

Jadłospis za okres od dnia 2023-12-13 do dnia 2023-12-19 obejmujący wszystkie diety Wojewódzkiego Zakładu Opieki Psychiatrycznej Sp. z o. o. w Sokołowce

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2023-12-13 środa	Śniadanie	Serek biały 100 g (MLE) Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kakao 250 ml (KAK) Szczypior	Serek biały 100 g (MLE) Masło 25 g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Kakao 250 ml (KAK) Szczypior	Serek biały 100 g (MLE) Masło 25 g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Kakao 250 ml (KAK) Szczypior	Serek biały 100 g (MLE) Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kakao 250 ml (KAK) Szczypior	Powidła 100 g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Serek biały 100 g (MLE) Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kakao 250 ml (KAK) Szczypior	Powidła 100 g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Serek biały 100 g (MLE) Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kakao 250 ml (KAK) Szczypior
	II śniadanie						Dżem 50g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	obiad	Kotlet mielony 120 g (GLU) Ziemniaki 300 g Surówka z buraków 150 g Napój 250 ml	Kotlet mielony gotowany 120 g (GLU) Ziemniaki 300 g Surówka z buraków 150 g Napój 250 ml	Kotlet mielony gotowany 120 g (GLU) Ziemniaki 300 g Surówka z buraków 150 g Napój 250 ml	Kotlet warzywny 120 g Ziemniaki 300 g Surówka z buraków 150 g Napój 250 ml	Kotlet mielony 120 g (GLU) Ziemniaki 300 g Surówka z buraków 150 g Napój 250 ml	Kotlet mielony 120 g (GLU) Ziemniaki 300 g Surówka z buraków 150 g Napój 250 ml	Kotlet warzywny 120 g Ziemniaki 300 g Surówka z buraków 150 g Napój 250 ml	Kotlet mielony gotowany 120 g (GLU) Ziemniaki 300 g Surówka z buraków 150 g Napój 250 ml
	podwieczerek						Ser topiony 50g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	kolacja	Pasztet zapiekany 100 g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 40g Kajzerka (GLU PSZ) 1 szt	Pasztet zapiekany 100 g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 40g Grahamka (GLU ŻYT) 1 szt	Pasztet zapiekany 100 g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 40g Kajzerka (GLU PSZ) 1 szt	Ogórek kiszony 40 g Pomidor 40 g Szczypior Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Kajzerka (GLU PSZ) 1 szt	Pasztet zapiekany 100 g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 40g Kajzerka (GLU PSZ) 1 szt	Pasztet zapiekany 100 g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 40g Kajzerka (GLU PSZ) 1 szt	Ogórek kiszony 40 g Pomidor 40 g Szczypior Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Kajzerka (GLU PSZ) 1 szt	Pasztet zapiekany 100 g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 40g Kajzerka (GLU PSZ) 1 szt
	P.W	Wafelek Grzesiek bez czekolady 1 szt (KAK)	Wafle ryżowe 3 szt.	Wafelek Grzesiek bez czekolady 1 szt (KAK)	Wafelek Grzesiek bez czekolady 1 szt (KAK)	Wafelek Grzesiek bez czekolady 1 szt (KAK)	Wafelek Grzesiek bez czekolady 1 szt (KAK)	Wafelek Grzesiek bez czekolady 1 szt (KAK)	Wafelek Grzesiek bez czekolady 1 szt (KAK)

Kcal 3091 Białko ogółem 96,77 g Tłuszcz 113,62 g Węglowodany ogółem 435,83 g Sód 469,8 mg Magnez 18,9 mg

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna	
2023-12-14 czwartek	I śniadanie	Konserwa mięsna 100 g Papryka 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Kawa zbożowa 250 ml	Konserwa mięsna 100 g Papryka 50 g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Kawa zbożowa 250 ml	Konserwa mięsna 100 g Papryka 50 g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Kawa zbożowa 250 ml	Pasta z fasoli czerwonej 120g Papryka 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Konserwa mięsna 100 g Papryka 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Kawa zbożowa 250 ml	Konserwa mięsna 100 g Papryka 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Kawa zbożowa 250 ml	Pasta z fasoli czerwonej 120g Papryka 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Konserwa mięsna 100 g Papryka 50 g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Kawa zbożowa 250 ml	
	II śniadanie						Ser żółty 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml			
	obiad	Makaron na ostro z kiełbasą 400 g (PSZ,GLU) Napój 250 ml	Makaron na ostro z kiełbasą 400 g (PSZ,GLU) Napój 250 ml	Makaron na ostro z kiełbasą 400 g (PSZ,GLU) Napój 250 ml	Makaron w sosie z warzywami 400 g(PSZ,GLU) Napój 250 ml	Makaron na ostro z kiełbasą 400 g (PSZ,GLU) Napój 250 ml	Makaron na ostro z kiełbasą 400 g (PSZ,GLU) Napój 250 ml	Makaron na ostro z kiełbasą 400 g (PSZ,GLU) Napój 250 ml	Makaron w sosie z warzywami 400 g (PSZ,GLU) Napój 250 ml	Makaron na ostro z kiełbasą 400 g (PSZ,GLU) Napój 250 ml
	podwieczorek						Kiełbasa krakowska 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml			
	kolacja	Ser topiony 50 g Dżem 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Ser topiony 100 g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Ser topiony 50 g Dżem 50 g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Ser topiony 50 g Dżem 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Ser topiony 50 g Dżem 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Hummus paprykowy 120 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Ser topiony 50 g Dżem 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	
	P.W	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt

Kcal 2374 Białko ogółem 65,83 g Tłuszcz 86,03 g Węglowodany ogółem 344,28 g Sód 847,6 mg Magnez 20,7 mg

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2023-12-15 piątek	Śniadanie	Ser żółty 80 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Ogórek świeży 50g Herbata 250ml	Ser żółty 80 g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Ogórek świeży 50g Herbata 250ml	Ser żółty 80 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Ogórek świeży 50g Herbata 250ml	Ser żółty 80 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Ogórek świeży 50g Herbata 250ml	Powidła 80g, Chleb pszenno-żytni 150g, Masło 25g Herbata 250ml	Ser żółty 80 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Ogórek świeży 50g Herbata 250ml	Powidła 80g, Chleb pszenno-żytni 150g, Masło 25g Herbata 250ml	Ser żółty 80 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Ogórek świeży 50g Herbata 250ml
	II śniadanie						Dżem 80 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Ogórek świeży 50g Herbata 250ml		
	obiad	Zupa grysikowa 350 ml Filet rybny 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml Filet rybny 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml Filet rybny 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml Filet rybny 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml Filet rybny 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml Filet rybny 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml Kotlet sojowy 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml Filet rybny 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml
	podwieczorek						Jogurt naturalny 1 szt		
	Kolacja	Sałatka meksykańska 150 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Sałatka meksykańska 150 g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Sałatka meksykańska 150 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Sałatka meksykańska b/m 150 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Sałatka meksykańska 150 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Sałatka meksykańska 150 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Sałatka meksykańska 150 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Sałatka meksykańska 150 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml
	P.W	Banan 1 szt	Jabłko gotowane 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt

Kcal 2945 Białko ogółem 90,56 g Tłuszcz 110,42 g Węglowodany ogółem 413,69 g Sód 981,4 mg Magnez 32,3 mg

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna	
2023-12-16 sobota	Śniadanie	Kielbasa biała na gorącą 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Musztarda 10 g	Kielbasa biała na gorącą 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Ketchup 10 g	Kielbasa biała na gorącą 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Ketchup 10 g	Ogórek św. 50 g Pomidor 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Kielbasa biała na gorącą 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Musztarda 10 g	Kielbasa biała na gorącą 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Musztarda 10 g	Ogórek św. 50 g Pomidor 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Kielbasa biała na gorącą 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Ketchup 10 g	
	II śniadanie						Ser żółty 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml			
	obiad	Zupa grochowa 350 ml (SEL,MLE) Bułka 1 szt Ciasto	Zupa ziemniaczana 350ml Chleb graham 150g (GLU,PSZ) Jabłko gotowane 1 szt	Zupa ziemniaczana 350ml Bułka 1 szt (GLU,PSZ) Ciasto	Zupa ziemniaczana 350ml Bułka 1 szt (GLU,PSZ) Ciasto	Zupa ziemniaczana 350ml Bułka 1 szt (GLU,PSZ) Ciasto	Zupa ziemniaczana 350ml Bułka 1 szt (GLU,PSZ) Ciasto	Zupa grochowa 350 ml (SEL,MLE) Bułka 1 szt Ciasto	Zupa ziemniaczana 350ml Chleb graham 150g (GLU,PSZ) Jabłko gotowane 1 szt	Zupa ziemniaczana 350ml Bułka 1 szt (GLU,PSZ) Ciasto
	podwieczorek						Hummus paprykowy 120 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml			
	kolacja	Wędlna drobiowa 80 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 40 g	Wędlna drobiowa 80 g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 40 g	Wędlna drobiowa 80 g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 40 g	Pasta warzywna 90 g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 40 g	Wędlna drobiowa 80 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 40 g	Wędlna drobiowa 80 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 40 g	Wędlna drobiowa 80 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 40 g	Pasta warzywna 90 g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 40 g	Wędlna drobiowa 80 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 40 g
	P.W	Jabłko 1 szt	Jabłko gotowane 1 szt	Jabłko gotowane 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko gotowane 1 szt

Kcal 2614 Białko ogółem 98,12 g Tłuszcz 68,92 g Węglowodany ogółem 418,15 g Sód 1561 mg Magnez 68,5 mg

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2023-12-17 niedziela	Śniadanie	Pieczeń meksykańska 80g Chleb pszenno-żytni 150g(GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Papryka 40 g	Pieczeń meksykańska 80g, Chleb graham 150g(GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Papryka 40 g	Pieczeń meksykańska 80g Chleb pszenno-żytni 150g(GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Papryka 40 g	Humus 120g Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Papryka 40 g	Pieczeń meksykańska 80g Chleb pszenno-żytni 150g(GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Papryka 40 g	Pieczeń meksykańska 150g(GLU,PSZ) Chleb pszenno-żytni 150g Masło 25g Herbata 250ml Papryka 40 g	Humus 120g Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Papryka 40 g	Pieczeń meksykańska 80g Chleb pszenno-żytni 150g(GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Papryka 40 g
	II śniadanie						Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	obiad	Pieczeń z karkówki 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kapusty kiszonej 150 g Napój 250 ml	Pieczeń z karkówki 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kapusty kiszonej 150 g Napój 250 ml	Pieczeń z karkówki 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kapusty kiszonej 150 g Napój 250 ml	Kotlet sojowy(SOJ) 150g Ziemniaki 300 g Surówka z kapusty kiszonej 150 g Napój 250 ml	Pieczeń z karkówki 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kapusty kiszonej 150 g Napój 250 ml	Pieczeń z karkówki 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kapusty kiszonej 150 g Napój 250 ml	Pieczeń z karkówki (SOJ) 150g Ziemniaki 300 g Surówka z kapusty kiszonej 150 g Napój 250 ml	Pieczeń z karkówki 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kapusty kiszonej 150 g Napój 250 ml
	podwieczorek						Wędlina drobiowa 80 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	kolacja	Ser żółty 100 g (MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Rukola	Ser żółty 100 g (MLE) Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Rukola	Ser żółty 100 g (MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Rukola	Ser żółty 100 g (MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Rukola	Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Rukola	Ser żółty 100 g (MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Rukola	Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Rukola	Ser żółty 100 g (MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Rukola
	P. W	Herbatniki 1 op	Herbatniki 1 op	Herbatniki 1 op	Herbatniki 1 op	Herbatniki 1 op	Herbatniki 1 op	Herbatniki 1 op	Herbatniki 1 op

Kcal 3171 Białko ogółem 104,23 g Tłuszcz 130,71 g Węglowodany ogółem 410,4 g Sód 999,35mg Magnez 47,3mg

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2023-12-18 poniedziałek	Śniadanie	Pasztet zapiekany 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Roszponka	Pasztet zapiekany 100 g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Roszponka	Pasztet zapiekany 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Roszponka	Sałátka ze św. Warzyw 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Roszponka	Pasztet zapiekany 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Roszponka	Pasztet zapiekany 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Roszponka	Sałátka ze św. Warzyw 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Roszponka	Pasztet zapiekany 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Roszponka
	II śniadanie						Ser żółty 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml		
	obiad	Zupa meksykańska 350 ml (SEL) Bułka 1 szt Napój 250 ml	Zupa wielowarzywna (SEL,MLE) 350 ml Bułka 1 szt Napój 250 ml	Zupa wielowarzywna 350 ml (SEL,MLE) Bułka 1 szt Napój 250 ml	Zupa wielowarzywna 350 ml (SEL,MLE) Bułka 1 szt Napój 250 ml	Zupa wielowarzywna niezabielana (SEL) 350 ml Bułka 1 szt Napój 250 ml	Zupa meksykańska 350 ml (SEL) Bułka 1 szt Napój 250 ml	Zupa wielowarzywna (SEL,MLE) 350 ml Bułka 1 szt Napój 250 ml	Zupa wielowarzywna (SEL,MLE) 350 ml Bułka 1 szt Napój 250 ml
	podwieczore						Jabłko 1 szt.		
	kolacja	Jajko gotowane 1 szt Kiełbasa szynkowa 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Ogórek zielony 30 g Kajzerka (GLU PSZ) 1 szt	Jajko gotowane 1 szt Kiełbasa szynkowa 50 g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Ogórek zielony 30 g Grahamka (GLU ŻYT) 1 szt	Jajko gotowane 1 szt Kiełbasa szynkowa 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Ogórek zielony 30 g Kajzerka (GLU PSZ) 1 szt	Płatki owsiane 150 g Mleko owsiane 300 ml banan 1 szt	Jajko gotowane 1 szt Kiełbasa szynkowa 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Ogórek zielony 30 g Kajzerka (GLU PSZ) 1 szt	Jajko gotowane 1 szt Kiełbasa szynkowa 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Ogórek zielony 30 g Kajzerka (GLU PSZ) 1 szt	Płatki owsiane 150 g Mleko owsiane 300 ml banan 1 szt	Jajko gotowane 1 szt Kiełbasa szynkowa 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Ogórek zielony 30 g Kajzerka (GLU PSZ) 1 szt
	P.W	Jogurt owocowy 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Suchary 3 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Suchary 3 szt	Jogurt owocowy 1 szt

Kcal 2368 Białko ogółem 88,19 g Tłuszcz 95,86 g Węglowodany ogółem 299,05 g Sód 1449,89 mg Magnez 79,83mg

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2023-12-19 wtorek	Śniadanie	Salceson 80 g Chrzan 10 g Chleb żytnio- pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Salceson drobiowy 80 g Chrzan 10 g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Salceson drobiowy 80 g Chrzan 10 g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Pasta warzywna 90 g Chleb żytnio- pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Salceson 80 g Chrzan 10 g Chleb żytnio- pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Salceson 80 g Chrzan 10 g Chleb żytnio- pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Pasta warzywna 90 g Chleb żytnio- pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Salceson drobiowy 80 g Chrzan 10 g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml
	II śniadanie						Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	obiad	Wątróbka smażona z cebulą 200 g Ziemniaki 300 g Napój 250 ml	Wątróbka gotowana 200 g Ziemniaki 300 g Napój 250 ml	Wątróbka gotowana 200 g Ziemniaki 300 g Napój 250 ml	Risotto z warzywami 400 g Napój 250 ml	Wątróbka gotowana 200 g Ziemniaki 300 g Napój 250 ml	Wątróbka smażona z cebulą 200 g Ziemniaki 300 g Napój 250 ml	Risotto z warzywami 400 g Napój 250 ml	Wątróbka gotowana 200 g Ziemniaki 300 g Napój 250 ml
	podwieczorek						Kiełbasa krakowska 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	kolacja	Serek wiejski 1 szt Rzodkiewka/ Szcypior Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Serek wiejski 1 szt Rzodkiewka/ Szcypior Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Serek wiejski 1 szt Rzodkiewka/ Szcypior Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Serek wiejski 1 szt Rzodkiewka/ Szcypior Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Pasta z fasoli czerwonej 120 g Rzodkiewka/ Szcypior Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Serek wiejski 1 szt Rzodkiewka/ Szcypior Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Pasta z fasoli czerwonej 120 g Rzodkiewka/ Szcypior Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250	Serek wiejski 1 szt Rzodkiewka/ Szcypior Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml
	P.W	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt

Kcal 2477 Białko ogółem 81,08 g Tłuszcz 91,74 g Węglowodany ogółem 345,67 g Sód 649,56 mg Magnez 14,63 mg