

Jadłospis za okres od dnia 2024-06-26 do dnia 2024-07-02 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
2024-06-26 środa	I śniadanie	Twaróg 80g Powidła 25g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kawa zbożowa 250 ml (KAK)	Twaróg 80g Masło 25 g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Kawa zbożowa 250 ml (KAK)	Twaróg 80g Powidła Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kawa zbożowa 250 ml (KAK)	Pasta z fasoli czerwonej 80g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kakao 250 ml (KAK)	Powidła 100 g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Twaróg 80g Powidła 25g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kakao 250 ml (KAK)	Pasta z fasoli czerwonej 80g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kakao 250 ml (KAK)	Twaróg 80g ,Powidła 25 g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kawa zbożowa 250 ml (KAK)
	II śniadanie						Dżem 50g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	obiad	Leczo z ryżem 450g Napój 250ml	Leczo z ryżem 450g Napój 250ml	Leczo z ryżem 450g Napój 250ml	Leczo z ryżem 450g Napój 250ml	Leczo z ryżem 450g Napój 250ml	Leczo z ryżem 450g Napój 250ml	Leczo z ryżem 450g Napój 250ml	Leczo z ryżem 450g Napój 250ml
	podwieczerek						Ser topiony 50g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	kolacja	Kiełbasa krakowska 80g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 40g Kajzerka (GLU,PSZ)	Kiełbasa krakowska 80g Masło 25 g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 40g Grahamka (GLU,PSZ)	Kiełbasa krakowska 80g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 40g Grahamka (GLU,PSZ)	Ogórek kiszony 40 g Pomidor 40 g Szcypior Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Kiełbasa krakowska 80g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 40g Kajzerka (GLU,PSZ)	Kiełbasa krakowska 80g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 40g Kajzerka (GLU,PSZ)	Ogórek kiszony 40 g Pomidor 40 g Szcypior Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Kiełbasa krakowska 80g Masło 25 g Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 40g Kajzerka (GLU,PSZ)
	P.W	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt	Bułeczki maślane 2szt	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt	Bułeczki 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

Kcal 3091 Białko ogółem 96,77 g Tłuszcz 113,62 g Węglowodany ogółem 435,83 g Sód 1469,8 mg

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
30-06-27 czwartek	Śniadanie	Pieczeń meksykańska 80g, ogórek zielony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Kakao 250 ml(KAK)	Pieczeń meksykańska 80g, ogórek zielony 60g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Kakao (KAK)250 ml	Pieczeń meksykańska 80g, ogórek zielony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Humus warzywny 120g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Humus warzywny 120g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Pieczeń meksykańska 80g, ogórek zielony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Kakao (KAK)250 ml	Humus warzywny 120g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Pieczeń meksykańska 80g, ogórek zielony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Kakao (KAK) 250 ml
	II śniadanie						Ser żółty 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	obiad	Jajko sadzone 1 szt ,mizeria z maślanki 120g Ziemniaki 300g Kalafiorowa 300ml	Jajko sadzone 1 szt,mizeria z maślanki 120g Ziemniaki 300g Kalafiorowa 300ml	Jajko sadzone 1 szt,mizeria z maślanki 120g Ziemniaki 300g Kalafiorowa 300ml	Jajko sadzone 1 szt ,mizeria z maślanki 120g Ziemniaki 300g Kalafiorowa 300ml	Jajko sadzone 1 szt Surówka z ogórka zielonego 120g	Jajko sadzone 1 szt Mizeria z maślanki 120g Ziemniaki 300g Kalafiorowa 300ml	Kotlet warzywny 150g Ryż 300g Surówka z kausty pekińskiej 120g	Jajko sadzone 1 szt Mizeria z maślanki 120g Ziemniaki 300g Kalafiorowa 300ml
	podwieczorek						Kiełbasa krakowska 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	kolacja	Pasztet drobiowy 100g, Pomidor 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Pasztet drobiowy 100g, Pomidor 60g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Pasztet drobiowy 100g, Pomidor 60g 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	Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Pasztet drobiowy 100g, Pomidor 60g 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	Pasztet drobiowy 100g, Pomidor 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml
	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	Jogurt owocowy 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt

Kcal 2374 Białko ogółem 65,83 g Tłuszcz 86,03 g Węglowodany ogółem 344,28 g Sód 1847,6 mg

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna	
28-06-28 piątek	Śniadanie	Ser żółty 80 g,dzem 25g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Ser żółty 80 g, Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Ser żółty 80 g,dzem 25g Chleb pszenny150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Ser żółty 80 g,dzem 25g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Powidła 80g,dzem 25g Chleb pszenno-żytni 150g, Masło 25g Herbata 250ml	Ser żółty 80 g,dzem 25g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Powidła 80g, Chleb pszenno-żytni 150g, Masło 25g Herbata 250ml	Ser żółty 80 g,dzem25g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	
	II śniadanie						Dżem 80 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Ogórek świeży 50g Herbata 250ml			
	obiad	Filet rybny 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Filet rybny 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Filet rybny 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Filet rybny 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Filet rybny 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Filet rybny 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Filet rybny 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Kotlet sojowy 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 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 Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Sałatka meksykańska 150 Chleb pszenny150 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 Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml	Sałatka meksykańska 150 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 pszenny150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml
	P.W	Wafelek bez czekolady 1 szt	Wafle ryżowe 3 szt	Wafelek bez czekolady 1 szt	Wafelek bez czekolady 1 szt	Wafelek bez czekolady 1 szt	Wafelek bez czekolady 1 szt	Wafelek bez czekolady 1 szt	Wafelek bez czekolady 1 szt	Wafelek bez czekolady 1 szt

Kcal 2945 Białko ogółem 90,56 g Tłuszcz 110,42 g Węglowodany ogółem 413,69 g Sód 1981,4 mg

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna	
29- 06 2024 sobota	Śniadanie	Kiełbasa biała na gorącą 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml Chrzan 10g	Kiełbasa biała na gorącą 100 g Chleb graham 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml Chrzan 10g	Kiełbasa biała na gorącą 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml Chrzan 10g	Ogórek św. 50 g Pomidor 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa biała na gorącą 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml Chrzan 10g	Kiełbasa biała na gorącą 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml Chrzan 10g	Ogórek św. 50 g Pomidor 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa biała na gorącą 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml Chrzan 10g	
	II śniadanie						Ser żółty 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250ml			
	obiad	Zupa grochowa 350 ml <b>(SEL,MLE)</b> Bułka 1 szt Drożdżówka 1 szt	Zupa ziemniaczana 350ml Chleb graham 150g <b>(GLU,PSZ)</b> Jabłko gotowane 1 szt	Zupa ziemniaczana 350ml Bułka 1 szt <b>(GLU,PSZ)</b> Jabłko gotowane 1 szt	Zupa ziemniaczana 350ml Bułka 1 szt <b>(GLU,PSZ)</b> Drożdżówka 1 szt	Zupa ziemniaczana 350ml Bułka 1 szt <b>(GLU,PSZ)</b> Drożdżówka 1 szt	Zupa ziemniaczana 350ml Bułka 1 szt <b>(GLU,PSZ)</b> Drożdżówka 1 szt	Zupa grochowa 350 ml <b>(SEL,MLE)</b> Bułka 1 szt Drożdżówka 1 szt	Zupa ziemniaczana 350ml Chleb graham 150g <b>(GLU,PSZ)</b> Jabłko gotowane 1 szt	Zupa ziemniaczana 350ml Bułka 1 szt <b>(GLU,PSZ)</b> Jabłko gotowane 1 szt
	podwieczorek						Hummus paprykowy 120 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250ml			
	kolacja	Wędlina drobiowa 80 g , 40g ,chleb pszenno-żytni <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml	Wędlina drobiowa 80 g,o 40g, <b>chleb graham</b> 150g, Herbata 250 ml	Wędlina drobiowa 80 g., chleb pszenno-żytni 150g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25g Herbata 250ml	Pasta warzywna 90 g, <b>Chleb pszennotni</b> 150g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25g Herbata 250ml	Wędlina drobiowa 80 g <b>Chleb pszenno-żytni</b> 150g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25g Herbata 250ml	Wędlina drobiowa 80 g., <b>Chleb pszenno-żytni</b> 150g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25g Herbata 250ml	Humus paprykowy 80g Chleb pszenno-żytni 150g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25g Herbata 250ml	Wędlina drobiowa 80g, ,Chleb pszenno-żytni 150g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25g Herbata 250ml	
	P.W	Jabłko 1 szt	Jabłko pieczone	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko pieczone 1 szt

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

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>	<b>Dieta wegetariańska</b>	<b>Dieta bezmleczna</b>	<b>Dieta wysokokaloryczna</b>	<b>Dieta wegańska</b>	<b>Dieta lekkostrawna</b>
30 06-2024 niedziela	Śniadanie	Pasztet zapiekany 100g, Chleb pszenno-żytni (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Musztarda 20g	Pasztet zapiekany 100g Chleb graham 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Musztarda 20g	Pasztet zapiekany 100g Chleb pszenny 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Musztarda 20g	Humus 120g Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Musztarda 20g	Pasztet zapiekany 100g Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Musztarda 20g	Pasztet zapiekany 150g (GLU,PSZ) Chleb pszenno-żytni 150g Masło 25g Herbata 250ml Musztarda 20g	Humus 120g Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Papryka 40g	Pasztet zapiekany 100g Chleb pszenny 150g (GLU,PSZ) Masło 25g Herbata 250ml Musztarda 20g
	II śniadanie						Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	obiad	Schabowy 120g Ziemniaki 300g Surówka z młodej kapusty 150g Napój 250 ml	Schabowy 120g Ziemniaki 300g Surówka z młodej kapusty 150g Napój 250 ml	Schabowy 120g Ziemniaki 300 g Surówka z młodej kapusty 150g Napój 250 ml	Kotlet sojowy (SOJ) 150g Ziemniaki 300 g Surówka z młodej kapusty 150g Napój 250 ml	Schabowy 120g Ziemniaki 300 g Surówka z młodej kapusty 150g Napój 250 ml	Schabowy 120g Ziemniaki 300 g Surówka z kapusty młodej 150 g Napój 250 ml	Kotlet sojowy (SOJ) 150g Ziemniaki 300 g Surówka z kapusty młodej 150 g Napój 250 ml	Schabowy 120g Ziemniaki 300 g Surówka z młodej kapusty 150g Napój 250 ml
	podwieczorek						Wędlina drobiowa 80 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	kolacja	Ser topiony 100 g (MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Papryka 70g	Ser topiony 100 g (MLE) Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Papryka 70g	Ser topiony 100 g (MLE) Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Papryka 70g	Ser topiony 100 g (MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Papryka 70g	Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Papryka 70g	Ser topiony 100 g (MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Papryka 70g	Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Papryka 70g	Ser topiony 100 g (MLE) Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml Papryka 70g
	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 1699,35mg**

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
01-07 -2024 poniedziałek	Śniadanie	Kiełbasa szynkowa 80g, ogórek kiszony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa szynkowa 80g, ogórek kiszony 60g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa szynkowa 80g, ogórek kiszony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Salatka ze św. Warzyw 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa szynkowa 80g, ogórek kiszony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa szynkowa 80g, ogórek kiszony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Salatka ze św. Warzyw 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa szynkowa 80g Ogórek kiszony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml
	II śniadanie						Ser żółty 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250ml		
	obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml Gzika z ziemniakami 450 g Napój 250 ml Szczypior	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Gzika z ziemniakami 450 g Napój 250 ml Szczypior	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Gzika z ziemniakami 450 g Napój 250 ml Szczypior	Zupa pomidorowa bezmięсна z makaronem 300 ml Gzika z ziemniakami 450 g Napój 250 ml Szczypior	Zupa pomidorowa niezabielana z makaronem 300 ml Kotlet sojowy 120g Ziemniaki 300 g Napój 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Gzika z ziemniakami 450 g Napój 250 ml	Zupa pomidorowa niezabielana z makaronem 300 ml Kotlet sojowy 120g Ziemniaki 300 g Napój 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Gzika z ziemniakami 450 g Napój 250 ml Szczypior
	P o						Jabłko 1 szt.		
	kolacja	Kiełbasa krakowska 80g, roszponka 40g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa krakowska 80g, roszponka 30g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Kiełbasa krakowska 80g, roszponka 30g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Płatki owsiane 150 g Mleko owsiane 300 ml banan 1 szt	Kiełbasa krakowska 80g, roszponka 40g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 m	Kiełbasa krakowska 80g, roszponka 40g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml	Płatki owsiane 150 g Mleko owsiane 300 ml banan 1 szt	Kiełbasa krakowska 80g, roszponka 40g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml
	P.W	Nektarynka 1 szt	Nektarynka 1 szt	Nektarynka 1 szt	Nektarynka 1 szt	Nektarynka 1 szt	Nektarynka 1 szt	Nektarynka 1 szt	Nektarynka 1 szt

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

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
Wtorek 02-07 -2024	Śniadanie	Jajko 1 szt, kielbasa szynkowa 50g Ogórek zielony 60g Chleb żytnio-pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Jajko 1 szt, kielbasa szynkowa 50g Ogórek zielony 60g Chleb graham 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Jajko 1 szt, kielbasa szynkowa 50g Ogórek zielony 60g Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Pasta warzywna 90 g Chleb żytnio-pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Jajko 1 szt, kielbasa szynkowa 50g Ogórek zielony 60g Chleb żytnio-pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Jajko 1 szt, kielbasa szynkowa 50g Ogórek zielony 60g Chleb żytnio-pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Pasta warzywna 90 g Chleb żytnio-pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml	Jajko 1 szt, kielbasa szynkowa 50g Ogórek zielony 60g Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło roślinne 25 g Herbata 250 ml
	II śniadanie						Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml		
	obiad	Udko pieczone 120g Ziemniaki 200g Sałata z śmietaną 120g Napój 250 ml	Udko gotowane 120g Ziemniaki 200g Sałata z śmietaną 120g Napój 250 ml	Mięso gotowane 120g Ziemniaki 200g Sałata ze śmietaną 120g Napój 250 ml	Risotto z warzywami 400 g Napój 250 ml	Udko pieczone 120g Ziemniaki 200g Sałata z oliwą 120g Napój 250 ml	Udko pieczone 120g Ziemniaki 200g Sałata z śmietaną 120g Napój 250 ml	Risotto z warzywami 400 g Napój 250 ml	Mięso gotowane 200g Ziemniaki 200g Sałata z śmietaną 150g Napój 250ml
	podwieczorek						Kielbasa krakowska 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml		
	kolacja	Ser żółty 80g Chleb żytni <b>(GLU,ŻYT)</b> 150g Masło 25g Herbata 250ml Pomidor 70g	Ser żółty 80g Chleb graham 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70g	Ser żółty 80g Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70g	Ser żółty 80g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70g	Pasta z fasoli czerwonej 120 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70g	Ser żółty 80g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70g	Pasta z fasoli czerwonej 120 g Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70g	Ser żółty 80g, Chleb pszenny 150 g <b>(GLU,PSZ)</b> Masło 25 g Herbata 250 ml Pomidor 70g
	P.W	Banan 1 szt	Jabłko 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Jabłko 1 szt

Kcal 2477 Białko ogółem 81,08 g Tłuszcz 91,74 g Węglowodany ogółem 345,67 g Sód 1649,56 mg