

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.04

Dzień	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Poloźnicza	Mielona	Papkowata	Pediatria 1-3	Pediatria 4-10	Pediatria 10-18	
I Sniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; szynka z kurczaka 50 g; jajo gotowane 1 szt.; majonez 15 g; pomidor 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; szynka z kurczaka 50 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	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; szynka z kurczaka 50 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	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; szynka z kurczaka 50 g; jajo gotowane 1 szt.; majonez 15 g; pomidor 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; szynka z kurczaka 50 g; jajo gotowane 1 szt.; majonez 15 g; pomidor 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; mielona szynka z kurczaka 50 g; mielone 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 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 z kurczaka 25 g; jajo gotowane 0,5 szt.; pomidor b/skórki 40 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; szynka z kurczaka 50 g; jajo gotowane 1 szt.; majonez 15 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; szynka z kurczaka 50 g; jajo gotowane 1 szt.; majonez 15 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; szynka z kurczaka 50 g; jajo gotowane 1 szt.; majonez 15 g; pomidor 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
	II Sniadanie										
Obiad	Zupa jarzynowa 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; gotowany gulasz wieprzowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); buraczki 80 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa jarzynowa 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; gotowany gulasz drobiowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); buraczki 80 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa jarzynowa 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; gotowany gulasz drobiowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); buraczki 80 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa jarzynowa 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; gotowany gulasz wieprzowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); buraczki 80 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa jarzynowa 350 ml; kasza jęczmienna 250 g; gotowany gulasz wieprzowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); buraczki 80 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa jarzynowa 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; gotowany gulasz drobiowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); mielone buraczki 80 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa jarzynowa 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; gotowany gulasz drobiowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); surowka z marchewki 80 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa jarzynowa 175 ml; gotowane ziemniaki 100 g; gotowany gulasz drobiowy z warzywami 100 g (50 g mięsa + 100 g sosu); buraczki 80 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa jarzynowa 350 ml; gotowane ziemniaki 150 g; gotowany gulasz wieprzowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); buraczki 80 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa jarzynowa 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; gotowany gulasz wieprzowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); buraczki 80 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa jarzynowa 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; gotowany gulasz wieprzowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); buraczki 80 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
	Podwieczerek			Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.			Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Kolejacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; ser żółty 50 g; dżem truskawkowy 50 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; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 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; szynka z kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 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; ser żółty 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; masło 15 g; ser żółty 50 g; dżem truskawkowy 50 g; pomidor 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; mielona szynka z kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 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 twarogu 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; margaryna 10 g; szynka z kurczaka 25 g; serek śmietankowy 30 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; ser żółty 50 g; dżem truskawkowy 50 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; ser żółty 50 g; dżem truskawkowy 50 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; ser żółty 50 g; dżem truskawkowy 50 g; pomidor 80 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
	Posiłek wieszający	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)	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 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: 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: 28 g; Sód: 2,3 g; Cukry: 27 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: 26 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: 25 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: 2024,7 kcal; B: 110,3 g; T: 69 g; W: 252,1 g B:22%; T:31%; W:48%; NKT: 11 g; Błonnik: 25 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 27 g	E: 1156,6 kcal; B: 51,2 g; T: 39,9 g; W: 153,6 g B:18%; T:31%; W:51%; NKT:11 g; Błonnik: 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; Błonnik: 22 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 28 g	E: 2176,4 kcal; B: 84,9 g; T: 80,5 g; W: 289 g B:16%; T:33%; W:51%; NKT:12 g; Błonnik: 24 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 29 g	E: 2176,4 kcal; B: 84,9 g; T: 80,5 g; W: 289 g B:16%; T:33%; W:51%; NKT:12 g; Błonnik: 24 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 29 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.04

Dzień	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Poloźnicza	Mielona	Papkowata	Pediatria 1-3	Pediatria 4-10	Pediatria 10-18
-------	------------	--------------	----------------	------------	------------	---------	-----------	---------------	----------------	-----------------

	Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; szynka wieprzowa 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; szynka wieprzowa 50 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 wieprzowa 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; szynka wieprzowa 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; zmielona szynka wieprzowa 50 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 jaja 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 wieprzowa 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 śmietankowy 30 g; szynka wieprzowa 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; szynka wieprzowa 50 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	
	II śniadanie										
	Obiad	Zupa pieczarkowa 350 ml; makaron 200 g; gotowany sos śmietanowo-cukiniowym z kurczakiem i marchewką 150 g; kalafior 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 ziemniaczana 350 ml; makaron 200 g; gotowany sos mleczno-cukiniowym z kurczakiem i marchewką 150 g; kalafior 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 ziemniaczana 350 ml; makaron 200 g; gotowany sos mleczno-cukiniowym z kurczakiem i marchewką 150 g; kalafior 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 pieczarkowa 350 ml; makaron 200 g; gotowany sos śmietanowo-cukiniowym z kurczakiem i marchewką 150 g; kalafior 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 pieczarkowa 350 ml; makaron 250 g; gotowany sos śmietanowo-cukiniowym z kurczakiem i marchewką 150 g; kalafior 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 ziemniaczana zmielona 350 ml; ziemniaki puree 200 g; zmielony gotowany sos mleczno-cukiniowy z kurczakiem i marchewką 150 g; sosu + 100 g warzyw; kalafior gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), ryby i produkty pochodne	Zupa ziemniaczana 350 ml; makaron 200 g; gotowana ryba w sosie mleczno-cukiniowym z marchewką 100 g mięsa + 50 g sosu + 100 g warzyw; kalafior gotowany 65 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa pieczarkowa 350 ml; makaron 150 g; gotowany kurczak w sosie mleczno-cukiniowym z marchewką 100 g mięsa + 100 g sosu + 100 g warzyw; kalafior gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa pieczarkowa 350 ml; makaron 200 g; gotowany kurczak w sosie mleczno-cukiniowym z marchewką 100 g mięsa + 100 g sosu + 100 g warzyw; kalafior gotowany 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)	Sok jabłko-jagoda 200 ml	Budyń z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)			Budyń z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Budyń z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Budyń 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 100 g; sałata 35 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; szynka z kurczaka 100 g; sałata 35 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; szynka z kurczaka 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z makiem 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; sałata 35 g; kawa zbożowa z makiem 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 100 g; sałata 35 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; 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)	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa, margaryny i wędliny 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; margaryna 10 g; szynka z kurczaka 50 g; sałata 15 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; 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; szynka z kurczaka 100 g; sałata 35 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
	Posiłek wieczorny	Sok jabłko-jagoda 200 ml	Sok jabłko-jagoda 200 ml	Sok jabłko-jagoda 200 ml	Budyń bez cukru 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	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	
	Składniki odżywcze	E: 1913,4 kcal; B: 83,1 g; T: 64,0 g; W: 252,8 g B:17%; T:30%; W:53%; NKT: 11 g; Blonnik: 32 g; Sól: 5 g; Cukry: 30 g	E: 1921,8 kcal; B: 115,3 g; T: 73 g; W: 207 g B:24%; T:34%; W:41%; NKT: 11 g; Blonnik: 28 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	E: 2203,5 kcal; B: 126 g; T: 77,6 g; W: 259,9 g B:23%; T:32%; W:45%; NKT: 11 g; Blonnik: 29 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	E: 2059,8 kcal; B: 112,8 g; T: 71,6 g; W: 251,9 g B:22%; T:31%; W:47%; NKT: 11 g; Blonnik: 29 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 24 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; Blonnik: 29 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 29 g	E: 1921,8 kcal; B: 115,3 g; T: 73 g; W: 207 g B:24%; T:34%; W:41%; NKT: 11 g; Blonnik: 28 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	E: 2118,3 kcal; B: 107,8 g; T: 69,4 g; W: 275,5 g B:20%; T:30%; W:50%; NKT: 11 g; Blonnik: 28 g; Sód: 2,3 g; Cukry: 28 g	E: 1132,9 kcal; B: 61,6 g; T: 36,8 g; W: 144,9 g B:22%; T:29%; W:49%; NKT: 12 g; Blonnik: 25 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 26 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; Blonnik: 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; Blonnik: 28 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 27 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.04

Die	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza	Mielona	Papkowata	Pediatria 1-3	Pediatria 4-10	Pediatria 10-18
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; dżem truskawkowy 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; dżem truskawkowy 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)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; dżem truskawkowy 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)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; masło 15 g; ser żółty 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; dżem truskawkowy 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; dżem truskawkowy 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; dżem truskawkowy 50 g; serek śmietankowy 30 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; dżem truskawkowy 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)	Kajzerka 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; dżem truskawkowy 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)

II Śniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; jajo gotowane 1 szt.; pomidor b/ skórki 30 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.; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Kisiel o smaku truskawkowym z cukrem 200 g					
Obiad	Kapuśniak 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; bioderko z kurczaka pieczone 120 g; groszek z marchewką 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; gotowane ziemniaki 200 g; bioderko z kurczaka pieczone 120 g; marchew gotowana 130 g, woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne	Zupa koperkowa 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; bioderko z kurczaka pieczone 120 g; marchew gotowana 130 g, woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne	Kapuśniak 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; bioderko z kurczaka pieczone 120 g; groszek z marchewką 130 g, woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Kapuśniak 350 ml; gotowane ziemniaki 250 g; bioderko z kurczaka pieczone 120 g; 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	Zupa koperkowa 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; bioderko z kurczaka pieczone 120 g; marchew gotowana 130 g, woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne	Zupa koperkowa 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; bioderko z kurczaka pieczone 120 g; marchew gotowana 65 g, woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne	Zupa koperkowa 175 ml; gotowane ziemniaki 100 g; bioderko z kurczaka pieczone 100 g; marchew gotowana 65 g, woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne	Kapuśniak 350 ml; gotowane ziemniaki 150 g; bioderko z kurczaka pieczone 120 g; marchewka z groszkiem 130 g, woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Kapuśniak 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; bioderko z kurczaka pieczone 120 g; marchewka z groszkiem 130 g, woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Podwieczorek			Kasza manna z sokiem malinowym 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kasza manna b/cukru 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kasza manna z sokiem malinowym 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)			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: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kasza manna z sokiem malinowym 200 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; szynka wieprzowa 50 g; szynka z kurczaka 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; margaryna 15 g; szynka wieprzowa 50 g; szynka z kurczaka 50 g; sałata 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; szynka wieprzowa 50 g; szynka z kurczaka 50 g; sałata 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; szynka wieprzowa 50 g; szynka z kurczaka 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; masło 15 g; szynka wieprzowa 50 g; szynka z kurczaka 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; zmielona szynka wieprzowa 50 g; zmielona szynka z kurczaka 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 jaja 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 wieprzowa 25 g; szynka z kurczaka 25 g; sałata 15 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; szynka wieprzowa 50 g; szynka z kurczaka 50 g; ogórek kiszony 80 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), soja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; szynka wieprzowa 50 g; szynka z kurczaka 50 g; ogórek kiszony 80 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), soja i produkty pochodne
Posiłek wieczorny	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)	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 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:38%; W:43%; NKT: 14 g; Błonnik: 32 g; Sód: 2,2 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: 2,2 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: 2,2 g; Cukry: 33 g	E: 2159,5 kcal; B: 101,1 g; T: 93,2 g; W: 243,3 g B:19%; T:39%; W:42%; NKT: 14 g; Błonnik: 33 g; Sód: 2,2 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: 2,2 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: 2,2 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: 12 g; Błonnik: 27 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 29 g	E: 1075,8 kcal; B: 54,9 g; T: 39,3 g; W: 130,3 g B:20%; T:33%; W:47%; NKT: 11 g; Błonnik: 27 g; Sód: 2,0 g; Cukry: 27 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: 1849,7 kcal; B: 70,7 g; T: 79,5 g; W: 223,2 g B:15%; T:39%; W:46%; NKT: 12 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 27 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.04

Dzień	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Polożnicza	Mielona	Papkowata	Pediatryczna 1-3	Pediatryczna 4-10	Pediatryczna 10-18
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; pasta jajeczna ze szczyptorkiem 100 g; jogurt naturalny 100 g; sałata 35 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; pasta jajeczna z natką 100 g; jogurt naturalny 100 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; pasta jajeczna z natką 100 g; jogurt naturalny 100 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; masło 15 g; pasta jajeczna ze szczyptorkiem 100 g; jogurt naturalny 100 g; sałata 35 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; pasta jajeczna ze szczyptorkiem 100 g; jogurt naturalny 100 g; sałata 35 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; zmielona pasta jajeczna z natką 100 g; jogurt naturalny 100 g; pomidor b/skórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja 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; pasta jajeczna ze szczyptorkiem 100 g; sałata 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; pasta jajeczna ze szczyptorkiem 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; pasta jajeczna ze szczyptorkiem 100 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne
II Śniadanie			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)	Biszkopty 50 g; galaretki o smaku truskawkowym 250 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne					

	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml; ryż biały 200 g; gotowany kurczak słodko-kwaśnym 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 pomidorowa z makaronem 350 ml; ryż biały 200 g; gotowana potrawka z włośczonej 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 pomidorowa z makaronem 350 ml; ryż biały 200 g; gotowana potrawka z włośczonej i kurczaka 100 g mięsa + 100 g sosu + 130 g warzyw; woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml; ryż biały 250 g; gotowany kurczak słodko-kwaśnym 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 pomidorowa z makaronem 350 ml; ryż biały 250 g; gotowany kurczak słodko-kwaśnym 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 pomidorowa z makaronem 350 ml; ryż biały 200 g; gotowana potrawka z włośczonej 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 pomidorowa z makaronem 175 ml; ryż biały 100 g; gotowana potrawka z włośczonej i kurczaka 50 g mięsa + 50 g sosu + 65 g warzyw; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml; ryż biały 150 g; gotowany kurczak słodko-kwaśny 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 pomidorowa z makaronem 350 ml; ryż biały 200 g; gotowany kurczak słodko-kwaśny 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			Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g		Mus owocowy 100 g		Mus owocowy 100 g	
	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenno-żytni 50 g; margaryna 15 g; kielbaski 100 g; musztarda 15 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 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; sałata 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; szynka z kurczaka 100 g; sałata 35 g; musztarda 15 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenno-żytni 50 g; musztarda 15 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-pszenno-żytni 50 g; musztarda 15 g; pomidor 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; zmielona szynka z kurczaka 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, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; margaryna 10 g; szynka z kurczaka 50 g; sałata 15 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-żytni 25 g; margaryna 15 g; kielbaski 100 g; keczup 15 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-pszenno-żytni 50 g; margaryna 15 g; kielbaski 100 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
	Posiłek wliczony	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Sok jabłkowy 200 ml	Sok jabłkowy 200 ml	Sok jabłkowy 200 ml	
	Składniki odżywcze	E: 2022,1 kcal; B: 86 g; T: 84,5 g; W: 241,8 g B:17%; T:38%; W:45%; NKT: 11 g; Błonnik: 30 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 30 g	E: 1751,4 kcal; B: 91,5 g; T: 49 g; W: 247,1 g B:21%; T:25%; W:54%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	E: 2039,3 kcal; B: 107,6 g; T: 61,4 g; W: 275,4 g B:21%; T:27%; W:52%;NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	E: 2159,9 kcal; B: 94,1 g; T: 96,2 g; W: 242,2 g B:17%; T:40%; W:43%; NKT: 11 g; Błonnik: 30 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	E: 2690,0 kcal; B: 106,8 g; T: 98,2 g; W: 361 g B:16%; T:33%; W:51%; NKT: 11 g; Błonnik: 32 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 32 g	E: 1751,4 kcal; B: 91,5 g; T: 49 g; W: 247,1 g B:21%; T:25%; W:54%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	E: 1805,3 kcal; B: 99,8 g; T: 51,1 g; W: 247,8 g B:22%; T:26%; W:52%; NKT: 11 g; Błonnik: 18 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 25 g	E: 1172,5 kcal; B: 47,5 g; T: 40,5 g; W: 159,8 g B:16%; T:31%; W:53%; NKT: 9 g; Błonnik: 25 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 27 g	E: 1733,0 kcal; B: 83,0 g; T: 48,8 g; W: 240,5 g B:19%; T:25%; W:56%; NKT: 11 g; Błonnik: 24 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 26 g	E: 1843,9 kcal; B: 84,5 g; T: 66,5 g; W: 232,5 g B:18%; T:33%; W:49%; NKT: 12 g; Błonnik: 25 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 27 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.04

Dzień	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza	Mielona	Papkowata	Pediatria 1-3	Pediatria 4-10	Pediatria 10-18
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenno-żytni 50 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; dżem truskawkowy 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)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; dżem truskawkowy 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)	Chleb żytnio-pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 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; 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; dżem truskawkowy 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 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; dżem truskawkowy 50 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor b/skórki 40 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	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-pszenno-żytni 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; jako gotowane 1 szt.; pomidor b/ skórki 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb żytnio-pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; jako gotowane 1 szt.; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Kisiel o smaku truskawkowym z cukrem 200 g					
Obiad	Zupa ogórkowa 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; kotlet rybny pieczony 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	Krupnik 350 ml; gotowane ziemniaki 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	Krupnik 350 ml; gotowane ziemniaki 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 ogórkowa 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; kotlet rybny pieczony 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 ogórkowa 350 ml; gotowane ziemniaki 250 g; kotlet rybny pieczony 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	Krupnik zmielony 350 ml; gotowane ziemniaki mielone 200 g; mielona pieczona ryba w sosie mleczno-szpinakowym 100 g + 100 g sos; zmielona 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	Krupnik 350 ml; gotowane ziemniaki 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, ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Krupnik 175 ml; gotowane ziemniaki 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, ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa ogórkowa 350 ml; gotowane ziemniaki 150 g; kotlet rybny pieczony 100 g; surówka z kapusty kiszonej 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, ryby i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa ogórkowa 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; kotlet rybny pieczony 100 g; surówka z kapusty kiszonej 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne

Podwieszorek			Kefir 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Banan 1 szt.	Kefir 200 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-pszeniczny 50 g; margaryna 15 g; twaróg ze szczyporkiem 100 g; sałata 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; twaróg z natką 100 g, sałata 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; twaróg z natką 100 g, sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszeniczny 100 g; margaryna 15 g; twaróg ze szczyporkiem 100 g; sałata 35 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-pszeniczny 50 g; masło 15 g; twaróg ze szczyporkiem 100 g; sałata 35 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), soja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 50 g; margaryna 10 g; twaróg z natką 50 g, sałata 15 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-pszeniczny 25 g; margaryna 15 g; twaróg ze szczyporkiem 100 g; sałata 35 g, kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), soja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; margaryna 15 g; twaróg ze szczyporkiem 100 g; sałata 35 g, kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), soja i produkty pochodne	
Składniki odżywcze	Postępek włączony	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Kefir 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Banan 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)	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
		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; 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; 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; 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; 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; 2,2 g; Cukry: 24 g	E: 2024,7 kcal; B: 110,3 g; T: 69 g; W: 252,1 g B:22%; T:31%; W:48%; NKT: 12 g; Błonnik: 26 g; Sód: 2,3 g; Cukry: 24 g	E: 1130,9 kcal; B: 49,9 g; T: 43,1 g; W: 140,9 g B:18%; T:34%; W:48%; 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: 1955,3 kcal; B: 74,3 g; T: 71 g; W: 265,3 g B:15%; T:33%; W:52%; NKT: 12 g; Błonnik: 27 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.04

Die	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Polożnicza	Mielona	Papkowata	Pediatria 1-3	Pediatria 4-10	Pediatria 10-18
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; masło 15 g; szynka z kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 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; szynka z kurczaka 50 g; dżem truskawkowy 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; szynka z kurczaka 50 g; dżem truskawkowy 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-pszeniczny 100 g; masło 15 g; szynka z kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 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-pszeniczny 50 g; masło 15 g; szynka z kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 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; zielenka z kurczaka 50 g; dżem truskawkowy 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), soja i produkty pochodne	Kajzerka 50 g; masło 10 g; szynka z kurczaka 25 g; dżem truskawkowy 50 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; szynka z kurczaka 50 g; dżem truskawkowy 50 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; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; masło 15 g; szynka z kurczaka 50 g; dżem truskawkowy 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 z kurczaka 30 g; pomidor b/skórki 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszeniczny 30 g; masło 5 g; szynka z kurczaka 30 g; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Banan 1 szt.					
Obiad	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 200 g; duszone chili con carne 100 g mięsa + 100 g sosu + 100 g warzyw; jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 200 g; duszony kurczak w sosie brokułowym 100 g mięsa + 100 g sosu + 100 g warzyw; jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 200 g; duszony kurczak w sosie brokułowym 100 g mięsa + 100 g sosu + 100 g warzyw; jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 200 g; duszone chili con carne 100 g mięsa + 100 g sosu + 100 g warzyw; jabłko 1 szt.; woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 250 g; duszone chili con carne 100 g mięsa + 100 g sosu + 100 g warzyw; jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa buraczkowa zmielona 350 ml; ziemniaki puree 200 g; duszony mielony kurczak w sosie brokułowym 100 g mięsa + 100 g sosu + 100 g warzyw; mus owocowy 100 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 200 g; duszony kurczak w sosie brokułowym 100 g mięsa + 100 g sosu + 100 g warzyw; mus owocowy 100 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa buraczkowa 175 ml; ryż biały 100 g; duszony kurczak w sosie brokułowym 50 g mięsa + 50 g sosu + 50 g warzyw; jabłko 1 szt. woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 150 g; duszone chili con carne 100 g mięsa + 100 g sosu + 100 g warzyw; jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 200 g; duszone chili con carne 100 g mięsa + 100 g sosu + 100 g warzyw; jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Podwieszorek			Budyń z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Gruszka 1 szt.	Budyń z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)			Budyń z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Budyń z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Budyń z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)

	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszeniczny 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), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; twaróg z natką 100 g; sałata 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; twaróg z natką 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszeniczny 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), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszeniczny 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), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; margaryna 15 g; twaróg 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 twarogu 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; margaryna 10 g; twaróg z natką 100 g; sałata 15 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 25 g; chleb żytnio-pszeniczny 25 g; margaryna 15 g; szynka wieprzowa 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-pszeniczny 50 g; margaryna 15 g; szynka wieprzowa 100 g; pomidor 80 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
	Gruszką 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Budyń z cukru 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Gruszką 1 szt.	Budyń z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jabłko 1 szt.	Gruszką 1 szt.	Gruszką 1 szt.	
	E: 2182,2 kcal; B: 100 g; T: 86,4 g; W: 262,4 g B:18%; T:36%; W:46%; NKT: 12 g; Blonnik: 23 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	E: 1944,2 kcal; B: 90 g; T: 69 g; W: 249,8 g B:19%; T:32%; W:49%; NKT: 11 g; Blonnik: 18 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 25 g	E: 2052,9 kcal; B: 121,5 g; T: 59,9 g; W: 270 g B:24%; T:26%; W:50%; NKT: 11 g; Blonnik: 18 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 25 g	E: 2245,2 kcal; B: 103,2 g; T: 83,9 g; W: 258,3 g B:18%; T:38%; W:44%; NKT: 12 g; Sód: 2,4 g; Blonnik: 24 g; Cukry: 25 g	E: 2722,9 kcal; B: 117,2 g; T: 83,1 g; W: 390,6 g B:17%; T:28%; W:55%; NKT: 12 g; Blonnik: 25 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 29 g	E: 1944,2 kcal; B: 90 g; T: 69 g; W: 249,8 g B:19%; T:32%; W:49%; NKT: 11 g; Blonnik: 18 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 25 g	E: 1947,8 kcal; B: 94,5 g; T: 55,9 g; W: 278,8 g B:19%; T:26%; W:55%; NKT: 12 g; Blonnik: 26 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 27 g	E: 1089,5 kcal; B: 57,3 g; T: 45,4 g; W: 115,9 g B:21%; T:35%; W:41%; NKT: 10 g; Blonnik: 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; Blonnik: 28 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 27 g	E: 2177,1 kcal; B: 87,1 g; T: 103,2 g; W: 232,2 g B:16%; T:35%; W:41%; NKT: 12 g; Blonnik: 29 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.04

Dzień	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza	Mielona	Papkowata	Pediatryczna 1-3	Pediatryczna 4-10	Pediatryczna 10-18
I Sniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; masło 15 g; jajo gotowane 1 szt.; szynka wieprzowa 50 g; majonez 15 g; pomidor 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; serek śmietankowy 30 g; szynka wieprzowa 50 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 wieprzowa 50 g; 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	Chleb żytnio-pszeniczny 100 g; masło 15 g; jajo gotowane 1 szt.; szynka wieprzowa 50 g; majonez 15 g; pomidor 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-pszeniczny 50 g; masło 15 g; jajo gotowane 1 szt.; szynka wieprzowa 50 g; majonez 15 g; pomidor 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; serek śmietankowy 30 g; mielona szynka wieprzowa 50 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), jaja i produkty pochodne	Kajzerka 50 g; masło 10 g; serek śmietankowy 30 g; szynka wieprzowa 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; jajo gotowane 1 szt.; szynka wieprzowa 50 g; majonez 15 g; pomidor 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-pszeniczny 50 g; masło 15 g; jajo gotowane 1 szt.; szynka wieprzowa 50 g; majonez 15 g; pomidor 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; szynka wieprzowa 30 g; pomidor b/skórki 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszeniczny 30 g; masło 5 g; ser żółty 30 g; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Biszkopty 50 g; jabłko 1 szt. ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne					
Obiad	Rosół 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; pieczone pulpety drobiowe w sosie śmietanowo-pieczarkowym 100 g mięsa + 100 g sosu; surówka z ogórka kiszzonego 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Rosół 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; pieczone pulpety drobiowe w sosie z marchewką 100 g mięsa + 100 g sosu; kalfalior gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Rosół 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; pieczone pulpety drobiowe w sosie z marchewką 100 g mięsa + 100 g sosu; kalfalior gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Rosół 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; pieczone pulpety drobiowe w sosie śmietanowo-pieczarkowym 100 g mięsa + 100 g sosu; surówka z ogórka kiszzonego 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Rosół 350 ml; gotowane ziemniaki 250 g; pieczone pulpety drobiowe w sosie śmietanowo-pieczarkowym 100 g mięsa + 100 g sosu; surówka z ogórka kiszzonego 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Rosół 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; pieczone pulpety drobiowe w sosie z marchewką 100 g mięsa + 100 g sosu; zmielony kalfalior gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Rosół 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; pieczone pulpety drobiowe w sosie z marchewką 100 g mięsa + 100 g sosu; kalfalior gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Rosół 175 ml; gotowane ziemniaki 100 g; pieczone pulpety drobiowe w sosie z marchewką 50 g mięsa + 50 g sosu; kalfalior gotowany 65 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Rosół 350 ml; gotowane ziemniaki 150 g; pieczone pulpety drobiowe w sosie śmietanowo-pieczarkowym 100 g mięsa + 100 g sosu; surówka z ogórka kiszzonego 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Rosół 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; pieczone pulpety drobiowe w sosie śmietanowo-pieczarkowym 100 g mięsa + 100 g sosu; surówka z ogórka kiszzonego 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne
Podwieczorek			Kisiel z cukrem 200 ml	Kisiel b/cukru 200 ml	Kisiel z cukrem 200 ml			Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; margaryna 15 g; pasta rybna 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), ryby i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; pasta rybna 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), ryby i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; pasta rybna 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), ryby i produkty pochodne	Chleb żytnio-pszeniczny 100 g; margaryna 15 g; pasta rybna 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), ryby i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; masło 15 g; pasta rybna 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), ryby i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; margaryna 15 g; zmielona pasta rybna 100 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), ryby 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, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 50 g; margaryna 10 g; pasta rybna 50 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-pszeniczny 25 g; margaryna 15 g; pasta rybna 100 g; sałata 35 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; margaryna 15 g; pasta rybna 100 g; sałata 35 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), ryby i produkty pochodne

Posiłek wieczorny	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)	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 owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
	E: 1891,5 kcal; B: 69,7 g; T: 70,8 g; W: 254,7 g B:15%; T:34%; W:51%; NKT:11 g; Błonnik: 30 g; Sód: 2,0 g; Cukry: 30 g	E: 1868,5 kcal; B: 79 g; T: 68,6 g; W: 242,4 g B:17%; T:33%; W:50%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,0 g; Cukry: 28 g	E: 2234,4 kcal; B: 137,2 g; T: 69,3 g; W: 273,5 g; B:25%; T:38%; W:47%; NKT: 12 g; Błonnik: 23 g; Sód: 2,0 g; Cukry: 28 g	E: 2262,8 kcal; B: 85,9 g; T: 84,8 g; W: 302,4 g B:15%; T:34%; W:51%; NKT: 11 g; Błonnik: 30 g; Sód: 2,0 g; Cukry: 28 g	E: 2498,2 kcal; B: 87,2 g; T: 83,8 g; W: 362,2 g B:14%; T:30%; W:56%; NKT: 11 g; Błonnik: 32 g; Sód: 2,0 g; Cukry: 32 g	E: 1868,5 kcal; B: 79 g; T: 68,6 g; W: 242,4 g B:17%; T:33%; W:50%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,0 g; Cukry: 28 g	E: 1967,3 kcal; B: 109 g; T: 66,8 g; W: 239,6 g B:22%; T:31%; W:47%; NKT: 12 g; Błonnik: 30 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 32 g	E: 1209,0 kcal; B: 53,7 g; T: 38,4 g; W: 167,4 g B:18%; T:29%; W:53%; NKT: 12 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 27 g	E: 1679,0 kcal; B: 80,7 g; 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:36%; W:44%; NKT: 11 g; Błonnik: 30 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 32

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.04

Dień	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza	Mielona	Papkowata	Pediatria 1-3	Pediatria 4-10	Pediatria 10-18	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; pasztet 100 g; ogórek kiszony 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; dżem truskawkowy 50 g; sałata 35 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; dżem truskawkowy 50 g; sałata 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; pasztet 100 g; ogórek kiszony 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; pasztet 100 g; ogórek kiszony 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; mielony twaróg 70 g; dżem truskawkowy 50 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; twaróg 70 g; dżem truskawkowy 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kajzerka 50 g; masło 15 g; pasztet 100 g; ogórek kiszony 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; pasztet 100 g; ogórek kiszony 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; pasztet 100 g; ogórek kiszony 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne
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)	Banan 1 szt.						
Obiad	Zupa gulaszowa 350 ml; makaron 200 g; gotowany sos pomidorowy z cukinią i marchewką 300 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa gulaszowa z kurczakiem 350 ml; makaron 200 g; gotowany sos pomidorowy z cukinią i marchewką 300 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa gulaszowa z kurczakiem 350 ml; makaron 200 g; gotowany sos pomidorowy z cukinią i marchewką 300 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa gulaszowa 350 ml; makaron 200 g; gotowany sos pomidorowy z cukinią i marchewką 300 g; woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa gulaszowa 350 ml; makaron 250 g; gotowany sos pomidorowy z cukinią i marchewką 300 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa gulaszowa z kurczakiem mielona 350 ml; ziemniaki puree 200 g; zmielony gotowany sos pomidorowy z cukinią i marchewką 300 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa gulaszowa z kurczakiem 350 ml; makaron 200 g; gotowany sos pomidorowy z cukinią i marchewką 300 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa gulaszowa z kurczakiem 175 ml; makaron 100 g; gotowany sos pomidorowy z cukinią i marchewką 300 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa gulaszowa 350 ml; makaron 150 g; gotowany sos pomidorowy z cukinią i marchewką 300 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa gulaszowa 350 ml; makaron 200 g; gotowany sos pomidorowy z cukinią i marchewką 300 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; margaryna 15 g; serek śmietankowy 30 g; szynka z kurczaka 50 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z mlekkiem 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/skórki 80 g; kawa zbożowa z mlekkiem 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/skórki 80 g; kawa zbożowa z mlekkiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; margaryna 15 g; serek śmietankowy 30 g; szynka z kurczaka 50 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z mlekkiem 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 80 g; kawa zbożowa z mlekkiem 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/skórki 80 g; kawa zbożowa z mlekkiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa mleczna 300 ml; Zupa mleczna z dodatkiem pieczywa, margaryny i wędliny; 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; margaryna 10 g; serek śmietankowy 30 g; szynka z kurczaka 25 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; serek śmietankowy 30 g; szynka z kurczaka 50 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 śmietankowy 30 g; szynka z kurczaka 50 g; pomidor 80 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	
Posiłek wieczorny	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	
Składniki odżywcze	E: 1988 kcal; B: 102,2 g; T: 84,9 g; W: 216,8 g B:21%; T:38%; W:41%; NKT: 12 g; Błonnik: 30 g; Sód: 2,3 g; Cukry: 30 g	E: 1819,2 kcal; B: 77,6 g; T: 62,8 g; W: 245,9 g B:17%; T:31%; W:52%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,3 g; Cukry: 28 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: 2,3 g; Cukry: 33 g	E: 2368,5 kcal; B: 114,2 g; T: 94,5 g; W: 279,9 g B:19%; T:36%; W:45%; NKT: 12 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,3 g; Cukry: 27 g	E: 2655,2 kcal; B: 122,7 g; T: 95,7 g; W: 341,6 g B:18%; T:32%; W:49%; NKT: 12 g; Błonnik: 30 g; Sód: 2,3 g; Cukry: 31 g	E: 1819,2 kcal; B: 77,6 g; T: 62,8 g; W: 245,9 g B:17%; T:31%; W:52%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sód: 2,3 g; Cukry: 28 g	E: 2006,4 kcal; B: 96,4 g; T: 61,3 g; W: 278,5 g B:19%; T:27%; W:53%; NKT: 11 g; Błonnik: 26 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	E: 1173,5 kcal; B: 56,7 g; T: 38,3 g; W: 158,1 g B:19%; T:29%; W:51%; NKT: 12 g; Błonnik: 26 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 26 g	E: 1655,0 kcal; B: 71,2 g; T: 49,7 g; W: 232,0 g B:17%; T:33%; W:46%; NKT: 11 g; Błonnik: 24 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 27 g	E: 2112,1 kcal; B: 106,7 g; T: 78,7 g; W: 257,7 g B:20%; T:33%; W:46%; NKT: 12 g; Błonnik: 26 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.04

Die	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza	Mielona	Papkowata	Pediatryczna 1-3	Pediatryczna 4-10	Pediatryczna 10-18
Śniadanie I	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 50 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; szynka wieprzowa 50 g; twaróg 70 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; szynka wieprzowa 50 g; twaróg 70 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; szynka wieprzowa 50 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; szynka wieprzowa 50 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; zmielona szynka wieprzowa 50 g; twaróg 70 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 jaja 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; szynka wieprzowa 25 g; twaróg 70 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; szynka wieprzowa 50 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; szynka wieprzowa 50 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; serek śmietankowy 30 g; sałata 35 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 30 g; masło 5 g; serek śmietankowy 30 g; sałata 35 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jabłko 1 szt.					
Obiad	Zupa brokułowa 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; kotlet z piersi kurczaka smażony 100 g; surówka z marchewki i jabłka 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa brokułowa 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; kotlet z piersi kurczaka pieczony 100 g; surówka z marchewki i jabłka 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa brokułowa 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; kotlet z piersi kurczaka smażony 100 g; surówka z marchewki i jabłka 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa brokułowa 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; kotlet z piersi kurczaka smażony 100 g; surówka z marchewki i jabłka 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa brokułowa 350 ml; gotowane ziemniaki 250 g; kotlet z piersi kurczaka smażony 100 g; surówka z marchewki i jabłka 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa brokułowa zmielona 350 ml; gotowane ziemniaki puree 200 g; zmielony kotlet z piersi kurczaka pieczony 100 g; mielona surówka z marchewki i jabłka 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa brokułowa 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; kotlet z piersi kurczaka pieczony 100 g; surówka z marchewki i jabłka 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa brokułowa 175 ml; gotowane ziemniaki 100 g; kotlet z piersi kurczaka smażony 50 g; surówka z marchewki i jabłka 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa brokułowa 350 ml; gotowane ziemniaki 150 g; kotlet z piersi kurczaka smażony 100 g; surówka z marchewki i jabłka 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa brokułowa 350 ml; gotowane ziemniaki 200 g; kotlet z piersi kurczaka smażony 100 g; surówka z marchewki i jabłka 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne
Podwieczorek			Sernik 50 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne	Sernik 50 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne	Sernik 50 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne			Sernik 50 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne	Sernik 50 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne	Sernik 50 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; sałata z turkczykiem i makaronem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), ryby i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; lekka sałatka z rybą 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; lekka sałatka z turkczykiem i makaronem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Chleb żytnio-pszenny 100 g; margaryna 15 g; sałata z turkczykiem i makaronem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), ryby i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; sałata z turkczykiem i makaronem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), ryby i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni bez skórek 100 g; margaryna 15 g; zmielona lekka sałatka z rybą 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, margaryny i warogu 300 ml; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; margaryna 10 g; szynka z kurczaka 25 g; dżem truskawkowy 50 g; sałata 35 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 15 g; dżem truskawkowy 50 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; szynka z kurczaka 50 g; dżem truskawkowy 50 g; sałata 35 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Posiłek wieczorny	Jogurt owocowy pitny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy pitny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy pitny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt naturalny pitny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy pitny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy pitny 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy pitny 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy pitny 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy pitny 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy pitny 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Śniadanie II	E: 2083,6 kcal; B: 84,1 g; T: 99,8 g; W: 219,8 g B:16%; T:35%; W:40%; NKT: 11 g; Blonnik: 25 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 30 g	E: 1758,7 kcal; B: 100,1 g; T: 69,3 g; W: 189,7 g B:23%; T:36%; W:42%; NKT: 10 g; Blonnik: 24 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 30 g	E: 2096,1 kcal; B: 112,7 g; T: 80 g; W: 238,7 g B:22%; T:34%; W:44%; NKT:10 g; Blonnik: 24 g; Sód: 2,2 g Cukry: 32 g	E: 2271,0 kcal; B: 88,7 g; T: 109,7 g; W: 240,9 g B:16%; T:35%; W:40%; NKT: 11 g; Blonnik: 26 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 28 g	E: 2697,9 kcal; B: 99 g; T: 114,4 g; W: 327,7 g B:15%; T:34%; W:47%; NKT: 11 g; Blonnik: 27 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 31 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; Blonnik: 24 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 30 g	E: 1947,8 kcal; B: 94,5 g; T: 55,9 g; W: 278,8 g B:19%; T:26%; W:55%; NKT: 12 g; Blonnik: 26 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 27 g	E: 1089,5 kcal; B: 57,3 g; T: 45,4 g; W: 115,9 g B:21%; T:35%; W:41%; NKT: 10 g; Blonnik: 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; Blonnik: 28 g; Sód: 2,2 g; Cukry: 27 g	E: 2177,1 kcal; B: 87,1 g; T: 103,2 g; W: 232,2 g B:16%; T:35%; W:41%; NKT: 12 g; Blonnik: 29 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 28 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.04

Dzień	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Polożnicza	Mielona	Papkowata	Pediatryczna 1-3	Pediatryczna 4-10	Pediatryczna 10-18
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; twaróg z rzodkiewką 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 rzodkiewką 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 rzodkiewką 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, margaryny 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 rzodkiewką 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 rzodkiewką 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 z kurczaka 30 g; sałata 35 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; sałata 35 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Herbatniki 30 g; jabłko 1 szt. ALERGENY: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)					
Obiad	Zupa kalafiorowa 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)	Zupa kalafiorowa 350 ml; kasza bulgur 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)	Zupa kalafiorowa 350 ml; kasza bulgur 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)	Zupa kalafiorowa 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)	Zupa kalafiorowa 350 ml; kasza gryczana 250 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)	Zupa kalafiorowa zmielona 350 ml; ziemniaki puree 200 g; mielony schab pieczony w lekkim sosie 100 g mięsa + 100 g sosu; zmielone buraczki 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa rybna 350 ml; kasza bulgur 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), ryby i produkty pochodne	Zupa kalafiorowa 175 ml; kasza bulgur 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)	Zupa kalafiorowa 350 ml; kasza bulgur 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)	Zupa kalafiorowa 350 ml; kasza bulgur 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			Kisiel owocowy z cukrem 200 g	Jabłko 1 szt.	Kisiel owocowy z cukrem 200 g			Kisiel owocowy z cukrem 200 g	Kisiel owocowy z cukrem 200 g	Kisiel owocowy z cukrem 200 g
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; smalec z fasoli 50 g; serek śmietankowy 30 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; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 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; szynka z kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 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; smalec z fasoli 50 g; serek śmietankowy 30 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; masło 15 g; smalec z fasoli 50 g; serek śmietankowy 30 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; zmielona szynka z kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 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, masła i jaja; 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 25 g; serek śmietankowy 30 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 50 g; serek śmietankowy 50 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 50 g; serek śmietankowy 50 g; kakao na mleku 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Poserek wierzchołowy	Wafelek czekoladowy 34 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Wafelek czekoladowy 34 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Wafelek czekoladowy 34 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kisiel owocowy bez cukru 200 g	Wafelek czekoladowy 34 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, soja 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, soja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Wafelek czekoladowy 34 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Wafelek czekoladowy 34 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Skradniki i wartości	E: 2033,9 kcal; B: 97,5 g; T: 72 g; W: 261,7 g B:19%; T:32%; W:49%; NKT: 12 g; Błonnik: 23 g; Sód: 2,8 g; Cukry: 28 g	E: 1944,2 kcal; B: 90 g; T: 69 g; W: 249,8 g B:19%; T:32%; W:49%; NKT: 11 g; Błonnik: 25 g; Sól: 6 g; Cukry: 25 g	E: 2243,2kcal; B: 102,9 g; T: 78,3 g; W: 291,3 g B:18%; T:32%; W:50%; NKT: 11 g; Błonnik: 25 g; Sól: 6 g; Cukry: 25 g	E: 2286,9 kcal; B: 105,4 g; T: 79,8 g; W: 301,4 g B:18%; T:31%; W:50%; NKT: 12 g; Błonnik: 24 g; Sód: 2,4 g; Cukry: 25 g	E: 2524,8 kcal; B: 114,5 g; T: 82,5 g; W: 346,9 g B:18%; T:30%; W:52%; NKT:12 g; Błnnik: 25 g; Sód: 2,8 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: 2,4 g; Cukry: 27 g	E: 1947,8 kcal; B: 94,5 g; T: 55,9 g; W: 278,8 g B:19%; T:26%; W:55%; NKT: 11 g; Błonnik: 23 g; Sód: 2,5 g; Cukry: 26 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