

Jadłospis za okres od dnia **2025-01-01 do 07-01-2025** zajmujący 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
2025 -01-01 środa	Śniadanie	Polędwica drobiowa100g Ogórek zielony60g Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kakao 250 ml (KAK) Ciasto czardasz120g	Polędwica drobiowa100g Ogórek zielony60g Masło 25 g(MLE) Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Kakao 250ml(KAK) Ciasto czardasz120g	Polędwica drobiowa100g Ogórek zielony60g Masło 25 g(MLE) Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Kakao 250 ml (KAK) Ciasto czardasz120g	Powidła 100 g Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Powidła 100 g Masło 25g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Polędwica drobiowa100g Masło 25 g(MLE) Ogórek zielony60g Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kakao 250 ml (KAK) Ciasto czardasz120g	Powidła 100 g Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Polędwica drobiowa100g Ogórek zielony60g Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Kakao 250 ml (KAK) Ciasto czardasz120g
	II śniadanie						Kiełbasa krakowska 80 g(GLU) Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	obiad	Udko pieczone100g(GLU) Ziemnaki300g Surówka z kapusty pekińskiej120g Napój250ml	Udko gotowane 100g(GLU) Ziemniaki300g Surówka z kapusty pekińskiej120g Napój250ml	Udko gotowane100g(GLU) Ziemnaiaki300g Surówka z kapusty pekińskiej120g Napój250ml	Kotlet sojowy 100g Ziemnaki300g Surówka z kapusty pekińskiej120g Napój250ml	Udko pieczone100g(GLU) Ziemniaki300g Surówka z kapusty pekińskiej120g Napój250ml	Udko pieczone100g(GLU) Ziemniaki300g Surówka z kapusty pekińskeij120g Napój250ml	Kotlet sojowy100g Ziemnaiaki300g Surówka z kapusty pekińskiej120g Napój250ml	Udko gotowane100g(GLU) Ziemnaiaki300g Surówka z kapusty pekińskiej120g Napój250ml
	podwieczerek						Dżem 50 g Chleb pszenno-żytni 100g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml		
	kolacja	Śląska kiełbasa 120g(GLU) Musztarda10g Masło25g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Śląska kiełbasa120g(GLU) Masło 25 g(MLE) Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250ml	Śląska kiełbasa120g(GLU) Masło 25 g(MLE) Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Hummus120g Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 m	Śląska kiełbasa120g(GLU) Musztarda10g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Śląska kiełbasa120g(GLU) Musztarda10g Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Śląska kiełbasa120g(GLU) Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 m	Śląska kiełbasa120g(GLU) Masło 25 g(MLE) Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250
	P.W	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt	Bułeczki maślane 2 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	Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt

Kcal 2940Białko ogółem 86 g Tłuszcz 85 g Węglowodany ogółem 297g Sól 1,5g Cukier 21,3 g Kw.Tł.Nas 25,1g

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2025-01-02 czwartek	Śniadanie	Mielonka 80 g(GLU) Pomidor 60 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Kawa zbożowa 250 ml	Mielonka80g(GLU) Pomidor 60 g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Kawa zbożowa 250 ml	Mielonka80 g(GLU) Pomidor 60 g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Kawa zbożowa 250 ml	Hummus pomidorowy 60 g Pomidor 60 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Kawa zbożowa 250 ml	Mielonka 80 g(GLU) Pomidor 60 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Mielonka 80 g(GLU) Pomidor 60 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Kawa zbożowa 250 ml	Hummus pomidorowy 60 g Pomidor 60 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Mielonka 80g(GLU) Pomidor 60 g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Kawa zbożowa 250 m
	II śniadanie						Ser biały 80 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	obiad	Barszcz ukraiński 350ml(SEL) Bułka 1 szt (GLU,PSZ) Drożdżówka(GLU,PSZ)	Barszcz ukraiński z bułką350ml(SEL) Bułka1 szt(GLU,PSZ)	Barszcz ukraiński 350ml(SEL) Bułka 1szt(GLU,PSZ) Drożdżówka(GLU,PSZ)	Barszcz ukraiński 350ml(SEL) Bułka 1 szt(GLU,PSZ) Drożdżówka(GLU,PSZ)	Barszcz ukraiński 350ml(SEL) Bułka 1 szt(GLU,PSZ) Drożdżówka(GLU,PSZ)	Barszcz ukraiński 350ml(SEL) Bułka 1 szt(GLU,PSZ) Drożdżówka(GLU,PSZ)	Barszcz ukraiński 350ml(SEL) Bułka 1 szt(GLU,PSZ) Drożdżówka(GLU,PSZ)	Barszcz ukraiński 350ml(SEL) Bułka 1 szt(GLU,PSZ) Drożdżówka(GLU,PSZ)
	podwieczorek						Hummus 120 g Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml		
	kolacja	Ser topiony 50 g (MLE) Kielbasa zielonogórska 50g (GLU) Ogórek zielony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Ser topiony 50 g (MLE) Kielbasa zielonogórska 50g(GLU) Ogórek zielony 60g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Ser topiony 50 g (MLE) Kielbasa zielonogórska 50 g(GLU) Ogórek zielony 60g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Ser topiony 50 g (MLE) Dżem 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Kielbasa zielonogórska 100 g(GLU) Ogórek zielony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Ser topiony 50 g (MLE) Kielbasa zielonogórska 50g(GLU) Ogórek zielony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Ser topiony 50 g (MLE) Kielbasa zielonogórska (GLU)50 g Ogórek zielony 60g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml
	P.W	Jogurt owocowy 1 szt(MLE)	Jogurt naturalny 1 szt(MLE)	Jogurt owocowy 1 szt(MLE)	Jogurt owocowy 1 szt(MLE)	Suchary 3 szt.	Jogurt owocowy 1 szt(MLE)	Suchary 3szt	Jogurt owocowy 1 szt(MLE)

Kcal 2800 Białko ogółem 80g g Tłuszcz 65g Węglowodany ogółem 287g Sól 1,3g Cukier 20,6g Kw.Tl.Nas 26,16g

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2025-01-03 piątek	Śniadanie	Jajko gotowane 2 szt Majonez 10g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Jajko gotowane 2 szt Majonez 10g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Jajko gotowane 2 szt Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Humus paprykowy 80g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Humus paprykowy 80g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Jajko gotowane 2 szt Majonez 10g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Humus paprykowy 80g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Jajko gotowane 2 szt Majonez 10g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml
	II śniadanie						Dżem 50 g Chleb pszenno-żytni 100g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml		
	obiad	Filet rybny smażony (RYB,SEL) 150g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Filet rybny gotowany z warzywami (RYB,SEL) 150g Ziemniaki 300 g Napój 250 ml	Filet rybny gotowany z warzywami (RYB,SEL) 150g Ziemniaki 300 g Napój 250 ml	Filet rybny smażony (RYB,SEL) 150g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150g Napój 250 ml	Filet rybny smażony (RYB,SEL) 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 Napój 250 ml	Filet rybny smażony (RYB,SEL) 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Kotlet sojowy (SOJ) 150 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Napój 250 ml	Filet rybny gotowany z warzywami (RYB,SEL) 150g Ziemniaki 300 g Napój 250 ml
	podwieczorek						Ser żółty 80 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml		
	Kolacja	Ser żółty 80g(MLE) Dżem 25g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Kajzerka (GLU,PSZ) 1 szt	Ser żółty 80g(MLE) Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Grahamka (GLU,PSZ) 1 szt	Ser żółty 80g(MLE) Dżem 25g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Kajzerka (GLU,PSZ) 1 szt	Ser żółty 80g(MLE) Dżem 25g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250ml Kajzerka (GLU,PSZ) 1 szt	Dżem 100g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Kajzerka (GLU,PSZ) 1 szt	Ser żółty 80g(MLE) Dżem 25g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Kajzerka 1 szt (GLU,PSZ)	Dżem 100g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Kajzerka (GLU,PSZ) 1 szt	Ser żółty 80g(MLE) Dżem 25g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Kajzerka (GLU,PSZ) 1 szt
	P. W	Wafelek Grzesiek 1 szt.	Suchary 3 szt.	Wafelek Grzesiek 1 szt.	Wafelek Grzesiek 1 szt.	Wafelek Grzesiek 1 szt.	Wafelek Grzesiek 1 szt.	Wafelek Grzesiek 1 szt.	Wafelek Grzesiek 1 szt.

Kcal 2341 Białko ogółem 85,41g Tłuszcz 85,22g Węglowodany ogółem 318g Sól 1,3g Cukier 20,6g Kw.Tl.Nas 29,1g

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2025-01-04 Sobota	Śniadanie	Pasztet zapiekany 100g(GLU) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Pasztet zapiekany 100g(GLU) Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Pasztet zapiekany 100g (GLU) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Humus paprykowy 100g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Humus paprykowy 100g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Pasztet zapiekany 100g(GLU) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Humus paprykowy 100g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Pasztet zapiekany 100 g(GLU) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml
	II śniadanie						Hummus 80 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Masło 25 g Herbata 250 ml		
	obiad	Spaghetti w sosie węgierskim 450g(PSZ,GLU) Napój 250ml	Spaghetti w sosie białym 450g(PSZ,GLU) Napój 250ml Wafle ryżowe 3 szt	Spaghetti w sosie białym 450g(PSZ,GLU) Napój 250ml	Bukiet warzyw z makaronem w sosie węgierskim 450g(PSZ,GLU) Napój 250ml	Spaghetti w sosie węgierskim 450g(PSZ,GLU) Napój 250ml	Spaghetti w sosie węgierskim 450g(PSZ,GLU) Napój 250ml	Bukiet warzyw z makaronem w sosie węgierskim 450g(PSZ, GLU) Napój 250ml	Spaghetti w sosie białym 450g(PSZ,GLU) Napój 250ml
	podwieczerek						Ser biały 80 g Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml		
	kolacja	Wędlina drobiowa 80g Ogórek kiszony 50g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Wędlina drobiowa 80g Ogórek kiszony 50g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Wędlina drobiowa 80g Ogórek kiszony 50g Chleb pszenno-żytni 150g(GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata 250ml	Humus paprykowy 80g Ogórek kiszony 50g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Wędlina drobiowa 80g Ogórek kiszony 50g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Wędlina drobiowa 80g Ogórek kiszony 50g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Humus paprykowy 80g Ogórek kiszony 80g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Wędlina drobiowa 80g Ogórek kiszony 50g Chleb pszenno-żytni 15 g (GLU,PSZ), Masło 25g(MLE) Herbata 250ml
	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 2450 Białko ogółem 79,5 g Tłuszcz 83,25g Węglowodany ogółem 302,5g Sól 1,4g Cukier 21,3 g Kw.Tł Nas21,6g

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczn	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2025-01-05 niedziela	Śniadanie	Kiełbasa krakowska 80g(GLU) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Papryka 50g	Kiełbasa krakowska 80g(GLU) Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Papryka 50g	Kiełbasa krakowska80g(GLU) Chleb pszenny150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Papryka 50g	Płatki owsiane 150 g Mleko owsiane 300 ml(MLE) banan 1 szt	Kiełbasa krakowska 80g(GLU) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Papryka 50g	Kiełbasa krakowska80g(GLU) Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Papryka 50g	Płatki owsiane 150 g Mleko owsiane 300 ml(MLE) banan 1 szt	Kiełbasa krakowska80g(GLU) Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) 150 g Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Papryka 50g
	II śniadanie						Ser żółty 80 g Chleb pszenno-żytni 100g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml		
	obiad	Udko gotowane z kurczaka w potrawce 300 g(GLU) Ziemniaki 350 g Surówka z marchewki i jabłka 150g Napój 250 ml	Udko gotowane z kurczaka w potrawce 300 g(GLU) Ziemniaki 350 g Surówka z marchewki i jabłka 150g Napój 250 ml	Udko gotowane z kurczaka w potrawce 300 g(GLU) Ziemniaki 350 g Surówka z marchewki i jabłka 150g Napój 250 ml	Kotlet sojowy (SOJ)200 g Ziemniaki 350 g Surówka z marchewki i jabłka 150g Napój 250 ml	Udko gotowane z kurczaka w potrawce 300 g(GLU) Ziemniaki 350 g Surówka z marchewki i jabłka 150g Napój 250 ml	Udko gotowane z kurczaka w potrawce 300 g(GLU) Ziemniaki 350 g Surówka z marchewki i jabłka 150g Napój 250 ml	Kotlet sojowy (SOJ)200 g Ziemniaki350 g Surówka z marchewki i jabłka 150g Napój 250 ml	Udko gotowane z kurczaka w potrawce 300 g(GLU) Ziemniaki 350 g Surówka z marchewki i jabłka 150g Napój 250 ml
	wieczorek						Jogurt 1 op.		
	kolacja	Kiełbasa śląska 80g(GLU) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Musztarda 10g	Kiełbasa śląska80g(GLU) Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Kiełbasa ślaska 80 g(GLU) Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Musztarda 10g	Pasta warzywna 120 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250ml	Kiełbasa śląska80g(GLU) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Musztarda10 g	Kiełbasa śląska80g(GLU) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Musztarda 10g	Pasta warzywna 120 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Kiełbasa ślaska 80g(GLU) Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Musztarda10g
P. W	Herbatniki 1 op.	Herbatniki b/c 1 op.	Herbatniki 1 op.	Herbatniki 1 op.	Herbatniki 1 op.	Herbatniki 1 op.	Herbatniki 1 op.	Herbatniki 1 op.	Herbatniki 1 op.

Kcal 3152 Białko ogółem 90,32g Tłuszcz 124,81 g Węglowodany ogółem 132,2 g Sól 1,3g Cukier 21,3g Kw.Tł. Nas 23,1g

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2025-01-06 poniedziałek	Śniadanie	Ser topiony 50g(MLE), Kielbasa zielonogórska 50g(GLU) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Ser topiony 50g(MLE) Kielbasa zielonogórska 50g(GLU) Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Ser topiony 50g(MLE) Kielbasa zielonogórska 50g(GLU) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Tofu 50g Ogórek zielony 50g Papryka 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Kielbasa zielonogórska 100g(GLU) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Ser topiony 50g(MLE), Kielbasa zielonogórska 50g(GLU) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Tofu 50g Ogórek zielony 50 g Papryka 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Ser topiony 50g(MLE), Kielbasa zielonogórska 50g(GLU) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml
	II śniadanie						Konserwa mięsna 80 g(GLU) Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250ml		
	obiad	Kasza 300g(GLU,PSZ) Gulasz mięsny 150g (GLU) Surówka z ogórka kwaszonego i marchwi 150g Napój 250ml	Kasza 300g(GLU,PSZ) Gulasz miesny 150g(GLU) Surówka z ogórka kwaszonego i marchwi 150g Napój 250 ml	Kasz300g(GLU,PSZ) Gulasz miesny 150g(GLU) Surówka z ogórka kwaszonego z marchwi 150g Napój 250 ml	Kasza 300g(PSZ,GLU) Gulasz warzywny 150g(GLU,SEL) Surówka z ogórka kwaszonego z marchwi 150 g Napój 250 ml	Kasza 300g(GLU,PSZ) Gulasz mięsny 150g(GLU) Surówka z ogórka kwaszonego z marchwi 150g Napój 250 ml	Kasza 300g(GLU,PSZ) Gulasz mięsny 150g(GLU) Surówka z ogórka kwaszonego z marchwi 150g Napój 250ml	Gulasz warzywny z kaszą 450g(PSZ,SEL) Surówka z ogórka kwaszonego z marchwi 150 g Napój 250 ml	Kasza 300g(PSZ,GLU) Gulasz mięsny 150g(GLU) Surówka z ogórka kwaszonego z marchwi 150g Napój 250 ml
	podwieczerek						Dżem 50 g Chleb pszenno-żytni 100g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml		
	kolacja	Pomidor z cebulą 70g Wędlina drobiowa 80g Chleb żytnio-pszenno-żytni 150g(GLU,PSZ) g Masło 25g(MLE) Herbata 250ml	Pomidor 50g Wędlina drobiowa 80g Chleb graham 150g(GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata 250ml	Pomidor 50g Wędlina drobiowa 80g Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata250ml	Sałatka -pomidor,ogórek kiszony,cebula150g Chleb pszenno-żytni 150g(GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata250ml	Pomidor z cebulą 70g Wędlina drobiowa 80g Chleb żytnio-pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Pomidor z cebulą 70g Wędlina drobiowa 80g Chleb żytnio-pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata250ml	Sałatka-pomidor,ogórek kiszony,cebula-150g Chleb żytnio -pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata 250ml	Pomidor 50g Wędlina drobiowa 80g Chleb pszenno-żytni 150g(GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata 250ml
	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 2593 Białko ogółem 95,21 g Tłuszcz 106,84g Węglowodany ogółem 324,02g Sól 1,1g Cukier 22,2g Kw.Tł Nas 21,2g

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
2025-01-07 wtorek	Śniadanie	Konserwa mięsna 100g(GLU) Pomidor 50g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Konserwa mięsna 100g(GLU), Pomidor 50g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Konserwa mięsna 100g(GLU), Pomidor 50g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250	Pasta warzywna 100g(GLU), Pomidor 50g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Konserwa mięsna 100g(GLU), Pomidor 50g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Konserwa mięsna 100g(GLU), Pomidor 50g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Pasta warzywna 100g(GLU) Pomidor 50g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Konserwa mięsna 100g(GLU) Pomidor 50g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml
	II śniadanie						Ser żółty 80 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml		
	obiad	Żołądki zasmażane z cebulą 250g(GLU) Ziemniaki 300g Napój 250ml	Żołądki gotowane 250g(GLU) Ziemniaki 300g Napój 250ml	Żołądki gotowane 250g(GLU) Ziemniaki 300g Napój 250ml	Bukiet warzyw w sosie pomidorowym 250g(SEL) Ziemniaki 300g Napój 250ml	Żołądki zasmażane z cebulą 250g(GLU) Ziemniaki 300g Napój 250ml	Żołądki zasmażane 250g(GLU) Ziemniaki 300g Napój 250ml	Bukiet warzyw w sosie pomidorowym 250g(SEL) Ziemniaki 300g Napój 250ml	Żołądki gotowane 250g(GLU) Ziemniaki 300g Napój 250ml
	podwieczorek						Banan 1 szt		
	kolacja	Ser żółty 50g(MLE) Krakowska 50g(GLU) Chleb żytnio - pszenno 150g(GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata 250ml Rukola	Ser żółty 50g(MLE) Krakowska 40g(GLU) Chleb graham 150g(GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Rukola	Ser żółty 50g(MLE) Kielbasa krakowska 40g(GLU) Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata 250ml Rukola	Ser żółty 100g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Rukola	Kielbasa krakowska 100g(GLU) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250ml Rukola	Ser żółty 50g(MLE) Kielbasa krakowska 40g(GLU) Chleb żytnio-pszenno 150g(GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata 250ml Rukola	Płatki owsiane(GLU,PSZ) 150 g Mleko owsiane 300 ml(MLE) Jabłko 1szt	Ser żółty 50g(MLE) Kielbasa krakowska 40g(GLU) Chleb pszenno-żytni 150g(GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata 250ml Rukola
P.W	Banan 1 szt.	Jabłko 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Jabłko 1 szt	Banan 1 szt	

Kcal;2750 Białko ogółem 89,09g Tłuszcz 107,65g Węglowodany ogółem 371,06 g Sól 1,5g Cukier 20,3g Kw.Tl.Nas 22,3g