

„Jadłospis za okres od dnia 2024-06-05 -2024-06-11 dla obejmujący wszystkie diety Wojewódzkiego Zakładu Opieki Psychiatrycznej Sp. z o. o. w Sokolówce.

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2024-06-05 środa	Śniadanie	Pieczeń meksykańska 80g Ogórek zielony 50g Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Kawa z mlekiem. 250 ml <b>(MLE)</b>	Pieczeń meksykańska 80g Ogórek zielony 50g Masło roślinne 25 g Chleb graham 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml	Pieczeń meksykańska 80g Ogórek zielony 50g Masło roślinne 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Kawa z mlekiem. 250 ml <b>(MLE)</b>	Pasta warzywna 90 g <b>(SOJ)</b> Masło roślinne 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml	Pieczeń meksykańska 80 g Ogórek zielony 50g Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml <b>(MLE)</b>	Powidła 100 g Masło roślinne 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Kawa z mlekiem. 250 ml <b>(MLE)</b>	Pasta warzywna 90 g <b>(SOJ)</b> Masło roślinne 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml	Pieczeń meksykańska 80g Ogórek zielony 50g Masło roślinne 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Kawa z mlekiem. 250 ml <b>(MLE)</b>
	II śniadanie						Serek kanapkowy 50 g <b>(MLE)</b> Chleb żytnio-pszenno-żytni 100 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml		
	obiad	Makaron Świderki z serem 450g <b>(GLU,PSZ)</b> Ryżanka 300ml	Makaron Świderki z serem 450g <b>(GLU,PSZ)</b> Ryżanka 300ml	Makaron Świderki z serem 450g <b>(GLU,PSZ)</b> Ryżanka 300ml	Makaron Świderki z serem 450g <b>(GLU,PSZ)</b> Ryżanka na wodzie 300ml	Makaron Świderki z jabłkiem i cynamonem 450g <b>(GLU,PSZ)</b> Ryżanka 300ml	Makaron Świderki z serem <b>(GLU,PSZ)</b> 450g Ryżanka 300ml	Makaron Świderki z jabłkiem i cynamonem 450g <b>(GLU,PSZ)</b> Ryżanka na wodzie 300ml	Makaron Świderki z serem 450g <b>(GLU,PSZ)</b> , Ryżanka 300ml
	podwieczerek						Dżem 80 g Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszenno-żytni 100 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml		
	kolacja	Pasta z sera żółtego i jajka 120 g <b>(MLE,JAJ)</b> Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Roszponka	Pasta z sera żółtego i jajka 120 g <b>(MLE,JAJ)</b> Masło roślinne 25 g Chleb graham 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Roszponka	Pasta z sera żółtego i jajka 120 g <b>(MLE,JAJ)</b> Masło roślinne 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Roszponka	Pasta z sera żółtego i jajka 120 g <b>(MLE,JAJ)</b> Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Roszponka	Pasta jajeczna 120 g <b>(JAJ)</b> Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Roszponka	Pasta z sera żółtego i jajka 120 g <b>(MLE,JAJ)</b> Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Roszponka	Humus paprykowy 120g Masło roślinne 25g Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Roszponka	Pasta z sera żółtego i jajka 120 g <b>(MLE,JAJ)</b> Masło roślinne 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Roszponka
	P:W	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt	Bułki maślane 2szt	Bułki maślane 2 szt	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt

**Kcal 3059 Białko ogółem 109,61 g Tłuszcz 110,86 g Węglowodany ogółem 423,81 g Sód 1050,2mg**

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2024-06-06 czwartek	Śniadanie	Ser biały 100 g <b>(MLE)</b> Masło roślinne 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Kakao z mlekiem 250 ml <b>(MLE,ORZ, KAK)</b> Szczypior	Ser biały 100 g <b>(MLE)</b> Masło roślinne 25 g Chleb graham 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Kakao z mlekiem 250 ml <b>(MLE,ORZ, KAK)</b> Szczypior	Ser biały 100 g <b>(MLE)</b> Masło roślinne 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Kakao z mlekiem 250 ml <b>(MLE,ORZ, KAK)</b> Szczypior	Ser biały 100 g <b>(MLE)</b> Masło roślinne 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Kakao z mlekiem 250 ml <b>(MLE,ORZ, KAK)</b> Szczypior	Dżem 100 g Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml	Ser biały 100 g <b>(MLE)</b> Masło roślinne 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Kakao z mlekiem 250 ml <b>(MLE,ORZ, KAK)</b> Szczypior	Dżem 100 g Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml	Ser biały 100 g <b>(MLE)</b> Masło roślinne 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Kakao z mlekiem 250 ml <b>(MLE,ORZ, KAK)</b> Szczypior
	II śniadanie						Dżem 50 g Chleb graham 100 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml		
	obiad	Gulasz mięsny z kaszą 450g <b>(GLU,PSZ)</b> Surówka z ogórka i marchewki 150g Napój 250 ml	Gulasz mięsny z kaszą 450g <b>(GLU,PSZ)</b> Surówka z ogórka i marchewki 150g Napój 250 ml	Gulasz mięsny z kaszą 450g <b>(GLU,PSZ)</b> Surówka z ogórka i marchewki 150g Napój 250 ml	Bukiet warzyw z fasolą w sosie pomidorowym Kasza 300 g Napój	Gulasz mięsny z kaszą 450g <b>(GLU,PSZ)</b> Surówka z ogórka i marchewki 150g Napój 250 ml	Gulasz mięsny z kaszą 450g <b>(GLU,PSZ)</b> Surówka z ogórka i marchewki 150g Napój 250 ml	Bukiet warzyw z fasolą w sosie pomidorowym Kasza 300 g Napój	Gulasz mięsny z kaszą 450g <b>(GLU,PSZ)</b> Surówka z ogórka i marchewki 150g Napój 250 ml
	pod wieczór						Wafle ryżowe 3 szt.		
	kolacja	Pasztet zapiekany 100 g Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Ogórek kiszony 60 g	Pasztet zapiekany 100 g Masło roślinne 25 g Chleb graham 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Ogórek kiszony 60 g	Pasztet zapiekany 100 g Masło roślinne 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Ogórek kiszony 60 g	Tofu 50g Ogórek kiszony 60 g Rukola Ogórek kiszony 50 g Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Pasztet zapiekany 100 g Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Ogórek kiszony 60 g	Pasztet zapiekany 100 g Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Tofu 50g Ogórek kiszony 60 g Rukola Ogórek kiszony 50 g Chleb żytnio-pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Pasztet zapiekany 100 g Masło roślinne 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Ogórek kiszony 60 g
	P.W	Jogurt owocowy 1 szt. <b>(MLE)</b>	Jogurt naturalny 1 szt. <b>(MLE)</b>	Jogurt owocowy 1 szt. <b>(MLE)</b>	Jogurt owocowy 1 szt. <b>(MLE)</b>	Wafle ryżowe 3 szt	Jogurt owocowy 1 szt. <b>(MLE)</b>	Wafle ryżowe 3 szt	Jogurt owocowy 1 szt. <b>(MLE)</b>

**Kcal 2590 Białko ogółem 102g Tłuszcz 108,51 g Węglowodany ogółem 312,18 g Sód 1025,3mg**

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna	
2024-06-07 piątek	Śniadanie	Ser żółty 80 g Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Pomidor 50g	Ser żółty 80 g Masło roślinne 25 g Chleb graham 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Pomidor 50g	Ser żółty 80 g Masło roślinne 25 g Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Pomidor 50 g	Ser żółty 80 g Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Pomidor 50 g	Pasta warzywna 90 g Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Pomidor 50 g	Ser żółty 80 g Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Pomidor 50 g	Pasta warzywna 90 g Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Pomidor 50 g	Ser żółty 80 g Masło roślinne 25 g Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Pomidor 50 g	
	II śniadanie						Kiełbasa krakowska 50 g Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszeniczny 100 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml			
	obiad	Filet rybny 150 g <b>(RYB)</b> Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Filet rybny 150 g <b>(RYB)</b> Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Filet rybny 150 g <b>(RYB)</b> Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Filet rybny 150 g <b>(RYB)</b> Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Filet rybny 150 g <b>(RYB)</b> Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Filet rybny 150 g <b>(RYB)</b> Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Filet rybny 150 g <b>(RYB)</b> Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Kotlet sojowy 150 g <b>(SOJ)</b> Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Filet rybny 150 g <b>(RYB)</b> Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml
	podwieczorek						Twarożek 80 g <b>(MLE)</b> Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszeniczny 80 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml			
	Kolacja	Paprykarz 100 g <b>(RYB,SKO)</b> Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Rukola 20g	Ryba w oleju 100 g Masło roślinne 25 g Chleb graham 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Rukola 20g	Ryba w oleju 100 g Masło roślinne 25 g Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Rukola 20g	Dżem 100 g Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Rukola 20g	Paprykarz 100 g <b>(RYB,SKO)</b> Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Rukola 20g	Paprykarz 100 g <b>(RYB,SKO)</b> Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Rukola 20g	Paprykarz 100 g <b>(RYB,SKO)</b> Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Rukola 20g	Dżem 100 g Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Rukola 20g	Ryba w oleju 100 g Masło roślinne 25 g Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Rukola 20g
	P.W	Grzesiek wafelek bez czekolady 1 szt	Suchary 3 szt	Suchary 3 szt	Grzesiek wafelek bez czekolady 1 szt	Grzesiek wafelek bez czekolady 1 szt	Grzesiek wafelek bez czekolady 1 szt	Grzesiek wafelek bez czekolady 1 szt	Grzesiek wafelek bez czekolady 1 szt	Suchary 3 szt

Kcal 2786 Białko ogółem 70,68 g Tłuszcz 87,87 g Węglowodany ogółem 444,32g Sód 1565mg

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2024-06-08sobota	Śniadanie	Konserwa mięsna 100g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Ogórek zielony 40 g	Konserwa mięsna 100g Chleb graham 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Ogórek zielony 40 g	Konserwa mięsna 100g Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Ogórek zielony 40 g	Pasta warzywna 120 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Ogórek zielony 40g	Konserwa mięsna 100g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Ogórek zielony 40 g	Konserwa mięsna 100g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Ogórek zielony 40g	Pasta warzywna 120 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Ogórek zielony 40g	Konserwa mięsna 100g Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Ogórek zielony 40g
	II śniadanie						Jabłko 1 szt.		
	obiad	Fasolka po bretońsku z bułką 450g Napój 250ml	Mięso gotowane 150g Surówka z białej kapusty 120g Ziemniaki 300g Napój 250ml	Mięso gotowane 150g Surówka z białej kapusty 120g Ziemniaki 300g Napój 250ml	Fasolka po bretońsku bez mięsa z bułką 450g Napój 250ml	Fasolka po bretońsku z bułką 450g Napój 250ml	Fasolka po bretońsku z bułką 450g Napój 250ml	Fasolka po bretońsku bez mięsa z bułką 450g Napój 250ml	Mięso gotowane 150g Surówka z białej kapusty 120g Ziemniaki 300g Napój 250ml
	podwieczorek						Jajko gotowane 1 szt Chleb żytnio-pszeniczny 80 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml		
	kolacja	Ser topiony 50 g Kiełbasa zielonogórska 50 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Ser topiony 50 g Kiełbasa zielonogórska 50 g Chleb graham 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Ser topiony 50 g Kiełbasa zielonogórska 50 g Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Ser topiony 100 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa zielonogórska 100 g Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Ser topiony 50 g Kiełbasa zielonogórska 50 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Hummus pomidorowy 120 g Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Ser topiony 50 g Kiełbasa zielonogórska 50 g Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml
	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

**Kcal 2692 Białko ogółem 104g Tłuszcz 99,71g Węglowodany ogółem 360,88 g Sód 1332,2mg**

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2024-06-09 niedziela	Śniadanie	Pasztetowa 100g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Musztarda 20g	Pasztetowa 100g Chleb graham 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Musztarda 20g	Pasztetowa 100g Chleb pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Musztarda 20g	Powidła 100g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Musztarda 20 g	Powidła 100 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Pasztetowa 100g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Musztarda 20g	Powidła 100 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Pasztetowa 100g Chleb pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Musztarda 20g
	II śniadanie						Twarożek 80 g <b>(MLE)</b> Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszeniczny 80 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml		
	obiad	Rosół z makaronem 350 ml Udko pieczone 220g Ziemniaki 300g surówka z białej kapusty 150g Napój 250 ml	Rosół z makaronem 350ml, Udko pieczone 220g Ziemniaki 300g Surówka z białej kapusty 150g Napój 250 ml	Rosół z makaronem 350ml Udko gotowane 220g Ziemniaki 300g Surówka z białej kapusty 150g Napój 250 ml	Risotto warzywne 450g Napój 250 ml	Rosół z makaronem 250ml, Udko pieczone 220 g Surówka z białej kapusty 150g Ziemniaki 300g Napój 300ml	Rosół z makaronem 250ml, Udko pieczone 220 g Surówka z białej kapusty 150g Ziemniaki 300g Napój 300ml	Risotto warzywne 450g Napój 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml Udko gotowane 220g Ziemniaki 300g Surówka z białej kapusty 150g Napój 250 ml
	podwieczorek						Powidła 50 g Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszeniczny 100 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml		
	kolacja	Kiełbasa krakowska 100g , Ogórek kwaszony 50g Chleb żytnio-pszeniczny <b>(GLU,PSZ)</b> 150 g Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa krakowska 100g, Ogórek kwaszony 50g Chleb graham <b>(GLU,PSZ)</b> 150 g Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa krakowska 100g, Ogórek kwaszony 50g Chleb pszeniczny <b>(GLU,PSZ)</b> 150 g Masło 25 g Herbata 250 ml	Hummus 90 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Ogórek kwaszony 50g	Kiełbasa krakowska 150g, Ogórek kwaszony 50g Chleb żytnio-pszeniczny <b>(GLU,PSZ)</b> 150 g Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa krakowska 100g Ogórek kwaszony 50g Chleb żytnio-pszeniczny <b>(GLU,PSZ)</b> 150 g Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa krakowska 100g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Ogórek kwaszony 50g	Kiełbasa krakowska 100g, Ogórek kwaszony 50g Chleb pszeniczny <b>(GLU,PSZ)</b> 150 g Masło 25 g Herbata 250 ml
	P.W	Herbatniki 1 szt	Wafel ryżowy 3 szt	Herbatniki 1 szt	Herbatniki 1szt	Herbatniki 1 szt	Herbatniki 1 szt	Herbatniki 1 szt	Herbatniki 1 szt

**Kcal 2861 Białko ogółem 127,01 g Tłuszcz 104,3g Węglowodany ogółem 369,51 g Sód 1650mg**

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2024-06-10 poniedziałek	Śniadanie	Salceson 80g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Chrzan 20g	Salceson 80g Chleb graham 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Chrzan 20g	Salceson 80g Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Chrzan20g	Dżem 100 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Salceson 80g Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml Chrzan 20 g	Salceson 80g Chleb graham 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Dżem 100 g Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml	Salceson 80g Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml
	II śniadanie						Twarożek 80 g <b>(MLE)</b> Masło roślinne 25 g Chleb żytnio-pszeniczny 80 g <b>(GLU,PSZ)</b> Herbata 250 ml		
	obiad	Kluski kładzione łyżką 300g Napój 250 ml Kapusta zasmażana 150g	Kluski kładzione łyżką 300g Napój 250ml Kapusta gotowana 150g	Kluski kładzione łyżką 300g Napój 250ml Kapusta gotowana 150g	Kluski kładzione łyżką 300g bez skwarek Napój 250ml Kapusta gotowana 150g	Kluski kładzione łyżką 300g Napój 250ml Kapusta zasmażana 150 g	Kluski kładzione łyżką 300g Napój 250 ml Kapusta zasmażana 150g	Kotlety sojowe <b>(SOJ)</b> 150g Ziemniaki 300 g Surówka z białej kapusty 150 g Napój 250 ml	Kluski kładzione łyżką 300g Napój 250 ml Kapusta gotowana 150g
	podwieczork						Jogurt 1 szt		
	kolacja	Sałatka makaronowa ze św. ogórkiem 150 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Kajzerka 1 szt	Sałatka makaronowa ze św. ogórkiem 150 g Chleb graham 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Grahamka 1 szt	Sałatka makaronowa ze św. ogórkiem 150 g Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Kajzerka 1 szt	Sałatka makaronowa ze św. Ogórkiem bez szynki 150 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Kajzerka 1 szt	Sałatka makaronowa ze św. Ogórkiem 150 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Kajzerka 1 szt	Sałatka makaronowa ze św. ogórkiem 150 g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Kajzerka 1 szt	Sałatka makaronowa bez szynki z olejem 150g Chleb żytnio-pszeniczny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Kajzerka 1 szt	Sałatka makaronowa ze św. ogórkiem 150 g Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Kajzerka 1 szt
	P.W	Nektarynka 1 szt	Nektarynka 1szt	Nektarynka 1zt	Nektarynka 1 szt	Nektarynaka1 szt	Nektarynka1 szt	Nektarynka1 szt	Nektarynka1 szt

**Kcal 2954 Białko ogółem 72,55 g Tłuszcz 92,23g Węglowodany ogółem 440,96g Sód 1221mg**

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2024-06-11 wtorek	Śniadanie	Kiełbasa szynkowa 50 g, Jajko 1 szt Chleb żytnio-pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Roszponka	Kiełbasa szynkowa 50 g Jajko 1szt Chleb graham 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Roszponka	Kiełbasa szynkowa 50g , Jajko 1szt Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Roszponka	Pasta warzywna 90 g Chleb żytnio-pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Roszponka	Kiełbasa szynkowa 50g, Jajko 1szt Chleb żytnio-pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Roszponka	Kiełbasa szynkowa 50g , Jajko 1 szt Chleb żytnio-pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Roszponka	Pasta warzywna 90 g Chleb żytnio-pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Roszponka	Kiełbasa szynkowa 50g, Jajko 1 szt Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Roszponka
	II śniadanie						Dżem 50 g Chleb graham 100 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml		
	obiad	Kotlet schabowy <b>(GLU PSZ)</b> 120 g Sałata ze śmietaną 150g Ziemniaki 300 Napój 250 ml	Kotlet schabowy got. <b>(GLU PSZ)</b> 120 g Sałata ze śmietaną 150g Ziemniaki 300 Napój 250 ml	Kotlet schabowy got. <b>(GLU PSZ)</b> 120 g Sałata ze śmietaną 150g Ziemniaki 300 Napój 250 ml	Kotlet sojowy <b>(SOJ)</b> 120 g Sałata ze śmietaną 150g Ziemniaki 300 Napój 250 ml	Kotlet schabowy <b>(GLU PSZ)</b> 120 g Sałata z oliwą 100 g Ziemniaki 300 Napój 250 ml	Kotlet schabowy <b>(GLU PSZ)</b> 120 g Surówka z selera i rodzynek 150g Ziemniaki 300 Napój 250 ml	Kotlet sojowy <b>(SOJ)</b> 120 g Sałata z oliwą 100 g Ziemniaki 300 Napój 250 ml	Kotlet schabowy got <b>(GLU PSZ)</b> 120 g Sałata ze śmietaną 150g Ziemniaki 300 Napój 250 ml
	podwieczore						Banan 1 szt.		
	kolacja	Kiełbasa drobiowa 80g Chleb żytnio-pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70 g	Kiełbasa drobiowa 80g Chleb graham 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70 g	Kiełbasa drobiowa 80g Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70 g	Hummus pomidorowy 80 g Chleb żytnio-pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Pomidor70 g	Kiełbasa śląska 120 g Chleb żytnio-pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70 g	Kiełbasa drobiowa 120 g Chleb żytnio-pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Pomidor70 g	Hummus pomidorowy 80 g Chleb żytnio-pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70g	Kiełbasa drobiowa 80 g Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70 g
	P.W	Banan 1 szt	Jabłko gotowane 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Jabłko 1 szt

**Kcal 3024 Białko ogółem 100,48 g Tłuszcz 130,85 g Węglowodany ogółem 380,17 g Sód 1720,25mg**