

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-04-02 czwartek	Dieta Podstawowa Obrzyce	Kasza jaglana na mleku 300 g (MLEKO) Pieczeń myśliwska wieprzowa/ mięso wieprzowe 69% 60 g (SOJA) Dżem truskawkowy 1szt 25 g Rukola 5 g Papryka w słupki 80 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb bałtownoski psz-żyt 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Bułka pszenna (75g) 75 g (GLUT PSZ) Herbata b/cukru 250 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Kurczak w sosie śmietanowo-brokulowym 180 g (MLEKO, GLUT PSZ) Kasza jęczmienna gotowana 230 g (GLU JĘCZ) Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem rzepakowym 150 g Napój owocowy 250 g			Kielbasa parówkowa lux wieprzowo drobiowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup 20 g Chleb bałtownoski psz-żyt 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Sałatka szwedzka 80 g herbata bez cukru 250 ml	Sok jabłko-gruszka 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	Wartość energetyczna [kcal I] 2 826,3 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 106,7 Węglowodany ogółem [g] 363,5 Sól [g] 8,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,3 Glukoza [g] 18,6 Fruktoza [g] 21,8 Laktoza [g] 11,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 101,9 Witamina A [mg] 2 408,4 Witamina C [mg] 246,2 WW [Por] 36,6 Sód [mg] 3 118,5
	Dzieci Obrzyce	Kasza jaglana na mleku 300 g (MLEKO) Bułka pszenna (75g) 75 g (GLUT PSZ) Pieczeń myśliwska wieprzowa/ mięso wieprzowe 69% 60 g (SOJA) Dżem truskawkowy 1szt 25 g Papryka w słupki 80 g Chleb razowy psz-żyt 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło 82% tłuszczu 15 g (MLEKO) Rukola 5 g Herbata b/cukru 250 g	Drożdżówka z budyniem 1 szt. 80 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Kurczak w sosie śmietanowo-brokulowym 180 g (MLEKO, GLUT PSZ) Kasza jęczmienna gotowana 230 g (GLU JĘCZ) Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem rzepakowym 150 g Napój owocowy 250 g	Koktajl truskawkowo-bananowy 150 g (MLEKO)	Sałatka szwedzka 80 g Kielbasa parówkowa lux wieprzowo drobiowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup 20 g Chleb bałtownoski psz-żyt 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Herbata b/cukru 200 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g	Sok jabłko-gruszka 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	Wartość energetyczna [kcal I] 3 413,3 Białko ogółem [g] 111,5 Tłuszcz [g] 127,1 Węglowodany ogółem [g] 452,1 Sól [g] 9,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 50,7 Glukoza [g] 20,4 Fruktoza [g] 23,5 Laktoza [g] 15 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 suma cukrów prostych [g] 131,3 Witamina A [mg] 2 530 Witamina C [mg] 277,8 WW [Por] 45,5 Sód [mg] 3 469,4	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-02 czwartek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzyce	<p>Kasza jaglana na mleku 300 g (MLEKO) Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Pieczeń myśliwska wieprzowa/ mięso wieprzowe 69% 60 g (SOJA) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Papryka w słupki 55 g Chleb razowy psz-żyt 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Bułka grahamka 1 szt 80 g (GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Herbata b/cukru 250 g Rukola 5 g</p>	<p>Jabłko gotowane 1szt 120 g</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Kurczak w sosie śmietanowo-brokulowym 180 g (MLEKO, GLUT PSZ) Kasza jęczmienna gotowana 230 g (GLU JĘCZ) Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem rzepakowym 150 g Napój owocowy 250 g</p>	<p>Koktajl jogurtowo truskawkowo-banany 150 g (MLEKO)</p>	<p>Kielbasa parówkowa lux wieprzowo drobiowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup 20 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb razowy psz-żyt 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Sałatka szwedzka 80 g Herbata b/cukru 200 g</p>	<p>Sok jabłko-gruszka 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 851,8 Białko ogółem [g] 98,7 Tłuszcz [g] 109,3 Węglowodany ogółem [g] 381,7 Sól [g] 8,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,3 Glukoza [g] 11,2 Fruktoza [g] 17,7 Laktoza [g] 13,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 suma cukrów prostych [g] 89 Witamina A [mg] 2 290,4 Witamina C [mg] 238,2 WW [Por] 38,4 Sód [mg] 3 288,7</p>
	Dieta Łatwostrawna Obrzyce	<p>Kasza jaglana na mleku 300 g (MLEKO) Chleb pszenny 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Bułka pszenna (75g) 75 g (GLUT PSZ) Herbata b/cukru 250 g Dżem truskawkowy 1szt 25 g Pieczeń myśliwska wieprzowa/ mięso wieprzowe 69% 60 g (SOJA) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Pomidor 80 g Rukola 5 g</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Marchew gotowana 150 g Kurczak w sosie śmietanowo-brokulowym 180 g (MLEKO, GLUT PSZ) Kasza jęczmienna gotowana 230 g (GLU JĘCZ) Napój owocowy 250 g</p>	<p>Pomidor 80 g Herbata b/cukru 200 g Kielbasa parówkowa lux wieprzowo drobiowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup 20 g Chleb bałtownoski psz-żyt 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g</p>	<p>Sok jabłko-gruszka 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 845,4 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 109,4 Węglowodany ogółem [g] 363,5 Sól [g] 7,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 54,7 Glukoza [g] 19,2 Fruktoza [g] 22,6 Laktoza [g] 12,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 suma cukrów prostych [g] 98,7 Witamina A [mg] 3 313,9 Witamina C [mg] 140,1 WW [Por] 36,4 Sód [mg] 2 574,5</p>		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-03 piątek	Dieta Podstawowa Obrzyce	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Serek Tartare śmietankowy 1szt/20g 1 szt Marchewka mini gotowana 80 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Kakao na mleku 250 ml (MLEKO) Herbata b/cukru 250 g</p>		<p>Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (GLUTEN, MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Filetr z morszczuka panierowany, pieczony 110 g (JAJA, MLEKO, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Sos pietruszkowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Napój owocowy 250 g</p>		<p>Pasta twarogowa z pietruszką 60 g (MLEKO) Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Papryka w słupki 80 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)</p>	<p>Serek wiejski 1szt./150g 150 g (MLEKO)</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] 2 806,3 Białko ogółem [g] 121,3 Tłuszcz [g] 105,7 Węglowodany ogółem [g] 348,1 Sól [g] 9,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 55,7 Glukoza [g] 5,5 Fruktoza [g] 6,1 Laktoza [g] 24 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 79,3 Witamina A [mg] 2 999,7 Witamina C [mg] 177,6 WW [Por] 35,1 Sód [mg] 3 013,7</p>
	Dzieci Obrzyce	<p>Platki kukurydziane na mleku 300 ml (MLEKO) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Serek Tartare śmietankowy 1szt/20g 1 szt Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Kakao na mleku 250 ml (MLEKO) Herbata b/cukru 250 g Marchewka mini gotowana 80 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)</p>	<p>Banan 160 g</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (GLUTEN, MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Filetr z morszczuka panierowany, pieczony 110 g (JAJA, MLEKO, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Napój owocowy 300 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Sos pietruszkowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ)</p>	<p>Pasta twarogowa z pietruszką 60 g (MLEKO) Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Papryka w słupki 80 g</p>	<p>Serek wiejski 1szt./150g 150 g (MLEKO)</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] 3 104 Białko ogółem [g] 124,1 Tłuszcz [g] 113,8 Węglowodany ogółem [g] 395,1 Sól [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 57 Glukoza [g] 9,9 Fruktoza [g] 9,8 Laktoza [g] 26,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 106,5 Witamina A [mg] 3 037,5 Witamina C [mg] 187,5 WW [Por] 39,7 Sód [mg] 3 708,1</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-03 piątek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzyce	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Serek Tartare śmietankowy 1szt/20g 1 szt Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Kakao na mleku 250 ml (MLEKO) Marchewka mini gotowana 80 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Herbata b/cukru 250 g</p>	Banan 150 g	<p>Zupa pomidorowa z makaronem brązowym 400 g (GLUTEN, MLEKO, SELER, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Ziemniaki gotowane 230 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Filet z morszczuka panierowany, pieczony 110 g (JAJA, MLEKO, GLUT PSZ) Sos pietruszkowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Napój owocowy 250 g</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt</p>	<p>Pasta twarogowa z pietruszką 60 g (MLEKO) Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Papryka w słupki 80 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)</p>	<p>Serek wiejski 1szt./150g 150 g (MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 997,2 Białko ogółem [g] 117,7 Tłuszcz [g] 105,7 Węglowodany ogółem [g] 416,6 Sól [g] 8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 55,6 Glukoza [g] 10,5 Fruktoza [g] 9,8 Laktoza [g] 25,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 suma cukrów prostych [g] 125,1 Witamina A [mg] 3 008,1 Witamina C [mg] 187,4 WW [Por] 41,9 Sód [mg] 2 723,5</p>
	Dieta Łatwostrawna Obrzyce	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Serek Tartare śmietankowy 1szt/20g 1 szt Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Kakao na mleku 250 ml (MLEKO) Herbata b/cukru 250 g Pomidor 80 g</p>		<p>Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (GLUTEN, MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 100 g (GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Napój owocowy 250 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Sos pietruszkowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ)</p>		<p>Pasta twarogowa 60 g (MLEKO) Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 40 g (MLEKO) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Pomidor 80 g</p>	<p>Serek wiejski 1szt./150g 150 g (MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 933,3 Białko ogółem [g] 126 Tłuszcz [g] 109,2 Węglowodany ogółem [g] 373,5 Sól [g] 8,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 53,6 Glukoza [g] 4,8 Fruktoza [g] 5,8 Laktoza [g] 27,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 suma cukrów prostych [g] 78,8 Witamina A [mg] 1 523,4 Witamina C [mg] 95,8 WW [Por] 37,4 Sód [mg] 2 655,7</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-04 sobota	Dzieta Podstawowa Obrzyce			<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ)</p> <p>Ziemniaki gotowane 230 g</p> <p>Fasolka po bretońsku 180 g (SELER, GLUT PSZ)</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150 g</p> <p>Napój owocowy bez cukru 250 g</p>	<p>Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 20 g (GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY)</p> <p>Pasta z makreli wędzonej, twarogu i szczypiorku 60 g (JAJA, RYBY, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM)</p> <p>Ogórek kiszony 60 g</p> <p>Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g</p> <p>Herbata b/cukru 250 g</p> <p>Chleb bałnowoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)</p> <p>Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)</p> <p>Pomidor w ćwiartki 80 g</p>	<p>Serek Kiri przekąska pszenna 1szt (35g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 549,7</p> <p>Białko ogółem [g] 79,1</p> <p>Tłuszcz [g] 86,8</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 367,7</p> <p>Sól [g] 10,6</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,5</p> <p>Glukoza [g] 17,8</p> <p>Fruktoza [g] 18,9</p> <p>Laktoza [g] 19,7</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 34,7</p> <p>suma cukrów prostych [g] 107,5</p> <p>Witamina A [mg] 3 112,4</p> <p>Witamina C [mg] 101,9</p> <p>WW [Por] 36,8</p> <p>Sód [mg] 2 775,7</p>
	Dzieci Obrzyce	Gruszka 250 g	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ)</p> <p>Ziemniaki gotowane 230 g</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150 g</p> <p>Fasolka po bretońsku 180 g (SELER, GLUT PSZ)</p> <p>Napój owocowy bez cukru 250 g</p>	<p>Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 20 g (GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY)</p> <p>Pasta z makreli wędzonej, twarogu i szczypiorku 60 g (JAJA, RYBY, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM)</p> <p>Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g</p> <p>Herbata b/cukru 200 g</p> <p>Chleb bałnowoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)</p> <p>Ogórek kiszony 60 g</p>	<p>Serek Kiri przekąska pszenna 1szt (35g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 836,3</p> <p>Białko ogółem [g] 85,2</p> <p>Tłuszcz [g] 92,5</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 418,2</p> <p>Sól [g] 11,7</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45</p> <p>Glukoza [g] 21,4</p> <p>Fruktoza [g] 30,7</p> <p>Laktoza [g] 19,6</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 41,1</p> <p>suma cukrów prostych [g] 126,4</p> <p>Witamina A [mg] 3 093,5</p> <p>Witamina C [mg] 112</p> <p>WW [Por] 41,9</p> <p>Sód [mg] 3 026,9</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-04 sobota	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzyce	Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 60 g (MLEKO) Salatka warzywna ze świeżych warzyw z olejami i pestkami dyni 150 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Chleb razowy psz-żyt 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Gruszka 250 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Fasolka po bretońsku vegetarińska 180 g (SELER, GLUT PSZ) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 20 g (GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY) Pasta z makreli wędzonej, twarogu i szczypiorku 60 g (JAJA, RYBY, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM) Ogórek kiszony 60 g Herbata b/cukru 250 g Chleb razowy psz-żyt 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Serek Kiri przekąska pszenna 1szt (35g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal/l] 2 856,8 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 113,3 Węglowodany ogółem [g] 386,4 Sól [g] 10,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 54 Glukoza [g] 10 Fruktoza [g] 19,2 Laktoza [g] 21,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,1 suma cukrów prostych [g] 93,9 Witamina A [mg] 3 170,1 Witamina C [mg] 101,1 WW [Por] 38,6 Sód [mg] 3 227,8
	Dieta Łatwostrawna Obrzyce	Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 60 g (MLEKO) Dżem truskawkowy 1szt 25 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Liść salaty 20 g		Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Pierogi ruskie z masłem 350 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Mieszanka królewska gotowana (brokuł, kalafior, march.) z olejem 150 g (SELER) Napój owocowy bez cukru 250 g		Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 20 g (GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY) Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 40 g (MLEKO) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Pomidor 60 g	Serek Kiri przekąska pszenna 1szt (35g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal/l] 2 726,6 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 90,7 Węglowodany ogółem [g] 396,3 Sól [g] 8,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 56,2 Glukoza [g] 14,4 Fruktoza [g] 14,7 Laktoza [g] 24 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 suma cukrów prostych [g] 93,2 Witamina A [mg] 1 044,8 Witamina C [mg] 110,1 WW [Por] 39,9 Sód [mg] 1 865,3

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-05 niedziela	Dieta Podstawowa Obrzyce	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 g (MLEKO, GLU JĘCZ) Kielbasa biała parzona 100 g (SOJA, GORCZY) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Cwikla z chrzanem Rolnik 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Pomidor w ćwiartki 80 g Liść sałaty 5 g</p>	<p>Ciasto* 70 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, ORZECHY)</p>	<p>Rosół z makaronem nitki 400 g (GLUTEN, SELER, GLUT PSZ) Udko z kurczaka pieczone 1szt 180 g (GORCZY) Ziemniaki gotowane 230 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Sos pieczeniowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Kompot owocowy b/c 250 ml</p>	<p>Czekoladowa figurka 1 szt</p>	<p>Wędlina Szynka Krucha wieprzowa/ 83% mięsa 40 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Sałatka ryżowa (ryż brązowy), wędlina dorbiowa, jogurt naturalny 100 g (JAJA, SOJA, MLEKO) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Ogórek kiszony 60 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Banan 160 g</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] 3 197,5 Białko ogółem [g] 124,7 Tłuszcz [g] 121 Węglowodany ogółem [g] 400,9 Sól [g] 12,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,5 Glukoza [g] 7,1 Fruktoza [g] 7,3 Laktoza [g] 10,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 suma cukrów prostych [g] 71,6 Witamina A [mg] 1 358,8 Witamina C [mg] 91,3 WW [Por] 40,3 Sód [mg] 4 625,4</p>
	Dzieci Obrzyce	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 g (MLEKO, GLU JĘCZ) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Kielbasa biała parzona 100 g (SOJA, GORCZY) Cwikla z chrzanem Rolnik 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło 82% tłuszczu 15 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250 g Pomidor w ćwiartki 55 g Liść sałaty 5 g</p>	<p>Ciasto* 70 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, ORZECHY)</p>	<p>Rosół z makaronem nitki 400 g (GLUTEN, SELER, GLUT PSZ) Udko z kurczaka pieczone 1szt 180 g (GORCZY) Ziemniaki gotowane 230 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Sos pieczeniowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Kompot owocowy b/c 250 ml</p>	<p>Czekoladowa figurka 1 szt</p>	<p>Wędlina Szynka Krucha wieprzowa/ 83% mięsa 40 g Sałatka ryżowa (ryż brązowy), wędlina dorbiowa, jogurt naturalny 100 g (JAJA, SOJA, MLEKO) Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 g Ogórek kiszony 80 g</p>	<p>Banan 160 g</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] 3 375,4 Białko ogółem [g] 129 Tłuszcz [g] 126,3 Węglowodany ogółem [g] 426,3 Sól [g] 14,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,8 Glukoza [g] 6,8 Fruktoza [g] 6,9 Laktoza [g] 10,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,3 suma cukrów prostych [g] 71,1 Witamina A [mg] 1 312 Witamina C [mg] 86,1 WW [Por] 43 Sód [mg] 5 045,9</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-05 niedziela	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzyce	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 g (MLEKO, GLU JĘCZ) Kielbasa biała parzona 100 g (SOJA, GORCZY) Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 20 g (MLEKO) Cwikła z chrzanem Rolnik 20 g Pomidor w ćwiartki 80 g Liść sałaty 5 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)</p>	<p>Kisiel z jabłkiem bez cukru 200 ml</p>	<p>Rosół z makaronem razowym 400 ml (GLUTEN, SELER, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Udko z kurczaka gotowane 1szt 180 g Ziemniaki gotowane 230 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Sos pieczeniowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Kompot owocowy b/c 250 ml</p>	<p>Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (MLEKO)</p>	<p>Wędlina Szynka Krucha wieprzowa/ 83% mięsa 40 g Sałatka ryżowa (ryż brązowy), wędlina dorbiowa, jogurt naturalny 100 g (JAJA, SOJA, MLEKO) Ogórek kiszony 80 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Banan 160 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 836,9 Białko ogółem [g] 110,4 Tłuszcz [g] 101 Węglowodany ogółem [g] 378,7 Sól [g] 12,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,3 Glukoza [g] 7,1 Fruktaza [g] 8 Laktoza [g] 15,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 79,5 Witamina A [mg] 830,3 Witamina C [mg] 91,3 WW [Por] 37,9 Sód [mg] 4 767,5</p>
	Dieta Łatwostrawna Obrzyce	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 g (MLEKO, GLU JĘCZ) Kielbasa biała parzona 100 g (SOJA, GORCZY) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Pomidor 80 g Liść sałaty 5 g</p>		<p>Rosół z makaronem nitki 400 g (GLUTEN, SELER, GLUT PSZ) Udko z kurczaka gotowane 1szt 180 g Ziemniaki gotowane 230 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Sos pieczeniowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Kompot owocowy b/c 250 ml</p>	<p>Czekoladowa figurka 1 szt</p>	<p>Wędlina Szynka Krucha wieprzowa/ 83% mięsa 40 g Serek Tartare śmietankowy 1szt/20g 1 szt Ogórek kiszony 80 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Banan 160 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 796 Białko ogółem [g] 117,6 Tłuszcz [g] 105,6 Węglowodany ogółem [g] 348,6 Sól [g] 11,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,6 Glukoza [g] 7 Fruktaza [g] 7,3 Laktoza [g] 10,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 suma cukrów prostych [g] 57 Witamina A [mg] 1 126,4 Witamina C [mg] 75,3 WW [Por] 35 Sód [mg] 4 570,7</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-06 poniedziałek	Dieta Podstawowa Obrzyce	<p>Kasza kuskus na mleku 300 g (MLEKO, GLUT PSZ) Wędlina schab ojca Grzegorza wieprzowa/ 82% mięso wieprzowe 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Salátka jarzynowa (Grześ) 100 g (JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Pomidor w ćwiartki 80 g Liść sałaty 5 g Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Ciasto* 70 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, ORZECHY)</p>	<p>Żurek 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZY) Schab wieprzowy gotowany/parowany 100 g Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 150 g Ziemniaki gotowane 230 g Kompot owocowy b/c 250 ml</p>	<p>Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Pasta z tuńczyka z twarogiem 80 g (RYBY, SOJA, MLEKO) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Ogórek kiszony 80 g Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 919,1 Białko ogółem [g] 113,8 Tłuszcz [g] 120,8 Węglowodany ogółem [g] 348,5 Sól [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,4 Glukoza [g] 6,2 Fruktoza [g] 5,5 Laktoza [g] 12,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 72,7 Witamina A [mg] 1 207,3 Witamina C [mg] 143 WW [Por] 34,8 Sód [mg] 3 190,6</p>
	Dzieci Obrzyce	<p>Kasza kuskus na mleku 300 g (MLEKO, GLUT PSZ) Wędlina schab ojca Grzegorza wieprzowa/ 82% mięso wieprzowe 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Salátka jarzynowa (Grześ) 100 g (JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM) Pomidor w ćwiartki 80 g Liść sałaty 5 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło 82% tłuszczu 10 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Ciasto* 70 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, ORZECHY)</p>	<p>Żurek 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZY) Schab wieprzowy gotowany/parowany 100 g Ziemniaki gotowane 230 g Sos pieczeniowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml</p>	<p>Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Pasta z tuńczyka z twarogiem 80 g (RYBY, SOJA, MLEKO) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Ogórek kiszony 80 g Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 3 316,4 Białko ogółem [g] 120,9 Tłuszcz [g] 143,1 Węglowodany ogółem [g] 387,1 Sól [g] 12,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,6 Glukoza [g] 6,5 Fruktoza [g] 5,7 Laktoza [g] 13,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 suma cukrów prostych [g] 80,3 Witamina A [mg] 1 149,4 Witamina C [mg] 152,4 WW [Por] 38,6 Sód [mg] 4 089,7</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-06 poniedziałek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzyce	<p>Kasza kuskus na mleku 300 g (MLEKO, GLUT PSZ) Wędlina schab ojca Grzegorza wieprzowa/ 82% mięso wieprzowe 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Salátka jarzynowa (Grześ) 100 g (JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM) Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Pomidor w ćwiartki 80 g Liść sałaty 5 g Herbata b/cukru 200 g</p>	<p>Kasza manna na gęsto z musem truskawkowym 150 g (MLEKO, GLUT PSZ)</p>	<p>Żurek 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZY) Szyńka wieprzowa parowana - duszona 100 g Sos pieczeniowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml</p>	<p>Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (MLEKO)</p>	<p>Pasta z tuńczyka z twarogiem 80 g (RYBY, SOJA, MLEKO) Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Ogórek kiszony 80 g Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 3 126 Białko ogółem [g] 120,9 Tłuszcz [g] 135,4 Węglowodany ogółem [g] 368 Sól [g] 10,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 53,2 Glukoza [g] 7,4 Fruktoza [g] 6,7 Laktoza [g] 23,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 82,9 Witamina A [mg] 1 229,7 Witamina C [mg] 175,3 WW [Por] 36,7 Sód [mg] 3 975</p>
	Dieta Łatwostrawna Obrzyce	<p>Kasza kuskus na mleku 300 g (MLEKO, GLUT PSZ) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Wędlina Delikatesowa drobiowa 50% indyka/40% kurczak/ grubo rozdrobniona 40 g Pomidor w ćwiartki 80 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Ciasto* 70 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, ORZECHY)</p>	<p>Żurek 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZY) Gulasz z szynki wieprzowej 150 g (MLEKO, SELER) Ziemniaki gotowane 230 g Dynia gotowana z olejem i ziołami 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml Sos pieczeniowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ)</p>		<p>Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 20 g (MLEKO) Pasta z tuńczyka z twarogiem 80 g (RYBY, SOJA, MLEKO) Pomidor 80 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Herbata b/cukru 200 g</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 957,6 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 123,6 Węglowodany ogółem [g] 367,9 Sól [g] 10,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,8 Glukoza [g] 4,3 Fruktoza [g] 5 Laktoza [g] 15,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,6 suma cukrów prostych [g] 68,5 Witamina A [mg] 1 409,5 Witamina C [mg] 90,4 WW [Por] 36,9 Sód [mg] 3 537,5</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-07 wtorek	Dieta Podstawowa Obrzyce	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Wędlina Szykowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 40 g Pasta z pieczonej ciecierzycy 40 g Marchewka mini gotowana 45 g Herbata b/cukru 250 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Roszponka 5 g</p>		<p>Napój owocowy bez cukru 250 g Zupa wiejska z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Sos pomidorowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Gołąbki zawijane z mięsem wieprzowym i ryżem 150g 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 150 g (SELER)</p>		<p>Herbata b/cukru 250 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Leczo z cukinii warzyw z kielbasą drobiowo wieprzowa 350 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)</p>	<p>Ciasteczka zbożowe 1szt /25g 1 szt (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT OWIES, GLUT ŻYT)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 568,7 Białko ogółem [g] 84,5 Tłuszcz [g] 90 Węglowodany ogółem [g] 389,8 Sól [g] 9,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45 Glukoza [g] 9,8 Fruktoza [g] 11,2 Laktoza [g] 12,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 suma cukrów prostych [g] 82,5 Witamina A [mg] 2 119,7 Witamina C [mg] 172 WW [Por] 39 Sód [mg] 3 229,1</p>
	Dzieci Obrzyce	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Marchewka mini gotowana 55 g Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Pasta z pieczonej ciecierzycy 40 g Wędlina Szykowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 40 g Roszponka 5 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Gruszka 250 g</p>	<p>Napój owocowy bez cukru 250 g Zupa wiejska z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Sos pomidorowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Gołąbki zawijane z mięsem wieprzowym i ryżem 150g 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 150 g (SELER)</p>		<p>Leczo z cukinii warzyw z kielbasą drobiowo wieprzowa 350 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Ciasteczka zbożowe 1szt /25g 1 szt (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT OWIES, GLUT ŻYT)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 897,5 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 100,1 Węglowodany ogółem [g] 441,2 Sól [g] 10,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,5 Glukoza [g] 13,6 Fruktoza [g] 23,1 Laktoza [g] 12,8 Błonnik pokarmowy [g] 46,8 suma cukrów prostych [g] 101,8 Witamina A [mg] 2 280 Witamina C [mg] 182,3 WW [Por] 44,2 Sód [mg] 3 486,6</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-07 wtorek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzycze	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Wędlina Szykowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 40 g Pasta z pieczonej ciecierzycy 40 g Marchewka mini gotowana 45 g Różponka 5 g Herbata b/cukru 250 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)</p>	<p>Gruszka 250 g</p>	<p>Napój owocowy bez cukru 250 g Zupa wiejska z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Sos pomidorowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 80 g (GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ) Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 150 g (SELER)</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt</p>	<p>Leczo z cukinii warzyw z kielbasą drobiowio wieprzowa 350 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)</p>	<p>Ciasteczka zbożowe 1szt /25g 1 szt (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT OWIES, GLUT ŻYT)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 752,7 Białko ogółem [g] 81 Tłuszcz [g] 99 Węglowodany ogółem [g] 440,6 Sól [g] 9,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,1 Glukoza [g] 12,5 Fruktoza [g] 21,8 Laktoza [g] 12,9 Błonnik pokarmowy [g] 41,9 suma cukrów prostych [g] 123,6 Witamina A [mg] 2 155,8 Witamina C [mg] 142,9 WW [Por] 44,1 Sód [mg] 3 430,6</p>
	Dieta Łatwostrawna Obrzycze	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Wędlina Szykowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 60 g Marchewka mini gotowana 55 g Różponka 5 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Napój owocowy bez cukru 250 g Zupa wiejska z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Sos pomidorowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 80 g (GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ) Brokuły gotowane 150 g</p>	<p>Herbata b/cukru 200 g Leczo z cukinii warzyw z kielbasą drobiowio wieprzowa 350 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb bałnowoski psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)</p>	<p>Ciasteczka zbożowe 1szt /25g 1 szt (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT OWIES, GLUT ŻYT)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 432,5 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 85,7 Węglowodany ogółem [g] 358,5 Sól [g] 8,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,2 Glukoza [g] 7,2 Fruktoza [g] 7,5 Laktoza [g] 13 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 suma cukrów prostych [g] 69,8 Witamina A [mg] 2 517,3 Witamina C [mg] 200,2 WW [Por] 35,8 Sód [mg] 3 171,8</p>		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-08 środa	Dieta Podstawowa Obrzyce	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Parówka lux drobiowo wieprzowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Pomidor w ćwiartki 80 g Ketchup 20 g Kakao na mleku bez cukru 200 ml (MLEKO)</p>		<p>Zupa pejszanka z ziemniakami i białą fasolą 400 g (SELER, GLUT PSZ) Ryż biały gotowany 230 g Potrawka drobiowa z kurczaka 180 g (MLEKO, SELER) Surówka Coleslaw 150 g (JAJA, GORCZY) Kompot owocowy b/c 250 ml</p>		<p>Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 40 g Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Ogórek kiszony w plastry 80 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Herbata b/cukru 200 g</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 799,1 Białko ogółem [g] 116,1 Tłuszcz [g] 118,9 Węglowodany ogółem [g] 322 Sól [g] 12,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 50,5 Glukoza [g] 6,5 Fruktoza [g] 7,1 Laktoza [g] 18,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 53,2 Witamina A [mg] 2 044,3 Witamina C [mg] 130,6 WW [Por] 32,1 Sód [mg] 4 157,8</p>
	Dzieci Obrzyce	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Parówka lux drobiowo wieprzowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło 82% tłuszczu 15 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250 g Pomidor w ćwiartki 80 g Ketchup 20 g Kakao na mleku bez cukru 200 ml (MLEKO)</p>	Jabłko 1szt 120 g	<p>Zupa pejszanka z ziemniakami i białą fasolą 400 g (SELER, GLUT PSZ) Ryż biały gotowany 230 g Potrawka drobiowa z kurczaka 180 g (MLEKO, SELER) Surówka Coleslaw 150 g (JAJA, GORCZY) Kompot owocowy b/c 250 ml</p>		<p>Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 40 g Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Ogórek kiszony w plastry 80 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 3 138,6 Białko ogółem [g] 122,8 Tłuszcz [g] 125,1 Węglowodany ogółem [g] 377,4 Sól [g] 14,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,9 Glukoza [g] 9 Fruktoza [g] 13,8 Laktoza [g] 18,6 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 suma cukrów prostych [g] 65,7 Witamina A [mg] 2 026,6 Witamina C [mg] 142 WW [Por] 37,7 Sód [mg] 4 544,5</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-08 środa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzycze	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Parówka lux drobiowo wieprzowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g herbata bez cukru 250 ml Pomidor w ćwiartki 80 g Ketchup 20 g Kakao na mleku bez cukru 200 ml (MLEKO)</p>	Jabłko 1szt 120 g	<p>Zupa pejzanka z ziemniakami i białą fasolą 400 g (SELER, GLUT PSZ) Ryż brązowy gotowany 230 g Potrawka drobiowa z kurczaka 180 g (MLEKO, SELER) Surówka Coleslaw 150 g (JAJA, GORCZY) Kompot owocowy b/c 250 ml</p>	<p>Kefir naturalny 1szt. 200 g (MLEKO)</p>	<p>Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 40 g Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Ogórek kiszony w plastry 80 g Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 3 194,9 Białko ogółem [g] 123,7 Tłuszcz [g] 124,2 Węglowodany ogółem [g] 406,4 Sól [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 51,1 Glukoza [g] 9 Fruktoza [g] 13,8 Laktoza [g] 18,8 Błonnik pokarmowy [g] 41,6 suma cukrów prostych [g] 63,3 Witamina A [mg] 2 046,3 Witamina C [mg] 133,1 WW [Por] 40,6 Sód [mg] 3 925,2</p>
	Dieta Łatwostrawna Obrzycze	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Parówka lux drobiowo wieprzowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Pomidor w ćwiartki 80 g Ketchup 20 g Kakao na mleku bez cukru 200 ml (MLEKO)</p>	<p>Zupa koperkowa 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ryż biały gotowany 230 g Potrawka drobiowa z kurczaka 180 g (MLEKO, SELER) Dynia gotowana z olejem i ziołami 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml</p>	<p>Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 40 g Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 40 g (MLEKO) Pomidor 60 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 734,8 Białko ogółem [g] 113,7 Tłuszcz [g] 102,5 Węglowodany ogółem [g] 352,2 Sól [g] 12,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,2 Glukoza [g] 3,2 Fruktoza [g] 4,4 Laktoza [g] 24,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,1 suma cukrów prostych [g] 49,1 Witamina A [mg] 1 268,3 Witamina C [mg] 76,5 WW [Por] 35,3 Sód [mg] 4 045</p>		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-09 czwartek	Dieta Podstawowa Obrzyce	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 g (MLEKO, GLU JĘCZ) Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 40 g (GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY) Pasta z grochu 40 g Pomidor 80 g Szpinak liście 5 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Herbata b/cukru 250 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Bioderko gotowane z uda kurczaka 100 g Surówka z białej kapusty z kukurydzą i olejem 150 g Sos śmietanowo-cebulowy 150 g (MLEKO) Kasza gryczana gotowana 230 g Napój owocowy bez cukru 250 g</p>		<p>Kielbasa biała parzona 100 g (SOJA, GORCZY) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Ketchup 20 g Ćwikła z chrzanem Rolnik 70 g Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Serek wiejski 1szt./150g 150 g (MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 548,8 Białko ogółem [g] 117 Tłuszcz [g] 82,8 Węglowodany ogółem [g] 343,3 Sól [g] 13,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,4 Glukoza [g] 4,4 Fruktoza [g] 4,2 Laktoza [g] 16 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 suma cukrów prostych [g] 62,3 Witamina A [mg] 824,6 Witamina C [mg] 115,7 WW [Por] 34,3 Sód [mg] 4 120,2</p>
	Dzieci Obrzyce	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 g (MLEKO, GLU JĘCZ) Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 40 g (GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY) Pomidor 50 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250 g Szpinak liście 5 g</p>	<p>Mandarynka 1szt/ok 80-100g 80 g</p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą czerwoną i ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Bioderko gotowane z uda kurczaka 100 g Surówka z białej kapusty z kukurydzą i olejem 150 g Kasza gryczana gotowana 230 g Sos śmietanowo-cebulowy 150 g (MLEKO) Napój owocowy bez cukru 250 g</p>		<p>Herbata b/cukru 250 g Naleśniki z serem na słodko 2szt G 200 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SEZAM) Naleśniki z jabłkiem 2 szt. 200 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, SIARKA, GLUT PSZ) Sos truskawkowy 150 g (MLEKO)</p>	<p>Serek wiejski 1szt./150g 150 g (MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 312,6 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 77,5 Węglowodany ogółem [g] 309 Sól [g] 9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Glukoza [g] 6,4 Fruktoza [g] 6 Laktoza [g] 19,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 suma cukrów prostych [g] 72,5 Witamina A [mg] 662,1 Witamina C [mg] 152,4 WW [Por] 30,9 Sód [mg] 2 317</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-09 czwartek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzyce	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 g (MLEKO, GLU JĘCZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Pomidor 40 g Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 40 g (GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY) Chleb razowy psz-żyt 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Szpinak liście 5 g</p>	<p>Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 80 g</p>	<p>Napój owocowy bez cukru 250 g Barszcz czerwony z fasolą czerwoną i ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Sos śmietanowo-cebulowy 150 g (MLEKO) Surówka z białej kapusty z kukurydzą i olejem 150 g Kasza gryczana gotowana 230 g Bioderko gotowane z uda kurczaka 100 g</p>	<p>Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (MLEKO)</p>	<p>Herbata b/cukru 250 g Kielbasa biała parzona 100 g (SOJA, GORCZY) Chleb razowy psz-żyt 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Ketchup 20 g Ćwikła z chrzanem Rolnik 50 g</p>	<p>Serek wiejski 1szt./150g 150 g (MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 588,3 Białko ogółem [g] 114,7 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 364,3 Sól [g] 11,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40 Glukoza [g] 5 Fruktoza [g] 4,5 Laktoza [g] 18,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 suma cukrów prostych [g] 68 Witamina A [mg] 762,6 Witamina C [mg] 123,3 WW [Por] 36,3 Sód [mg] 3 674,3</p>
	Dieta Łatwostrawna Obrzyce	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 g (MLEKO, GLU JĘCZ) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Pomidor 50 g Pasta twarogowa 70 g (MLEKO) Szpinak liście 5 g</p>		<p>Napój owocowy bez cukru 250 g Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Bioderko gotowane z uda kurczaka 100 g Mieszanka królewska gotowana (brokuł, kalafior, march.) z olejem 150 g (SELER) Kasza jęczmienna gotowana 230 g (GLU JĘCZ) Sos śmietanowo-cebulowy 150 g (MLEKO)</p>		<p>Herbata b/cukru 250 g Kielbasa biała parzona 100 g (SOJA, GORCZY) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Pomidor 50 g Ketchup 20 g</p>	<p>Serek wiejski 1szt./150g 150 g (MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 449,3 Białko ogółem [g] 118,6 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 321,3 Sól [g] 9,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 Glukoza [g] 3 Fruktoza [g] 3,5 Laktoza [g] 18,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 suma cukrów prostych [g] 54,1 Witamina A [mg] 1 003,4 Witamina C [mg] 99,1 WW [Por] 32,1 Sód [mg] 3 495,6</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-10 piątek	Dieta Podstawowa Obrzyce	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Pasta z jajka 70 g (JAJA, MLEKO) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Kakao na mleku bez cukru 250 ml (MLEKO) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Liść sałaty 5 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Pomidor 60 g</p>		<p>Zupa ryżowa z ryżem brązowym i groszkiem 400 ml (SELER) Ziemniaki gotowane 230 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Sledź w śmietanie z warzywami 180 g (JAJA, RYBY, MLEKO, GORCZY) Napój owocowy bez cukru 250 g</p>		<p>Pasta twarogowa z pietruszką 80 g (MLEKO) Sałatka szwedzka 60 g Liść sałaty 5 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 643,4 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 108,4 Węglowodany ogółem [g] 324,5 Sól [g] 25,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,1 Glukoza [g] 3,8 Fruktoza [g] 3,3 Laktoza [g] 19,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 suma cukrów prostych [g] 90,2 Witamina A [mg] 1 424,9 Witamina C [mg] 83,1 WW [Por] 32,6 Sód [mg] 9 685,7</p>
	Dzieci Obrzyce	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Pasta z jajka 70 g (JAJA, MLEKO) Liść sałaty 5 g Pomidor 60 g Masło 82% tłuszczu 15 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250 g Kakao na mleku z cukrem 250 ml (MLEKO) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Bułka pszenna (75g) 75 g (GLUT PSZ)</p>	<p>Banan 160 g</p>	<p>Zupa ryżowa z ryżem brązowym i groszkiem 400 ml (SELER) Ziemniaki gotowane 230 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g Paluszki rybne pieczone 1szt./25g 80 g (GLUTEN, RYBY) Sos grecki 150 g (SELER)</p>		<p>Pasta twarogowa z pietruszką 100 g (MLEKO) Sałatka szwedzka 60 g Liść sałaty 5 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 683,7 Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 84,3 Węglowodany ogółem [g] 384,6 Sól [g] 9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,4 Glukoza [g] 11 Fruktoza [g] 10,3 Laktoza [g] 18,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 suma cukrów prostych [g] 112,1 Witamina A [mg] 2 863,5 Witamina C [mg] 119 WW [Por] 38,6 Sód [mg] 3 234,2</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-10 piątek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzycze	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ)</p> <p>Pasta z jajka 70 g (JAJA, MLEKO)</p> <p>Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g</p> <p>Herbata b/cukru 200 g</p> <p>Kakao na mleku bez cukru 200 ml (MLEKO)</p> <p>Liść sałaty 5 g</p> <p>Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)</p> <p>Pomidor 60 g</p>	Banan 160 g	<p>Zupa ryżowa z ryżem brązowym i groszkiem 400 ml (SELER)</p> <p>Ziemniaki gotowane 230 g</p> <p>Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g</p> <p>Napój owocowy bez cukru 250 g</p> <p>Siedz w śmietanie z warzywami 180 g (JAJA, RYBY, MLEKO, GORCZY)</p>	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	<p>Pasta twarogowa z pietruszką 80 g (MLEKO)</p> <p>Salatka szwedzka 60 g</p> <p>Liść sałaty 5 g</p> <p>Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g</p> <p>Herbata b/cukru 250 g</p> <p>Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt</p> <p>pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 938,3</p> <p>Białko ogółem [g] 104,3</p> <p>Tłuszcz [g] 119,2</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 370,6</p> <p>Sól [g] 24,7</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 53,4</p> <p>Glukoza [g] 8,2</p> <p>Fruktoza [g] 7</p> <p>Laktoza [g] 20,6</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 29</p> <p>suma cukrów prostych [g] 112,4</p> <p>Witamina A [mg] 1 467</p> <p>Witamina C [mg] 92</p> <p>WW [Por] 37,2</p> <p>Sód [mg] 9 773,1</p>
	Dieta Łatwostrawna Obrzycze	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ)</p> <p>Pasta z jajka 70 g (JAJA, MLEKO)</p> <p>Pomidor 60 g</p> <p>Liść sałaty 5 g</p> <p>Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g</p> <p>Herbata b/cukru 250 g</p> <p>Kakao na mleku z cukrem 250 ml (MLEKO)</p> <p>Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ)</p>		<p>Zupa ryżowa 400 g (SELER)</p> <p>Potrąwka drobiowa z kurczaka 180 g (MLEKO, SELER)</p> <p>Ziemniaki gotowane 230 g</p> <p>Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g</p> <p>Napój owocowy bez cukru 250 g</p>		<p>Pasta twarogowa z pietruszką 80 g (MLEKO)</p> <p>Pomidor 60 g</p> <p>Liść sałaty 5 g</p> <p>Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ)</p> <p>Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g</p> <p>Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt</p> <p>pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 600,1</p> <p>Białko ogółem [g] 112</p> <p>Tłuszcz [g] 86,6</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 354,8</p> <p>Sól [g] 6,2</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,3</p> <p>Glukoza [g] 4,1</p> <p>Fruktoza [g] 3,8</p> <p>Laktoza [g] 19,5</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 23,9</p> <p>suma cukrów prostych [g] 93,8</p> <p>Witamina A [mg] 1 734,9</p> <p>Witamina C [mg] 86,7</p> <p>WW [Por] 35,6</p> <p>Sód [mg] 2 401,3</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-11 sobota	Dieta Podstawowa Obrzyce	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Salceson drobiowo - wieprzowy 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Papryka świeża 80 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Chleb bałtnowski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO)		Żurek 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZY) Makaron pszenny gotowany 230 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Napój owocowy bez cukru 250 g Surówka z rzodkwi białej, marchwi z jogurtem 150 g (MLEKO) Napój owocowy bez cukru 250 g Sos do spaghetti z łopatką wieprzowej (mięso 100g/sos 50ml) 150 g (SELER)		Paprykarz/ 40% łosoś 70 g (RYBY) Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (SOJA, MLEKO) Chleb bałtnowski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Sałatka szwedzka 80 g	Sok jabłko-wiśnia 1 szt wafle ryżowe 1szt/10g 10 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 726,9 Białko ogółem [g] 85,3 Tłuszcz [g] 105,8 Węglowodany ogółem [g] 377,6 Sól [g] 8,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 Glukoza [g] 7,6 Fruktoza [g] 11,2 Laktoza [g] 14,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 suma cukrów prostych [g] 84 Witamina A [mg] 2 065,9 Witamina C [mg] 186,2 WW [Por] 38 Sód [mg] 3 027,9
	Dzieci Obrzyce	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Salceson drobiowo - wieprzowy 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Papryka świeża 80 g Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Masło 82% tłuszczu 10 g (MLEKO) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Bułka pszenna (75g) 75 g (GLUT PSZ) Herbata b/cukru 250 g		Żurek 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZY) Makaron pszenny gotowany 230 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Sos do spaghetti z łopatką wieprzowej (mięso 100g/sos 50ml) 150 g (SELER) Surówka z rzodkwi białej, marchwi z jogurtem 150 g (MLEKO) Napój owocowy bez cukru 250 g		Paprykarz/ 40% łosoś 70 g (RYBY) Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (SOJA, MLEKO) Sałatka szwedzka 80 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Chleb bałtnowski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Sok jabłko-wiśnia 1 szt wafle ryżowe 1szt/10g 10 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 759,9 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 106,6 Węglowodany ogółem [g] 381,1 Sól [g] 8,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 Glukoza [g] 7,6 Fruktoza [g] 11,2 Laktoza [g] 14,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 71,1 Witamina A [mg] 2 002,3 Witamina C [mg] 185 WW [Por] 38,3 Sód [mg] 3 052

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-11 sobota	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzyce	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Salceson drobiowo - wieprzowy 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Papryka świeża 80 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g herbata bez cukru 250 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Kiwi 1 szt 75 g	Żurek 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZY) Makaron pełnoziarnisty gotowany 230 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Sos do spaghetti z łopatką wieprzowej (mięso 100g/sos 50ml) 150 g (SELER) Surówka z rzodkwi białej, marchwi z jogurtem 150 g (MLEKO) Napój owocowy bez cukru 250 g	Kasza manna na gęsto z musem truskawkowym 200 g (MLEKO, GLUT PSZ)	Paprykarz/ 40% łosoś 70 g (RYBY) Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (SOJA, MLEKO) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Sałatka szwedzka 80 g	Sok jabłko-wiśnia 1 szt wafle ryżowe 1szt/10g 10 g	Wartość energetyczna [kcal] 3 028,9 Białko ogółem [g] 91,8 Tłuszcz [g] 110,8 Węglowodany ogółem [g] 446,3 Sól [g] 8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,6 Glukoza [g] 12,9 Fruktoza [g] 16,3 Laktoza [g] 23,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 98 Witamina A [mg] 2 126,3 Witamina C [mg] 276,8 WW [Por] 44,8 Sód [mg] 3 131,1
	Dieta Łatwostrawna Obrzyce	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Wędlina Delikatesowa drobiowa 50% indyka/40% kurczak/ grubo rozdrobniona 20 g Twaróg - plastry 60 g (MLEKO) Pomidor 80 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ)	Zupa ziemniaczana z koperkiem 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Makaron pszenny gotowany 230 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Sos do spaghetti z łopatką wieprzowej (mięso 100g/sos 50ml) 150 g (SELER) Mieszanka królewska gotowana (brokuł, kalafior, march.) z olejem 150 g (SELER) Napój owocowy bez cukru 250 g		Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 60 g (SOJA, MLEKO) Miód wielokwiatowy 1szt/ 20g 1 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Pomidor 80 g	Sok jabłko-wiśnia 1 szt wafle ryżowe 1szt/10g 10 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 354,2 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 344,1 Sól [g] 7,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 Glukoza [g] 7 Fruktoza [g] 11,2 Laktoza [g] 15,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 suma cukrów prostych [g] 56,1 Witamina A [mg] 1 422 Witamina C [mg] 118,4 WW [Por] 34,4 Sód [mg] 3 029,7	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-12 niedziela	Dieta Podstawowa Obrzyce	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 g (MLEKO) Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (SOJA, MLEKO) Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Pomidor 80 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Chleb bałnowoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)</p>		<p>Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Kotlet schabowy panierowany G 160 g Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 150 g Sos pietruszkowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p>		<p>Paszтет z żurawiną 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER) Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Papryka w słupki 60 g Chleb bałnowoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)</p>	<p>Herbatniki be-be 14g *2szt 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 625,8 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 95,7 Węglowodany ogółem [g] 339,6 Sól [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 56,8 Glukoza [g] 8,1 Fruktoza [g] 9,2 Laktoza [g] 16,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 49 Witamina A [mg] 2 250,9 Witamina C [mg] 226,6 WW [Por] 34 Sód [mg] 2 363,7</p>
	Dzieci Obrzyce	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 g (MLEKO) Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (SOJA, MLEKO) Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Pomidor 80 g Liść sałaty 5 g Herbata b/cukru 250 g Chleb bałnowoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło 82% tłuszczu 15 g (MLEKO)</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (MLEKO)</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Kotlet schabowy panierowany G 160 g Sos pietruszkowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p>		<p>Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Paszтет z żurawiną 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER) Papryka w słupki 60 g Chleb bałnowoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Herbatniki be-be 14g *2szt 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 863,9 Białko ogółem [g] 111,7 Tłuszcz [g] 102,6 Węglowodany ogółem [g] 371,1 Sól [g] 10,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 56,1 Glukoza [g] 8,1 Fruktoza [g] 9,2 Laktoza [g] 19,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 suma cukrów prostych [g] 54,6 Witamina A [mg] 2 255,8 Witamina C [mg] 237,1 WW [Por] 37,2 Sód [mg] 2 658,2</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-02 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-12 niedziela	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzycze	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 g (MLEKO) Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (SOJA, MLEKO) Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Liść sałaty 5 g Pomidor 80 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Chleb razowy psz-żyt 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)</p>	<p>Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (MLEKO)</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Udko z kurczaka gotowane 1szt 180 g Sos pietruszkowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml Ziemniaki gotowane 230 g</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt</p>	<p>Paszтет z żurawiną 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER) Papryka w słupki 60 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g Chleb razowy psz-żyt 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO)</p>	<p>Herbatniki be-be 14g *2szt 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 593,4 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 90,6 Węglowodany ogółem [g] 364,7 Sól [g] 8,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 60,8 Glukoza [g] 8,6 Fruktoza [g] 8,6 Laktoza [g] 19,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 suma cukrów prostych [g] 76,7 Witamina A [mg] 2 312,7 Witamina C [mg] 228 WW [Por] 36,4 Sód [mg] 2 859,5</p>
	Dieta Łatwostrawna Obrzycze	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 g (MLEKO) Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (SOJA, MLEKO) Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Pomidor 80 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 230 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ)</p>		<p>Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Udko z kurczaka gotowane 1szt 180 g Kalafior gotowany bezglutenowy 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml Sos pietruszkowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ)</p>		<p>Wędlina Delikatesowa drobiowa 50% indyka/40% kurczak/ grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 60 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 g</p>	<p>Herbatniki be-be 14g *2szt 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 430,4 Białko ogółem [g] 110,3 Tłuszcz [g] 78,1 Węglowodany ogółem [g] 331 Sól [g] 9,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 57 Glukoza [g] 6,2 Fruktoza [g] 7,7 Laktoza [g] 17,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 suma cukrów prostych [g] 42,3 Witamina A [mg] 1 193,8 Witamina C [mg] 148,4 WW [Por] 33,1 Sód [mg] 3 545,9</p>

IMPEL Zielona Góra

Zyty 26, 65-001, Zielona Góra

Oznaczenia alergenów:

GLUTEN - Zboża zawierające gluten ,
SKOR - Skorupiaki i pochodne,
JAJA - Jaja i pochodne,
RYBY - Ryby i pochodne,
ORZESZEK - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJA - Soja i pochodne,
MLEKO - Mleko i pochodne,
ORZECHY - Orzechy,
SELER - Seler i pochodne,
GORCZY - Gorczyca i pochodne,
SEZAM - Nasiona sezamu i pochodne,
SIARKA - Dwutlenek siarki, siarczyny,
ŁUBIN - Łubin i pochodne,
MIĘCZAK - Mięczaki i pochodne,
GLUT PSZ - GLUTEN PSZENICA ,
GLU JEĆCZ - GLUTEN JEĆCZMIENŃ ,
GLUT OWIES - GLUTEN Z OWSA ,
GLUT ŻYT - GLUTEN ŻYTO ,