha z pieca 20 g	Mandarynka 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa solferino 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż brązowy na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 250 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z soczewicy czerwonej 50 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g papryka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g
	Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szynka krucha z pieca 20 g Sałatka jarzynowa 80 Por (JAJ, MLE, SEL) Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa solferino 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Dyńia gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g	Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-20 sobota	Dieta cukrzycowa ciężalaktacja	Serek homogenizowany naturalny 150 g Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, MLE, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE) Jabłko 130 g	Zupa solferino 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż brązowy na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Pasta z soczewicy czerwonej 50 g papryka 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) jajko gotowane 1 szt. 1 Por (JAJ) Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa solferino 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Dynia gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g	Biszkopty b/c 30 g (GLU, JAJ)	Pieczywo psz-żyt 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g (MLE)
2024-01-21 niedziela	Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Rosół z makaronem 400 g (GLU, SEL) Udka/podudzie z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) Salata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (GLU, JAJ)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-21 niedziela

Dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Rosół z makaronem 400 g (GLU, SEL) Udło/podudzie z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (GLU, JAJ)
Dieta wrzodowa/żółdkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Rosół z makaronem 400 g (GLU, SEL) Udło/podudzie z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (GLU, JAJ)
Dieta wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Rosół z makaronem 400 g (GLU, SEL) Udło/podudzie z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (GLU, JAJ)
Dieta płynna wzmocniona	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata b/c 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) mięso drobiowe 90 g Marchew gotowana 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (MLE)	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) mięso drobiowe 90 g Herbata b/c 250 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-21 niedziela

Dieta cukrzycowa	Maślanka 150 g (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Rosół z makaronem 400 g (GLU, SEL) Udka/podudzie z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połudwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)
Dieta dziecięca lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Połudwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Rosół z makaronem 400 g (GLU, SEL) Udka/podudzie z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (GLU, JAJ)
Dieta dziecięca cukrzycowa	Maślanka 150 g (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Połudwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Rosół z makaronem 400 g (GLU, SEL) Udka/podudzie z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połudwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)
Dieta bogatobiałkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 80 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Rosół z makaronem 400 g (GLU, SEL) Udka/podudzie z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-21 niedziela

Dieta niskobiałkowa	Zupa grysikowa 350 g (GLU, SEL) Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Rosół z makaronem 400 g (GLU, SEL) Udka/podudzie z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka tostowa drobiowa 50 g (SOJ) Sałata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (GLU, JAJ)
Dieta papkowata	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Rosół z makaronem 400 g (GLU, SEL) Udka/podudzie z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtusty 50 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (GLU, JAJ)
Dieta podstawowa cięża/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Rosół z makaronem 400 g (GLU, SEL) Udka/podudzie z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtusty 50 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) Sałata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (GLU, JAJ)
Dieta łatwostrawna cięża/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Rosół z makaronem 400 g (GLU, SEL) Udka/podudzie z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtusty 50 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (GLU, JAJ)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-01-15 do dnia 2024-01-21 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-21 niedziela	Dieta cukrzycowa ciężka/laktacja	Maślanka 150 g (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata b/c 250 g Sałata roszponka 10 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Rosół z makaronem 400 g (GLU, SEL) Udka/podudzie z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtusty 50 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połudwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Połudwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Rosół z makaronem 400 g (GLU, SEL) Udka/podudzie z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały półtusty 50 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (GLU, JAJ)

Oznaczenia alergenów:

- GLU* - Zboża zawierające gluten,
- SKR* - Skorupiaki i pochodne,
- JAJ* - Jaja i pochodne,
- RYB* - Ryby i pochodne,
- OZI* - Orzechy ziemne i pochodne,
- SOJ* - Soja i pochodne,
- MLE* - Mleko i pochodne,
- ORZ* - Orzechy,
- SEL* - Seler i pochodne,
- GOR* - Gorczyca i produkty pochodne,
- SEZ* - Nasiona sezamu i pochodne,
- S02* - Dwutlenek siarki / siarczyny,
- ŁUB* - Łubin i produkty pochodne,
- MCK* - Mięczaki i pochodne,