

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.04

Dzień	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza	Mielona	Papkowata	Pediatryczna 1-3	Pediatryczna 4-9	Pediatryczna 10-18
I Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; ser żółty 50 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; jajko gotowane 1 szt; salata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb żytnio-żytni 100 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; jajko gotowane 1 szt; salata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb żytnio-pszenny 100 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; ser żółty 50 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; ser żółty 50 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; jajo gotowane 1 szt. pomidor b/skórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa, masła i twarogu 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; masło 10 g; serek śmietankowy 30 g; jajko gotowane 0,5 szt.; salata 15 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Kajzerka 50 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; ser żółty 50 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; ser żółty 50 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
II Śniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; twaróg 30 g; pomidor b/skórki 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 30 g; masło 5 g; twaróg 30 g; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Biszkopty 50 g; banan 1 szt. ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne					
Obiad	Zupa pieczarkowa 350 ml; makaron 200 g; ryba pieczona w sosie śmietankowo-koperkowym 100 g + 100 g sos; kaliafor gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa z fasolką szparagową 350 ml; makaron 200 g; ryba pieczona w sosie mleczno-koperkowym 100 g + 100 g sos; kaliafor gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa z fasolką szparagową 350 ml; makaron 200 g; ryba pieczona w sosie mleczno-koperkowym 100 g + 100 g sos; kaliafor gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa pieczarkowa 350 ml; makaron 200 g; ryba pieczona w sosie śmietankowo-koperkowym 100 g + 100 g sos; kaliafor gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa pieczarkowa 350 ml; makaron 250 g; ryba pieczona w sosie mleczno-koperkowym 100 g + 100 g sos; kaliafor gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa z fasolką szparagową 350 ml; ziemniaki puree 200 g; zmielona pieczona ryba w sosie mleczno-koperkowym 100 g + 100 g sos; kaliafor gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa z fasolką szparagową 350 ml; makaron 200 g; ryba pieczona w sosie mleczno-koperkowym 100 g + 100 g sos; kaliafor gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa z fasolką szparagową 175 ml; makaron 100 g; ryba pieczona w sosie mleczno-koperkowym 50 g + 50 g sos; kaliafor gotowany 65 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa pieczarkowa 350 ml; makaron 150 g; ryba pieczona w sosie mleczno-koperkowym 100 g + 100 g sos; kaliafor gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa pieczarkowa 350 ml; makaron 200 g; ryba pieczona w sosie śmietankowo-koperkowym 100 g + 100 g sos; kaliafor gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne
Podwieczorek			Jogurt naturalny 150 g; ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Mus owocowy 100 g	Jogurt naturalny 150 g; ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)			Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa, margaryny i jaja 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; margaryna 10 g; serek wiejski 50 g; pomidor b/skórki 40 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), soja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 25 g; chleb żytnio-pszenny 25 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor 80 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor 80 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
wieczornik	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Jogurt naturalny 150 g; ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Mus owocowy 100 g	Sok jabłkowy 200 ml	Sok jabłkowy 200 ml	Sok jabłkowy 200 ml	Sok jabłkowy 200 ml	Sok jabłkowy 200 ml
Składniki odżywcze	E: 2194,8 kcal; B: 88,5 g; T: 78,6 g; W: 290,2 g B:16%; T:32%; W:51%; NKT: 12 g; Błonnik: 27 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 25 g	E: 2254,4 kcal; B: 109,6 g; T: 66,2 g; W: 311,2 g B:20%; T:27%; W:54%; NKT: 12 g; Błonnik: 26 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 24 g	E: 2369,6 kcal; B: 107,8 g; T: 77,9 g; W: 316,2 g B:18%; T:30%; W:52%; NKT: 12 g; Błonnik: 26 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 25 g	E: 2364,9 kcal; B: 89,8 g; T: 86,6 g; W: 315,4 g B:15%; T:33%; W:52%; NKT: 12 g; Błonnik: 27 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 23 g	E: 2706,7 kcal; B: 96,9 g; T: 82,6 g; W: 404,6 g B:14%; T:28%; W:58%; NKT: 13 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 26 g	E: 2254,4 kcal; B: 109,6 g; T: 66,2 g; W: 311,2 g B:20%; T:27%; W:54%; NKT: 12 g; Błonnik: 26 g; Sód: 2,3 g	E: 1983,9 kcal; B: 106,2 g; T: 57,2 g; W: 273,4 g B:21%; T:26%; W:53%; NKT: 12 g; Błonnik: 26 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 25 g	E: 1009,6 kcal; B: 61 g; T: 34,1 g; W: 204,6 g B:24%; T:30%; W:45%; NKT: 10 g; Błonnik: 26 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	E: 1722,0 kcal; B: 80,3 g; T: 53,7 g; W: 231,9 g B:19%; T:28%; W:53%; NKT: 11 g; Błonnik: 25 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 24 g	E: 2097,7 kcal; B: 102,1 g; T: 72 g; W: 272,4 g B:20%; T:31%; W:49%; NKT: 12 g; Błonnik: 26 g; Sód: 2,6 g; Cukry: 26 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.04

Dzień	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza	Mielona	Papkowata	Pediatryczna 1-3	Pediatryczna 4-9	Pediatryczna 10-18
I Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; szynka z kurczaka 50 g; serek topiony 50 g; jogurt naturalny 100 g; pomidor 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; szynka z kurczaka 50 g; jogurt naturalny 100 g; pomidor b/skórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; szynka z kurczaka 50 g; jogurt naturalny 100 g; pomidor b/skórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; masło 15 g; serek topiony 50 g; szynka z kurczaka 50 g; jogurt naturalny 100 g; pomidor 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; serek topiony 50 g; szynka z kurczaka 50 g; jogurt naturalny 100 g; pomidor 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; zmielona szynka z kurczaka 50 g; jogurt naturalny 100 g; pomidor b/skórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa, masła i jajka; 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Kajzerka 50 g; masło 10 g; serek śmietankowy 30 g; szynka z kurczaka 25 g; pomidor b/skórki 40 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; masło 15 g; serek topiony 50 g; szynka z kurczaka 50 g; pomidor 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; serek topiony 50 g; szynka z kurczaka 50 g; pomidor 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
II Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; szynka wieprzowa 30 g; salata 10 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)		Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; szynka wieprzowa 30 g; salata 10 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 30 g; masło 5 g; szynka wieprzowa 30 g; salata 10 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Mieszanka studencka 30 g; jabłko 1 szt. ALERGENY: orzeszki ziemne i produkty pochodne, orzechy i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyn					

	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; sałatka jarzynowa z majonezem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; sałatka jarzynowa z jogurtem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; sałatka jarzynowa z jogurtem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; sałatka jarzynowa z majonezem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; margaryna 15 g; zmielona sałatka jarzynowa z jogurtem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa, margaryna i jajka 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 50 g; margaryna 10 g; sałatka jarzynowa z jogurtem 75 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, soja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 25 g; chleb żytnio-pszenny 25 g; margaryna 15 g; sałatka jarzynowa z majonezem 150 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, soja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; sałatka jarzynowa z majonezem 150 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, soja i produkty pochodne	
	Posiłek wielkopostny	Babka wielkanocna 50 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Babka wielkanocna 50 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Babka wielkanocna 50 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Babka wielkanocna 50 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Babka wielkanocna 50 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Sok jablkowy 200 ml	Sok jablkowy 200 ml	Babka wielkanocna 50 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Babka wielkanocna 50 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Babka wielkanocna 50 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
	SKŁADNIKI odżywczcze	E: 2007,5 kcal; B: 81,6 g; T: 92,4 g; W: 223,3 g B:16%; T:34%; W:42%; NKT: 11 g; Błonnik: 25 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 30 g	E: 1853,4 kcal; B: 95 g; T: 66,2 g; W: 231,2 g B:21%; T:32%; W:47%; NKT: 10 g; Błonnik: 24 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 30 g	E: 2258,5 kcal; B: 112,1 g; T: 79 g; W: 288,2 g B:20%; T:33%; W:49%; NKT: 10 g; Błonnik: 24 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 32 g	E: 2159,3 kcal; B: 87,4 g; T: 103,3 g; W: 231,8 g B:15%; T:33%; W:41%; NKT: 11 g; Błonnik: 26 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 32 g	E: 2768 kcal; B: 103,3 g; T: 104,8 g; W: 369,9 g B:15%; T:34%; W:51%; NKT: 11 g; Błonnik: 27 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 31 g	E: 1853,4 kcal; B: 95 g; T: 66,2 g; W: 231,2 g B:21%; T:32%; W:47%; NKT: 10 g; Błonnik: 24 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 30 g	E: 1936,5 kcal; B: 94,6 g; T: 55,8 g; W: 2468,1 g B:20%; T:26%; W:54%; NKT:10 g; Błonnik: 24 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 32 g	E: 1277,3 kcal; B: 75,4 g; T: 43,8 g; W: 150,9 g B:24%; T:31%; W:46%; NKT: 12 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 32 g	E: 1679,0 kcal; B: 80,7g; T: 59,1 g; W: 206,7 g B:19%; T:32%; W:49%; NKT: 10 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 30 g	E: 2171 kcal; B: 88 g; T: 93,7 g; W: 254,4 g B:16%; T:33%; W:45%; NKT: 11 g; Błonnik: 30 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 32 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.04

Die	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Poloźnicza	Mielona	Papkowata	Pediatryczna 1-3	Pediatryczna 4-9	Pediatryczna 10-18	
Sniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; kielbasa biała 100 g; chrzan 15 g; sałatka z pomidorem i cebulką 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; twaróg z natką 100 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; twaróg z natką 100 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; masło 15 g; kielbasa biała 100 g; chrzan 15 g; sałatka z pomidorem i cebulką 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; kielbasa biała 100 g; chrzan 15 g; sałatka z pomidorem i cebulką 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; masło 15 g; zmielona twaróg z natką 100 g; pomidor b/śkórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa, masła i twarogu 150 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; masło 10 g; twaróg z natką 50 g; sałata 15 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; masło 15 g; kielbasa biała 100 g; keczup 15 g; sałata z pomidorem i cebulką 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; kielbasa biała 100 g; keczup 15 g; sałata z pomidorem i cebulką 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; kielbasa biała 100 g; keczup 15 g; sałata z pomidorem i cebulką 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
II Sniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; szynka z kurczaka 30 g; pomidor b/śkórki 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 30 g; masło 5 g; szynka z kurczaka 30 g; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Risiel o smaku truskawkowym 200 g						
Obiad	Rosół z makaronem 350 ml; kasza gryczana 200 g; schab pieczony w sosie pieczeniowym 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Rosół z makaronem 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; schab pieczony w lekkim sosie 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Rosół z makaronem 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; schab pieczony w lekkim sosie 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Rosół z makaronem 350 ml; kasza gryczana 200 g; schab pieczony w sosie pieczeniowym 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Rosół z makaronem 350 ml; kasza gryczana 200 g; schab pieczony w lekkim sosie 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Rosół z makaronem 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; schab pieczony w lekkim sosie 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Rosół z makaronem 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; schab pieczony w lekkim sosie 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Rosół z makaronem 175 ml; kasza jęczmienna 100 g; schab pieczony w lekkim sosie 50 g mięsa + 50 g sosu; buraczki 65 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Rosół z makaronem 350 ml; kasza gryczana 150 g; schab pieczony w sosie pieczeniowym 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda z syropem malinowym, 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Rosół z makaronem 350 ml; kasza gryczana 200 g; schab pieczony w sosie pieczeniowym 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda z syropem malinowym, 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	
Podwieczorek			Ciasto marchewkowe 50 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Ciasto marchewkowe 50 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Ciasto marchewkowe 50 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)			Ciasto marchewkowe 50 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Ciasto marchewkowe 50 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Ciasto marchewkowe 50 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; pasztet 100 g; ogórek kiszony 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; pasta jajeczna z natką 50 g; szynka wieprzowa 50 g; pomidor b/śkórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; pasta jajeczna z natką 50 g; szynka wieprzowa 50 g; pomidor b/śkórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb żytnio-pszenny 100 g; margaryna 15 g; pasztet 100 g; ogórek kiszony 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; pasztet 100 g; ogórek kiszony 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; margaryna 15 g; zmielona pasta jajeczna z natką 50 g; zmielona szynka wieprzowa 50 g; pomidor b/śkórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa, margaryna i jajka 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; margaryna 10 g; pasta jajeczna z natką 25 g; szynka wieprzowa 25 g; sałata 15 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 25 g; chleb żytnio-pszenny 25 g; margaryna 15 g; sałata jęczmienna 30 g; sałata kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 g; sałata 35 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; sałata jęczmienna 30 g; sałata kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 g; sałata 35 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; sałata jęczmienna 30 g; sałata kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 g; sałata 35 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Posiłek wielkopostny	Wafelek czekoladowy 34 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Wafelek czekoladowy 34 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Wafelek czekoladowy 34 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Wafelek czekoladowy 34 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Wafelek czekoladowy 34 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Wafelek czekoladowy 34 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Wafelek czekoladowy 34 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Wafelek czekoladowy 34 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	

SKRAMNIKI odżywcze	E: 2195,2 kcal; B: 103,1 g; T: 95,3 g; W: 240,5 g B:19%; T:31%; W:42%; NKT: 13 g; Błonnik: 24 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	E: 1952 kcal; B: 118,5 g; T: 58,4 g; W: 245,6 g; B:24%; T:27%; W:49%; NKT:12 g; Błonnik: 22 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 27 g	E: 2234,4 kcal; B: 137,2 g; T: 69,3 g; W: 273,5 g; B:25%; T:28%; W:47%; NKT: 12 g; Błonnik: 23 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	E: 2256,7 kcal; B: 100,3 g; T: 88,9 g; W: 275,5 g; B:18%; T:32%; W:47%; NKT: 13 g; Błonnik: 25 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 27 g	E: 2751,6 kcal; B: 121,3 g; T: 104,6 g; W: 343,3 g; B:18%; T:33%; W:48%; NKT: 13 g; Błonnik: 25 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 29 g	E: 1952 kcal; B: 118,5 g; T: 58,4 g; W: 245,6 g; B:24%; T:27%; W:49%; NKT:12 g; Błonnik: 22 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 27 g	E: 1899,7 kcal; B: 101,4 g; T: 59,5 g; W: 247,8 g; B:21%; T:28%; W:50%; NKT: 12 g; Błonnik: 23 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	E: 1114,5 kcal; B: 54,7 g; T: 34,9 g; W: 151,5 g; B:20%; T:28%; W:52%; NKT: 11 g; Błonnik: 27 g; Sód: 2,3 g; Cukry: 27 g	E: 1644,0 kcal; B: 90,2 g; T: 48,1 g; W: 212,6 g; B:22%; T:26%; W:52%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 27 g	E: 2102,6 kcal; B: 89,6 g; T: 87,1 g; W: 252,1 g; B:17%; T:33%; W:46%; NKT: 12 g; Błonnik: 29 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g
--------------------	--	--	---	---	--	--	---	--	--	--

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.04

Dzień	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Polożnicza	Mielona	Papkowata	Pediatryczna 1-3	Pediatryczna 4-9	Pediatryczna 10-18	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenno 50 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 50 g; ser żółty 50 g; pomidor 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; dżem truskawkowy 50 g; salata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; dżem truskawkowy 50 g; salata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenno 100 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 50 g; ser żółty 50 g; pomidor 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenno 50 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 50 g; ser żółty 50 g; pomidor 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; masło 15 g; zmielona szynka wieprzowa 50 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor b/śkórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa, masła i wędliny 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; masło 10 g; szynka wieprzowa 25 g; serek śmietankowy 30 g; salata 15 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; masło 15 g; ser żółty 50 g; szynka wieprzowa 50 g; pomidor 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; chleb żytnio-pszenno 50 g; masło 15 g; ser żółty 50 g; szynka wieprzowa 50 g; pomidor 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	
II Śniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; szynka wieprzowa 30 g; salata 35 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenno 30 g; masło 5 g; szynka wieprzowa 30 g; salata 35 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne	Biszkopty 50 g; gruszka 1 szt. ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne						
Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml; gotowane spaghetti bolognese z mięsem wieprzowym 200 g makaron + 200 g sos (mięso 100 g); jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa kalafiorowa 350 ml; gotowane spaghetti bolognese z mięsem wieprzowym 200 g makaron + 200 g sos (mięso 100 g); jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa kalafiorowa 350 ml; gotowane spaghetti bolognese z mięsem wieprzowym 200 g makaron + 200 g sos (mięso 100 g); jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa kalafiorowa 350 ml; gotowane spaghetti bolognese z mięsem wieprzowym 200 g makaron + 200 g sos (mięso 100 g); jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa kalafiorowa 350 ml; gotowane spaghetti bolognese z mięsem wieprzowym 200 g makaron + 200 g sos (mięso 100 g); jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa kalafiorowa 350 ml; zmielone gotowane spaghetti bolognese z mięsem wieprzowym 200 g makaronu + 200 g sosu (mięso 100 g); mus owocowy 100 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa kalafiorowa 350 ml; gotowane spaghetti bolognese z mięsem wieprzowym 200 g makaron + 200 g sos (mięso 100 g); jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa kalafiorowa 175 ml; spaghetti gotowane bolognese z mięsem wieprzowym 100 g makaron + 100 g sos (mięso 50 g); jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa kalafiorowa 350 ml; gotowane spaghetti bolognese z mięsem wieprzowym 100 g makaron + 200 g sos (mięso 100 g); jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa kalafiorowa 350 ml; gotowane spaghetti bolognese z mięsem wieprzowym 200 g makaron + 200 g sos (mięso 100 g); jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa kalafiorowa 350 ml; gotowane spaghetti bolognese z mięsem wieprzowym 200 g makaron + 200 g sos (mięso 100 g); jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Podwieczorek			Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.			Budyń 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Budyń 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Budyń 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	
Kolejca	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenno 50 g; margaryna 15 g; sałatka gyros 100 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; lekka sałatka makaronowa 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; lekka sałatka makaronowa 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenno 100 g; margaryna 15 g; sałatka gyros 100 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenno 50 g; margaryna 15 g; sałatka gyros 100 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; margaryna 15 g; zmielona lekka sałatka makaronowa 150; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa, margaryny i twarogu 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 50 g; margaryna 10 g; szynka drobiowa 50 g; pomidor b/śkórki 40 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 25 g; chleb żytnio-pszenno 25 g; margaryna 15 g; szynka drobiowa 100 g; pomidor 80 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; margaryna 15 g; szynka drobiowa 100 g; pomidor 80 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	
Posiłek wieczorny	Kefir naturalny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir naturalny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir naturalny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir naturalny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir naturalny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir naturalny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir naturalny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	
SKRAMNIKI odżywcze	E: 1858,4 kcal; B: 96,5 g; T: 78,1 g; W: 204,3 g B:21%; T:35%; W:41%; NKT: 12 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 27 g	E: 1846,8 kcal; B: 102 g; T: 75,7 g; W: 200,1 g B:22%; T:34%; W:41%; NKT: 11 g; Błonnik: 27 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 27 g	E: 2125,3 kcal; B: 113 g; T: 90,2 g; W: 226,6 g B:21%; T:34%; W:40%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 28 g	E: 2110,9 kcal; B: 101,4 g; T: 92,5 g; W: 231,6 g B:19%; T:35%; W:41%; NKT: 12 g; Błonnik: 29 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 27 g	E: 2609,4 kcal; B: 118,7 g; T: 95,7 g; W: 335,7 g B:18%; T:33%; W:49%; NKT: 12 g; Błonnik: 29 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 29 g	E: 1846,8 kcal; B: 102 g; T: 75,7 g; W: 200,1 g B:22%; T:34%; W:41%; NKT: 11 g; Błonnik: 27 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 27 g	E: 2392,7 kcal; B: 111,2 g; T: 58,8 g; W: 368 g B:19%; T:22%; W:59%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 28 g	E: 1237,7 kcal; B: 58,4 g; T: 46,6 g; W: 150,7 g; B:19%; T:34%; W:47%; NKT: 11 g; Błonnik: 25 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 25 g	E: 1641,0 kcal; B: 90,0 g; T: 48,1 g; W: 212,2 g; B:22%; T:26%; W:52%; NKT: 11 g; Błonnik: 26 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 26 g	E: 2306,2 kcal; B: 108,7 g; T: 101,3 g; W: 246,9 g B:19%; T:34%; W:41%; NKT: 12 g; Błonnik: 27 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.04

Dzień	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Polożnicza	Mielona	Papkowata	Pediatryczna 1-3	Pediatryczna 4-9	Pediatryczna 10-18
-------	------------	--------------	----------------	------------	------------	---------	-----------	------------------	------------------	--------------------

Sniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; ser żółty 50 g; jajo gotowane 1 szt.; majonez 15 g; jogurt naturalny 100 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; twaróg 70 g; szynka wieprzowa 50 g; jogurt naturalny 100 g; pomidor b/skórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; twaróg 70 g; szynka wieprzowa 50 g; jogurt naturalny 100 g; pomidor b/skórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; masło 15 g; ser żółty 50 g; jajo gotowane 1 szt.; majonez 15 g; jogurt naturalny 100 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; ser żółty 50 g; jajo gotowane 1 szt.; majonez 15 g; jogurt naturalny 100 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; masło 15 g; zmielony twaróg 70 g; zmielona szynka wieprzowa 50 g; jogurt naturalny 100 g; pomidor b/skórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa, masła i twarogu 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; masło 10 g; szynka z kurczaka 25 g; szynka majonez 15 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Kajzerka 50 g; masło 15 g; ser żółty 50 g; jajo gotowane 1 szt.; ser żółty 50 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Kajzerka 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; ser żółty 50 g; jajo gotowane 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne
	II Sniadanie		Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; twaróg 30 g; salata 35 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 30 g; masło 5 g; twaróg 30 g; salata 35 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Mieszanka studencka 30 g; jablko 1 szt. ALERGENY: orzeszki ziemne i produkty pochodne, orzechy i produkty pochodne; dwutlenek siarki i szarżony					
Obiad	Krupnik 350 ml; ziemniak gotowane 200 g; pieczona kiełbasa drobiowa z cebulką 80 g; kielbasa + 40 g cebuli; ogórek kiszony 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Krupnik 350 ml; ziemniaki gotowane 200 g; gotowane leczko z cukinią, marchewką i kurczakiem 300 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Krupnik 350 ml; ziemniaki gotowane 200 g; gotowane leczko z cukinią, marchewką i kurczakiem 300 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Krupnik 350 ml; ziemniaki gotowane 200 g; pieczona kiełbasa drobiowa z cebulką 80 g; kielbasy + 40 g cebuli; ogórek kiszony 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Krupnik 350 ml; ziemniaki gotowane 250 g; pieczona kiełbasa drobiowa z cebulką 80 g; kielbasy + 40 g cebuli; ogórek kiszony 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Krupnik 350 ml; ziemniaki gotowane 200 g; gotowane leczko z cukinią, marchewką i kurczakiem 300 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Krupnik 175 ml; ziemniaki gotowane 150 g; gotowane leczko z cukinią, marchewką i kurczakiem 300 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Krupnik 350 ml; ziemniaki gotowane 150 g; pieczona kiełbaska drobiowa z cebulką 80 g; kielbasy + 40 g cebuli; ogórek kiszony 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Krupnik 350 ml; ziemniaki gotowane 200 g; pieczona kiełbaska drobiowa z cebulką 80 g; kielbasy + 40 g cebuli; ogórek kiszony 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Krupnik 350 ml; ziemniaki gotowane 200 g; pieczona kiełbaska drobiowa z cebulką 80 g; kielbasy + 40 g cebuli; ogórek kiszony 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Podwieczorek		Budyń z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jablko 1 szt.	Budyń z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)				Budyń z cukrem 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Budyń z cukrem 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Budyń z cukrem 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Kolejka	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; sałatka z kurczakiem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; pasta jajeczna z natką 100 g; salata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; pasta jajeczna z natką 100 g; salata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; margaryna 15 g; sałatka z kurczakiem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; sałatka z kurczakiem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; margaryna 15 g; zmielona pasta jajeczna z natką 100 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa, margaryny i jajka 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 50 g; margaryna 10 g; szynka z kurczaka 50 g; salata 15 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 25 g; chleb żytnio-pszenny 25 g; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 100 g; salata 35 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 100 g; salata 35 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Posiłek wieczorny	Jablko 1 szt.	Jablko 1 szt.	Budyń bez cukru 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Budyń z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jablko 1 szt.	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jablko 1 szt.	Jablko 1 szt.	Jablko 1 szt.
Składniki odżywcze	E: 1906,8 kcal; B: 87,1 g; T: 79,7 g; W: 220,3 g B:18%; T:34%; W:44%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	E: 1722,6 kcal; B: 97,8 g; T: 61,8 g; W: 204,1 g B:23%; T:32%; W:45%; NKT: 10 g; Błonnik: 26 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 27 g	E: 2072,8 kcal; B: 112,8 g; T: 71,6 g; W: 255,2 g B:22%; T:31%; W:47%; NKT: 10 g; Błonnik: 27 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	E: 2230,9 kcal; B: 96 g; T: 89,4 g; W: 272,2 g B:17%; T:36%; W:47%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 27 g	E: 2578,3 kcal; B: 104,8 g; T: 100,2 g; W: 329,4 g B:16%; T:35%; W:49%; NKT: 11 g; Błonnik: 26 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 29 g	E: 1722,6 kcal; B: 97,8 g; T: 61,8 g; W: 204,1 g B:23%; T:32%; W:45%; NKT: 10 g; Błonnik: 26 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 27 g	E: 2173,7 kcal; B: 109,5 g; T: 69,5 g; W: 289,3 g B:20%; T:32%; W:51%; NKT: 10 g; Błonnik: 27 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	E: 998 kcal; B: 51,2 g; T: 28,2 g; W: 141,5 g B:20%; T:25%; W:54%; NKT: 11 g; Błonnik: 27 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 25 g	E: 1675,0 kcal; B: 61,4 g; T: 51,7 g; W: 241,0 g B:15%; T:28%; W:58%; NKT: 11 g; Błonnik: 27 g; Sód: 2,0 g; Cukry: 25 g	E: 2029,1 kcal; B: 95,2 g; T: 78,2 g; W: 249,3 g B:19%; T:35%; W:47%; NKT: 12 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 27 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.04

Dzień	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrycowa	Polożnicza	Mielona	Papkowata	Pediatryczna 1-3	Pediatryczna 4-9	Pediatryczna 10-18
Sniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; twarózek ze szczypiorkiem 100 g; salata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; twarózek z natką 100 g; salata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; twarózek z natką 100 g; salata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; masło 15 g; twarózek ze szczypiorkiem 100 g; salata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; twarózek ze szczypiorkiem 100 g; salata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; masło 15 g; zmielony twarózek z natką 100 g; pomidor b/skórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa, masła i wędliny 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; masło 10 g; twarózek z natką 50 g; salata 15 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; masło 15 g; twarózek ze szczypiorkiem 100 g; salata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; twarózek ze szczypiorkiem 100 g; salata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
II Sniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor b/skórki 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 30 g; masło 5 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Biszkoty 50 g; jablko 1 szt. ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne					

Obiad	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 200 g; duszona chinszczyzna z kurczakiem 100 g mięsa + 100 g sosu + 130 g warzyw; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 200 g; duszona potrawka z włoszczyzny i kurczaka 100 g mięsa + 100 g sosu + 130 g warzyw; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 200 g; duszona potrawka z włoszczyzny i kurczaka 100 g mięsa + 100 g sosu + 130 g warzyw; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 250 g; duszona chinszczyzna z kurczakiem 100 g mięsa + 100 g sosu + 130 g warzyw; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 250 g; duszona chinszczyzna z kurczakiem 100 g mięsa + 100 g sosu + 130 g warzyw; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 200 g; duszona potrawka z włoszczyzny i kurczaka 100 g mięsa + 100 g sosu + 130 g warzyw; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa buraczkowa 175 ml; ryż biały 100 g; duszona potrawka z włoszczyzny i kurczaka 50 g mięsa + 50 g sosu + 130 g warzyw; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 150 g; duszona chinszczyzna z kurczakiem 100 g mięsa + 100 g sosu + 130 g warzyw; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 200 g; duszona chinszczyzna z kurczakiem 100 g mięsa + 100 g sosu + 130 g warzyw; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	
Podwieczorek			Kisiel owocowy z cukrem 200 g	Sok jabłko-jagoda 200 ml	Kisiel owocowy z cukrem 200 g		Kisiel owocowy z cukrem 100 g	Kisiel owocowy z cukrem 100 g	Kisiel owocowy z cukrem 100 g	
Kolejca	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; smalec z fasoli 50 g; ser żółty 50 g; ogórek kiszony 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; serek śmietankowy 30 g; szynka z kurczaka 50 g; pomidor b/śkórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; serek śmietankowy 30 g; szynka z kurczaka 50 g; pomidor b/śkórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; margaryna 15 g; smalec z fasoli 50 g; ser żółty 50 g; ogórek kiszony 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; smalec z fasoli 50 g; ser żółty 50 g; ogórek kiszony 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; margaryna 15 g; serek śmietankowy 30 g; zmielona szynka z kurczaka 50 g; pomidor b/śkórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa, margaryny i twarogu 300 ml; herbatka czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; margaryna 10 g; szynka wieprzowa 25 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor b/śkórki 40 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 25 g; chleb żytnio-pszenny 25 g; margaryna 15 g; szynka wieprzowa 50 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor b/śkórki 80 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; szynka wieprzowa 50 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor b/śkórki 80 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Postępek wliczający	Sok jabłko-jagoda 200 ml	Sok jabłko-jagoda 200 ml	Sok jabłko-jagoda 200 ml	Kisiel owocowy bez cukru 200 g	Sok jabłko-jagoda 200 ml	Sok jabłko-jagoda 200 ml	Sok jabłko-jagoda 200 ml	Sok jabłko-jagoda 200 ml	Sok jabłko-jagoda 200 ml	
Skruminy użytkowe	E: 1991,6 kcal; B: 106,4 g; T: 77,5 g; W: 229,8 g B:21%; T:35%; W:44%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sód 2,3 g; Cukry: 28 g	E: 1876,1 kcal; B: 102 g; T: 66,5 g; W: 230,1 g B:22%; T:32%; W:47%; NKT: 11 g; Błonnik: 25 g; Sód 2,3 g; Cukry: 28 g	E: 2270,6 kcal; B: 107,4 g; T: 78,2 g; W: 299,6 g B:19%; T:31%; W:50%; NKT: 11 g; Błonnik: 27 g; Sód 2,3 g; Cukry: 28 g	E: 2236 kcal; B: 103,8 g; T: 88,4 g; W: 271,4 g B:18%; T:35%; W:46%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sód 2,3 g; Cukry: 29 g	E: 2684 kcal; B: 116,2 g; T: 88,5 g; W: 375,9 g B:17%; T:29%; W:53%; NKT: 11 g; Błonnik: 29 g; Sód 2,3 g; Cukry: 29 g	E: 1876,1 kcal; B: 102 g; T: 66,5 g; W: 230,1 g B:22%; T:32%; W:47%; NKT: 11 g; Błonnik: 25 g; Sód 2,3 g; Cukry: 27 g	E: 2006,4 kcal; B: 96,4 g; T: 61 g; W: 278,5 g B:19%; T:27%; W:53%; NKT: 11 g; Błonnik: 27 g; Sód 2,3 g; Cukry: 26 g	E: 998 kcal; B: 51,2 g; T: 28,2 g; W: 141,5 g B:20%; T:25%; W:54%; NKT: 12 g; Błonnik: 25 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 26 g	E: 1712,0 kcal; B: 74,7 g; T: 49,5 g; W: 242,0 g B:17%; T:26%; W:57%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 27 g	E: 1924,8 kcal; B: 95,2 g; T: 56,8 g; W: 272,4 g B:20%; T:26%; W:54%; NKT: 12 g; Błonnik: 29 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 29 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.04

Dzień	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza	Mielona	Papkowata	Pediatryczna 1-3	Pediatryczna 4-9	Pediatryczna 10-18
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; ser żółty 50 g; serek śmietankowy 30 g; ogórek 80 g; herbatka czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; dzem truskawkowy 50 g; sałata 35 g; herbatka czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; dzem truskawkowy 50 g; sałata 35 g; herbatka czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; masło 15 g; ser żółty 50 g; serek śmietankowy 30 g; ogórek 80 g; herbatka czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; ser żółty 50 g; serek śmietankowy 30 g; dzem truskawkowy 50 g; pomidor b/śkórki 80 g; herbatka czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; dzem truskawkowy 50 g; pomidor b/śkórki 80 g; herbatka czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa, masła i twarogu 300 ml; herbatka truskawkowa 50 g; sałata 15 g; herbatka czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; masło 10 g; serek śmietankowy 30 g; dzem truskawkowy 50 g; sałata 15 g; herbatka czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; masło 15 g; ser żółty 50 g; serek śmietankowy 30 g; ogórek 80 g; herbatka czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; ser żółty 50 g; serek śmietankowy 30 g; ogórek 80 g; herbatka czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
II Śniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; jajo gotowane 1 szt.; sałata 35 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb żytnio-pszenny 30 g; masło 5 g; jajo gotowane 1 szt.; sałata 35 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Herbatniki 30 g; banan 1 szt. ALERGENY: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)					
Obiad	Zupa brokułowa 350 ml; ziemniaki gotowane 200 g; ryba smażona 100 g; surówka z kapusty kiszonej 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa brokułowa 350 ml; ziemniaki gotowane 200 g; ryba pieczona w sosie mleczno-szpinakowym 100 g + 100 g sos; marchew gotowana 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa brokułowa 350 ml; ziemniaki gotowane 200 g; ryba smażona 100 g; surówka z kapusty kiszonej 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa brokułowa 350 ml; ziemniaki gotowane 200 g; ryba smażona 100 g; surówka z kapusty kiszonej 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa brokułowa 350 ml; ziemniaki gotowane 250 g; ryba smażona 100 g; surówka z kapusty kiszonej 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa brokułowa zmielona 350 ml; ziemniaki puree 200 g; mielona ryba pieczona w sosie mleczno-szpinakowym 100 g + 100 g sos; mielona marchew gotowana 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa brokułowa 350 ml; ziemniaki gotowane 200 g; ryba pieczona w sosie mleczno-szpinakowym 50 g + 50 g sos; marchew gotowana 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa brokułowa 175 ml; ziemniaki gotowane 100 g; ryba pieczona w sosie mleczno-szpinakowym 50 g + 50 g sos; marchew gotowana 65 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa brokułowa 350 ml; ziemniaki gotowane 150 g; ryba smażona 100 g; surówka z kapusty kiszonej 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa brokułowa 350 ml; ziemniaki gotowane 200 g; ryba smażona 100 g; surówka z kapusty kiszonej 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne
Podwieczorek			Kasza manna z sokiem malinowym 200 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Gruszka 1 szt.	Kasza manna z sokiem malinowym 200 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)		Kasza manna z sokiem malinowym 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten	Kasza manna z sokiem malinowym 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten	Kasza manna z sokiem malinowym 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten	Kasza manna z sokiem malinowym 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten

Kolecja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z makiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z makiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z makiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z makiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z makiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z makiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa margaryny i jaja 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; margaryna 10 g; serek wiejski 50 g; pomidor b/skórki 40 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), soja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 25 g; chleb żytnio-pszenny 25 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor 80 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor 80 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
	POSIEK wliczony	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g
SKŁADNIKI odwołujące	E: 1849,7 kcal; B: 70,7 g; T: 79,5 g; W: 223,2 g B:15%; T:33%; W:46%; NKT: 14 g; Blonnik: 32 g; Sód 2,4 g; Cukry: 33 g	E: 1776,2 kcal; B: 94 g; T: 68,1 g; W: 205,7 g B:21%; T:31%; W:44%; NKT: 12 g; Blonnik: 30 g; Sód 2,4 g; Cukry: 32 g	E: 2256,7 kcal; B: 100,3 g; T: 88,9 g; W: 275,5 g; B:18%; T:31%; W:47%; NKT: 13 g; Blonnik: 25 g; Sód 2,4 g; Cukry: 27 g	E: 2158 kcal; B: 72,2 g; T: 89,8 g; W: 277,6 g B:13%; T:34%; W:49%; NKT: 14 g; Blonnik: 33 g; Sód 2,4 g; Cukry: 30 g	E: 2614,9 kcal; B: 90,1 g; T: 91,8 g; W: 370,4 g B:14%; T:32%; W:55%; NKT: 14 g; Blonnik: 33 g; Sód 2,4 g; Cukry:34 g	E: 1776,2 kcal; B: 94 g; T: 68,1 g; W: 205,7 g B:21%; T:32%; W:44%; NKT: 12 g; Blonnik: 30 g; Sód 2,4 g; Cukry: 32 g	E: 2126,8 kcal; B: 97,5 g; T: 76,5 g; W: 271,6 g B:18%; T:32%; W:49%; NKT: 13 g; Blonnik: 25 g; Sód 2,4 g; Cukry: 27 g	E: 998,9 kcal; B: 53,3 g; T: 29,5 g; W: 135,4 g B:21%; T:27%; W:52%; NKT:11 g; Blonnik: 24 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	E: 1678,0 kcal; B: 79,6 g; T: 53,2g; W: 220,1 g B:19%; T:29%; W:52%; NKT:11 g; Blonnik: 22 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 28 g	E: 1878,2 kcal; B: 82,4 g; T: 66,5 g; W: 247,9 g B:18%; T:32%; W:50%; NKT:12 g; Blonnik: 24 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 29 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.04

Die	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza	Mielona	Papkowata	Pediatryczna 1-3	Pediatryczna 4-9	Pediatryczna 10-18
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; twaróg z natką 100 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; twaróg z natką 100 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; twaróg z natką 100 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; masło 15 g; twaróg z natką 100 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; twaróg z zrodkiwą 100 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; masło 15 g; zmielony twaróg z natką 100 g; pomidor b/skórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa, masła i wędliny; 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; masło 10 g; twaróg z natką 50 g; sałata 15 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; masło 15 g; twaróg z zrodkiwą 100 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; twaróg z zrodkiwą 100 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
II Śniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; szynka wieprzowa 30 g; pomidor b/ skórki 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 30 g; masło 5 g; szynka wieprzowa 30 g; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kisiel o smaku truskawkowym 200 g					
Obiad	Zupa ogórkowa 350 ml; ryż 200 g; gotowany sos śmietanowo-pieczarkowy z kurczakiem 150 g; kaliafor gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa koperkowa 350 ml; ryż 200 g; gotowany sos potrawkowy z marchewką i kurczakiem 150 g; kaliafor gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa koperkowa 350 ml; ryż 200 g; gotowany sos potrawkowy z marchewką i kurczakiem 150 g; kaliafor gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa ogórkowa 350 ml; ryż 200 g; gotowany sos śmietanowo-pieczarkowy z kurczakiem 150 g; kaliafor gotowany 130 g; woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa ogórkowa 350 ml; ryż 250 g; gotowany sos śmietanowo-pieczarkowy z kurczakiem 150 g; kaliafor gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa koperkowa zmielona 350 ml; ziemniaki puree 200 g; zmielony gotowany sos potrawkowy z marchewką i kurczakiem 150 g; mielony kaliafor gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa koperkowa 350 ml; ryż 200 g; gotowany sos potrawkowy z marchewką i kurczakiem 150 g kaliafor gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa koperkowa 175 ml; ryż 100 g; gotowany sos potrawkowy z marchewką i kurczakiem 75 g; kaliafor gotowany 65 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa ogórkowa 350 ml; ryż 150 g; gotowany sos śmietanowo-pieczarkowy z kurczakiem 150 g kaliafor gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa ogórkowa 350 ml; ryż 200 g; gotowany sos śmietanowo-pieczarkowy z kurczakiem 150 g kaliafor gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Podwieczorek			Drożdżówka 50 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne	Jabko 1 szt.	Drożdżówka 50 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne			Drożdżówka 50 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne	Drożdżówka 50 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne	Drożdżówka 50 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne
Kolecja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 100 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z makiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 100 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z makiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 100 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z makiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 100 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z makiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 100 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z makiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; margaryna 15 g; mielona szynka z kurczaka 100 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z makiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa, margaryny i twarogu 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 50 g; margaryna 10 g; szynka z kurczaka 50 g; pomidor b/skórki 40 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 25 g; chleb żytnio-pszenny 25 g; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 100 g; pomidor 80 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 100 g; pomidor 80 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
POSIEK wliczony	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt naturalny 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Sok pomidorowy 200 ml	Sok pomidorowy 200 ml	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

SKŁADNIKI odżywcze	E: 1927,1kcal; B: 93,7 g; T: 81,2 g; W: 218,1 g B:19%; T:32%; W:43%; NKT: 14 g; Błonnik: 32 g; Sód: 2,6 g; Cukry: 33 g	E: 1813,8 kcal; B: 105,3 g; T: 59,1 g; W: 226,6 g B:23%; T:29%; W:47%; NKT: 12 g; Błonnik: 30 g; Sód: 2,6 g; Cukry: 32 g	E: 2096,7 kcal; B: 120,5 g; T: 72,3 g; W: 253,2 g B:23%; T:31%; W:46%; NKT: 12 g; Błonnik: 31 g; Sód: 2,6 g; Cukry: 33 g	E: 2159,5 kcal; B: 101,1 g; T: 93,2 g; W: 243,3 g B:19%; T:32%; W:51%; NKT: 14 g; Błonnik: 33 g; Sód: 2,6 g; Cukry: 30 g	E: 2580 kcal; B: 112,3 g; T: 90,4 g; W: 346,5 g B:17%; T:32%; W:51%; NKT: 14 g; Błonnik: 33 g; Sód: 2,6 g; Cukry:34 g	E: 1813,8 kcal; B: 105,3 g; T: 59,1 g; W: 226,6 g B:23%; T:29%; W:47%; NKT: 12 g; Błonnik: 30 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 32 g	E: 2118,3 kcal; B: 107,8 g; T: 69,4 g; W: 275,5 g B:20%; T:30%; W:50%; NKT: 12 g; Błonnik: 31 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 33 g	E: 1132,9 kcal; B: 61,6 g; T: 36,8 g; W: 144,9 g B:22%; T:29%; W:49%; NKT: 9 g; Błonnik: 25 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 27 g	E: 1692,0 kcal; B: 74,2 g; T: 47,5 g; W: 242,0 g B:18%; T:29%; W:57%; NKT: 11 g; Błonnik: 27 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 28 g	E: 2029,1 kcal; B: 95,2 g; T: 78,2 g; W: 249,3 g B:19%; T:35%; W:47%; NKT: 12 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 30 g
--------------------	--	--	--	--	---	--	--	--	---	---

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.04

Dzień	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza	Mielona	Papkowata	Pediatria 1-3	Pediatria 4-9	Pediatria 10-18
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 50 g; ser żółty 50 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 50 g; serek śmietankowy 30 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 50 g; serek śmietankowy 30 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 50 g; ser żółty 50 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 50 g; ser żółty 50 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; masło 15 g; zmielona szynka wieprzowa 50 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor b/skórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa, masła i twarogu; 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; masło 10 g; ser żółty 50 g; szynka wieprzowa 50 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; masło 15 g; ser żółty 50 g; szynka wieprzowa 50 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; ser żółty 50 g; szynka wieprzowa 50 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
II Śniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; szynka z kurczaka 30 g; pomidor b/skórki 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 30 g; masło 5 g; szynka z kurczaka 30 g; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jabłko 1 szt.					
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml; ziemniaki gotowane 200 g; karkówka pieczona w sosie pieczeniowym 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml; ziemniaki gotowane 200 g; bitka pieczona w lekkim sosie 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml; ziemniaki gotowane 200 g; bitka pieczona w lekkim sosie 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml; ziemniaki gotowane 200 g; karkówka pieczona w sosie pieczeniowym 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml; ziemniaki gotowane 250 g; karkówka pieczona w sosie pieczeniowym 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml; ziemniaki puree 200 g; zmielona bitka pieczona w lekkim sosie 100 g mięsa + 100 g sosu; mielone buraczki 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml; ziemniaki gotowane 200 g; bitka pieczona w lekkim sosie 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa pomidorowa z ryżem 175 ml; ziemniaki gotowane 100 g; bitka pieczona w lekkim sosie 50 g mięsa + 50 g sosu; buraczki 65 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml; ziemniaki gotowane 150 g; bitka pieczona w lekkim sosie 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml; ziemniaki gotowane 200 g; bitka pieczona w lekkim sosie 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Podwieczorek			Ryzanka na mleku z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Ryzanka na mleku bez cukru 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Ryzanka na mleku z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)			Ryzanka na mleku z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Ryzanka na mleku z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Ryzanka na mleku z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 50 g; dżem truskawkowy 50 g; ogórek 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; twaróg 70 g; dżem truskawkowy 50 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; twaróg 70 g; dżem truskawkowy 50 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 100 g; ogórek 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 50 g; dżem truskawkowy 50 g; ogórek 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; margaryna 15 g; zmielony twaróg 70 g; dżem truskawkowy 50 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa, margaryny i jajka 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 50 g; margaryna 10 g; dżem truskawkowy 50 g; twaróg 35 g; pomidor b/skórki 40 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 25 g; chleb żytnio-pszenny 25 g; margaryna 15 g; dżem truskawkowy 50 g; szynka z kurczaka 50 g; ogórek 80 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; dżem truskawkowy 50 g; szynka z kurczaka 50 g; ogórek 80 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Postępek wieczorny	Kefir naturalny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir naturalny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir naturalny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir naturalny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir naturalny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir naturalny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir naturalny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
SKŁADNIKI odżywcze	E: 1988 kcal; B: 102,2 g; T: 84,9 g; W: 216,8 g B:21%; T:34%; W:41%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 29 g	E: 1819,2 kcal; B: 77,6 g; T: 62,8 g; W: 245,9 g B:17%; T:27%; W:52%; NKT: 11 g; Błonnik: 25 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 27 g	E: 2266,4 kcal; B: 97,6 g; T: 66,6 g; W: 330,1 g B:17%; T:27%; W:56%; NKT: 11 g; Błonnik: 27 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 26 g	E: 2368,5 kcal; B: 114,2 g; T: 94,5 g; W: 279,9 g B:19%; T:34%; W:45%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 29 g	E: 2655,2 kcal; B: 122,7 g; T: 95,7 g; W: 341,6 g B:18%; T:32%; W:49%; NKT: 11 g; Błonnik: 29 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 29 g	E: 1819,2 kcal; B: 77,6 g; T: 62,8 g; W: 245,9 g B:17%; T:27%; W:52%; NKT: 11 g; Błonnik: 25 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 26 g	E: 1942,1 kcal; B: 98,8 g; T: 57,3 g; W: 266,9 g B:20%; T:27%; W:53%; NKT: 11 g; Błonnik: 27 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 26 g	E: 1209,0 kcal; B: 53,7 g; T: 38,4 g; W: 167,4 g B:18%; T:29%; W:53%; NKT:11 g; Błonnik: 24 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	E: 1679,0 kcal; B: 80,7g; T: 59,1 g; W: 206,7 g B:19%; T:32%; W:49%; NKT: 10 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 30 g	E: 2191,1 kcal; B: 112,1 g; T: 86,8 g; W: 252,7 g B:20%; T:34%; W:44%; NKT: 12 g; Błonnik: 29 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g