

Jadłospis za okres od dnia 2025-04-02 do 08-04-2025 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 |
|-------------------|--------------|--|---|--|---|---|--|---|---|
| 02-04 -2025 Środa | Śniadanie | Twaróg 80g(MLE) Powidła 25g Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kawa zbożowa 250 ml (KAK) | Twaróg 80g(MLE) Masło 25 g(MLE) Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Kawa zbożowa 250 ml (KAK) | Twaróg 80g(MLE) Powidła Masło 25 g(MLE) Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Kawa zbożowa 250 ml (KAK) | Twaróg 80g(MLE) Powidło 25g Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kakao 250 ml (KAK) | Powidła 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml | Twaróg 80g(MLE) Powidła 25g Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Kakao 250 ml (KAK) | Powidło 100g Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250ml | Twaróg 80g(MLE) Powidła 25g Masło 25 g(MLE) Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Kawa zbożowa 250 ml (KAK) |
| | II śniadanie | | | | | | Dżem 50g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | | |
| | obiad | Żurek 300ml(SEL) Kiełbasa opiekana z cebulą(GLU)150g Ziemniaki 300g | Żurek-czysty 300ml(SEL) Kiełbasa z wody 150g(GLU) Ziemniaki 300g | Żurek-czysty 300ml(SEL) Kiełbasa z wody 150g(GLU) Ziemniaki 300g | Bukiet warzyw w sosie pomidorowym 300g(SEL) Ziemniaki 300g | Żurek 300ml(SEL) Kiełbasa opiekana z cebulą 150g(GLU) Ziemniaki 300g | Żurek 300ml(SEL) Kiełbasa opiekana z cebulą 150g(GLU) Ziemniaki 300g | Bukiet warzyw w sosie pomidorowym 300g(SEL) Ziemniaki 300g | Żurek-czysty 300ml(SEL) Kiełbasa z wody 150g(GLU) Ziemniaki 300g |
| | podwieczorek | | | | | | Ser topiony 50g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | | |
| | kolacja | Kiełbasa krakowska 80g(GLU) Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 70g Kajzerka (GLU,PSZ) | Kiełbasa krakowska 80g(GLU) Masło 25 g(MLE) Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 70g Grahamka (GLU,PSZ) | Kiełbasa krakowska 80g(GLU) Masło 25 g(MLE) Chleb pszenny 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 70g Grahamka (GLU,PSZ) | Ogórek kiszony 40 g Pomidor 40 g Szcypior Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml | Kiełbasa krakowska 80g(GLU) Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 70g Kajzerka (GLU,PSZ) | Kiełbasa krakowska 80g(GLU) Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 70g Kajzerka (GLU,PSZ) | Ogórek kiszony 40 g Pomidor 40 g Szcypior Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml | Kiełbasa krakowska 80g(GLU) Masło 25 g(MLE) Chleb pszenny 150g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 70g 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 2380 Białko ogółem 83,2 g Tłuszcz 88,14 g Węglowodany ogółem 324,23 g Sól 11,3g Cukier 19,8g Kw.Tl.Nas 24,9g

| | | Dieta podstawowa | Dieta cukrzycowa | Dieta wątrobowa | Dieta wegetariańska | Dieta bezmleczna | Dieta wysokokaloryczna | Dieta wegańska | Dieta lekkostrawna |
|---------------------|--------------|--|---|---|--|--|--|--|--|
| 03-04-2025 Czwartek | Śniadanie | Pieczon80g(GLU), Ogórek zielony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Kakao 250 ml(KAK) | Pieczon 80g, (GLU) Ogórek zielony 60g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Kakao (KAK)250 ml | Pieczon 80g(GLU), Ogórek zielony 60g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Kakao (KAK)250 ml | Humus warzywny 120g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Humus warzywny 120g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml | Pieczon 80g(GLU) Ogórek zielony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Kakao (KAK)250 ml | Humus warzywny 120g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Pieczon 80g(GLU), Ogórek zielony 60g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Kakao (KAK) 250 ml |
| | II śniadanie | | | | | | Ser żółty 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | | |
| | obiad | Makaron na ostro z kiełbasą 450g(GLU,PSZ) Kompot 250ml | Makaron w sosie pomidorowym z mięsem 450g(GLU,PSZ) Kompot 250ml | Makaron w sosie pomidorowym z mięsem 450g(GLU,PSZ) Kompot 250ml | Makaron w sosie pomidorowym b/m(GLU,PSZ) | Makaron na ostro z kiełbasą 450g(GLU,PSZ) Kompot 250ml | Makaron na ostro z kiełbasą 450g(GLU,PSZ) Kompot 250ml | Makaron w sosie pomidorowym b/m(GLU,PSZ) | Makaron w sosie pomidorowym z mięsem 450g(GLU,PSZ) Kompot 250ml |
| | podwieczorek | | | | | | Kiełbasa krakowska 50 g(GLU) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | | |
| | kolacja | Pasztet drobiowy 100g, (GLU) Roszponka Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Pasztet drobiowy 100g, (GLU) Roszponka Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Pasztet drobiowy 100g, (GLU) Roszponka 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 | Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml | Pasztet drobiowy 100g, (GLU) Roszponka Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Dżem 100g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Pasztet drobiowy 100g, (GLU) Roszponka Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml |
| | P: W | Jogurt owocowy 1szt (MLE) | Jogurt naturalny 1szt(MLE) | Jogurt owocowy 1szt(MLE) | Jogurt owocowy 1szt(MLE) | Suchary 3 szt | Jogurt owocowy 1szt(MLE) | Jogurt owocowy 1szt(MLE) | Jogurt owocowy 1szt(MLE) |

Kcal 2374 Białko ogółem 65,83 g Tłuszcz 86,03 g Węglowodany ogółem 344,28 g Sól 1,2g Cukier 21,5g Kw.Tl.Nas 21,9g

| | | Dieta podstawowa | Dieta cukrzycowa | Dieta wątrobowa | Dieta wegetariańska | Dieta bezmleczna | Dieta wysokokaloryczna | Dieta wegańska | Dieta lekkostrawna |
|-------------------|--------------|---|---|--|--|--|---|---|---|
| 2025-04-04 Piątek | Śniadanie | Ser żółty80g(MLE) Dżem 25g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250ml | Ser żółty80g(MLE) Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250ml | Ser żółty80g(MLE) Dżem 25g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250ml | Ser żółty80g(MLE) Dżem 25g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250ml | Powidła 80g Chleb pszenno-żytni 150g.(GLU,PSZ) Herbata 250ml | Ser żółty80g(MLE) Dżem25g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250ml | Powidła 80g, Chleb pszenno-żytni 150g, Masło 25g(MLE) Herbata 250ml | Ser żółty80g(MLE) Dżem25g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250ml |
| | II śniadanie | | | | | | Dżem 80 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Ogórek świeży 50g Herbata 250ml | | |
| | obiad | Racuchy z cukrem pudrem 2 szt Zupa ogórkowa300ml(GLU, MLE,SEL) Napój250ml | Racuchy 2szt Zupa ogórkowa300ml(GLU, MLE,SEL) Napój250ml | Racuchy 2szt Zupa ogórkowa300ml(GLU, MLE,SEL) Napój250ml | Racuchy 2szt Zupa ogórkowa300ml (GLU.MLE.SEL) Napój250ml | Zupa ogórkowa300ml(GLU, SEL)-czysta Napój250ml Chleb graham150g(GLU,PSZ) | Racuchy z cukrem pudrem 2 szt Zupa ogórkowa300ml(GLU, MLE,SEL) Napój250ml | Chleb graham15g(GLU,PSZ) Zupa ogórkowa 300ml(GLU,SEL) Napój 250ml | Racuchy 100g Zupa ogórkowa 300ml(GLU.MLE.SEL) Napój250ml |
| | podwieczorek | | | | | | Jogurt naturalny1szt(MLE) | | |
| | Kolacja | Ser topiony 100g(MLE) Pomidor 70g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250ml | Ser topiony100g(MLE) Pomidor 70g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250ml | Ser topiony100g(MLE) Pomidor 70g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250ml | Humus80g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250ml | Humus80g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250ml | Ser topiony 100g(MLE) Pomidor 70g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250ml | Humus80g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250ml | Ser topiony 100g(MLE) Pomidor 70g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) 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 |

Kcal 2945 Białko ogółem 90,56 g Tłuszcz 110,42 g Węglowodany ogółem 413,69 g Sól 1,3g Cukier 20,9g Kw.Tl.Nas 22,5g

| | | Dieta podstawowa | Dieta cukrzycowa | Dieta wątrobowa | Dieta wegetariańska | Dieta bezmleczna | Dieta wysokokaloryczna | Dieta wegańska | Dieta lekkostrawna | |
|--------------------|--------------|---|--|---|---|--|---|---|---|---|
| 05-04 -2025 Sobota | Śniadanie | Kiełbasa biała na gorącą(GLU)100g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Chrzan 10g | Kiełbasa biała na gorącą(GLU) 100 g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Chrzan 10g | Kiełbasa biała na gorącą(GLU) 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Chrzan 10g | Ogórek św. 50 g Pomidor 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Kiełbasa biała na gorącą (GLU)100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Chrzan 10g | Kiełbasa biała na gorącą(GLU) 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Chrzan 10g | Ogórek św. 50 g Pomidor 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Kiełbasa biała na gorącą(GLU) 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Chrzan 10g | |
| | II śniadanie | | | | | | Ser żółty 50 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250ml | | | |
| | obiad | Zupa grochowa 350 ml (SEL,MLE) Bułka 1 szt Drożdżówka 1szt | Zupa ziemniaczana 350ml(SEL) Chleb graham 150g (GLU,PSZ) Jabłko gotowane 1 szt | Zupa ziemniaczana 350ml(SEL) Bułka 1 szt (GLU,PSZ) Jabłko gotowane 1 szt | Zupa ziemniaczana 350ml(SEL) Bułka 1 szt (GLU,PSZ) Drożdżówka 1 szt | Zupa ziemniaczana 350ml(SEL) Bułka 1 szt (GLU,PSZ) Drożdżówka 1 szt | Zupa ziemniaczana 350ml(SEL) Bułka 1 szt (GLU,PSZ) Drożdżówka 1 szt | Zupa grochowa 350 ml (SEL,MLE) Bułka 1 szt(GLU,PSZ) Drożdżówka 1 szt | Zupa ziemniaczana 350ml(SEL) Chleb graham 150g (GLU,PSZ) Jabłko gotowane 1 szt | Zupa ziemniaczana 350ml(SEL) Bułka 1 szt (GLU,PSZ) Jabłko gotowane 1 szt |
| | podwieczorek | | | | | | Hummus 80g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250ml | | | |
| | kolacja | Wędlina drobiowa80g Chleb pszenno-żytni (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Wędlina drobiowa80g Chleb graham (GLU)PSZ)150g, Herbata 250 ml Masło 25g(MLE) | Wędlina drobiowa80g Chleb pszenno-żytni150g(GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata 250ml | Pasta warzywna 90 g, Chleb pszenno-żytni 150g(GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata250ml | Wędlina drobiowa80g Chleb pszenno-żytni150g (GLU,PSZ) Herbata 250ml Masło25g(MLE) | Wędlina drobiowa80g Chleb pszenno-żytni150g(GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata 250ml | Wędlina drobiowa80g Chleb pszenno-żytni 150g(GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata 250ml | Pasta warzywna 90g Chleb pszenno-żytni 150g(GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata 250ml | Wędlina drobiowa80g Chleb pszenno-żytni 150g(GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) 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 Sól 1,1g cukier 25,9g Kw.Tl.Nas.25,9g

| | | Dieta podstawowa | Dieta cukrzycowa | Dieta wątrobowa | Dieta wegetariańska | Dieta bezmleczna | Dieta wysokokaloryczna | Dieta wegańska | Dieta lekkostrawna |
|-----------------------|--------------|---|---|--|---|---|--|---|--|
| 06-04 -2025 Niedziela | Śniadanie | Kiełbasa szynkowa80g(GLU) Ogórek kiszony80g Chleb pszenno-żytni (GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata250ml | Kiełbasa szynkowa80g(GLU) Ogórek kiszony80g Chleb graham150g(GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata250ml | Kiełbasa szynkowa80g(GLU) Ogórek kiszony80g Chleb pszenno-żytni150g(GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata250ml | Humus 120g Chleb pszenno-żytni150g (GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata250ml | Kiełbasa szynkowa80g(GLU) Ogórek kiszony80g Chleb pszenno-żytni 150g(GLU,PSZ) Herbata250ml | Kiełbasa szynkowa80g(GLU) Ogórek kiszony80g Chleb pszenno-żytni 150g Masło25g(MLE) Herbata250ml | Humus 120g Chleb pszenno-żytni150g (GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata250ml Papryka 40g | Kiełbasa szynkowa80g(GLU) Ogórek kiszony80g Chleb pszenno-żytni150g(GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata250ml |
| | II śniadanie | | | | | | Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | | |
| | obiad | Schabowy 120g(GLU, JAJ, ML) Ziemniaki 300g Surówka z białej kapusty 150g Napój 250 ml | Schabowy 120g(GLU, JAJ, ML) Ziemniaki 300g 300g Surówka z białej kapusty 150g Napój 250ml | Schabowy 120g(GLU, JAJ, MLE) Ziemniaki 300 g Surówka z białej kapusty 150g Napój 250 ml | Kotlet sojowy(SOJ) 150g Ziemniaki 300 g Surówka z białej kapusty 150g Napój 250 ml | Schabowy 120g(GLU, JAJ, ML) Ziemniaki 300 g Surówka z białej kapusty 150g Napój 250 ml | Schabowy 120g(GLU, JAJ, ML) Ziemniaki 300 g Surówka z kapusty białej 150 g Napój 250 ml | Kotlet sojowy (SOJ) 150g Ziemniaki 300 g Surówka z kapusty białej 150 g Napój 250 ml | Schabowy120g(GLU, JAJ, MLE) Ziemniaki 300g Surówka z białej kapusty 150g Napój 250 ml |
| | podwieczorek | | | | | | Wędlina drobiowa 80 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | | |
| | kolacja | Ser żółty80g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Papryka 70g | Ser żółty80g(MLE) Chleb graham150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Papryka 70g | Ser żółty80g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Papryka 70g | Dżem100g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Papryka 70g | Ser żółty80g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Papryka 70g | Ser żółty80g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Papryka 70g | Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Papryka 70g | Ser żółty80g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) 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 1,3g Cukier 26,3g Kw.Tl.Nas 26,1g

| | | Dieta podstawowa | Dieta cukrzycowa | Dieta wątrobowa | Dieta wegetariańska | Dieta bezmleczna | Dieta wysokokaloryczna | Dieta wegańska | Dieta lekkostrawna |
|---------------------------|--------------|--|--|---|---|--|---|--|--|
| 07-04 -2025 Poniiedziałek | Śniadanie | Paszтет zapiekany100g(GLU) Musztarda10g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Paszтет zapiekany100g(GLU) Musztarda10g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Paszтет zapiekany100g(GLU) usztarda10g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Humuss 80g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Paszтет zapiekany100g(GLU) usztarda10g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml | Paszтет zapiekany100g(GLU) Musztarda10g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Humuss 80g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Paszтет zapiekany100g(GLU) Musztarda10g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml |
| | II śniadanie | | | | | | Ser żółty 50 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250ml | | |
| | obiad | Zupa pomidorowa z makaronem 300ml(GLU,MLE,SEL) Gzika 150g(MLE) Ziemniaki 300g Napój 250 ml Szczypior | Zupa pomidorowa z makaronem300ml(GLU,MLE,SEL) Gzika 150g(MLE) Ziemniaki 300g Napój 250 ml Szczypior | Zupa pomidorowa z makaronem 300ml(GLU,MLE,SEL) Gzika150g(MLE) Ziemniaki 300g Napój 250 ml Szczypior | Zupa pomidorowa bezmięśna z makaronem 300ml Gzika 150g(MLE) Ziemniaki300g Napój 250 ml Szczypior | Zupa pomidorowa niezabielana z makaronem 300ml(GLU,MLE,SEL) Gzika150g(MLE) Kotlet sojowy(SOJ) 120g Ziemniaki 300 g Napój 250 ml | Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU,MLE,SEL) Gzika150g(MLE) Ziemniaki300g Napój 250 ml | Zupa pomidorowa niezabielana z makaronem 300ml (GLU,MLE,SEL) Kotlet sojowy(SOJ) 120g Ziemniaki 300 g Napój 250 ml | Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU,MLE,SEL) Gzika150g(MLE) Ziemniaki 300g Napój 250 ml Szczypior |
| | podwieczorek | | | | | | Jabłko 1 szt. | | |
| | kolacja | Kiełbasa krakowska 80g(GLU), Roszponka 40g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Kiełbasa krakowska 80g(GLU) Roszponka 30g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Kiełbasa krakowska 80g(GLU) Roszponka 30g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Płatki owsiane 150 g Mleko owsiane (MLE) 300 ml Banan 1 szt | Kiełbasa krakowska 80g(GLU), Roszponka 40g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 m | Kiełbasa krakowska 80g(GLU) , Roszponka 40g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Płatki owsiane 150 g Mleko owsiane(MLE) 300 ml banan 1 szt | Kiełbasa krakowska 80g,(GLU) Roszponka 40g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml |
| | P.W | Mandarynka 1 szt | Mandarynka 1 szt | Mandarynka 1 szt | Mandarynka1 szt | Mandarynka 1 szt | Mandarynka1 szt | Mandarynka1 szt | Mandarynka1 szt |

Kcal 2368 Białko ogółem 88,19 g Tłuszcz 95,86 g Węglowodany ogółem 299,05 g Sól 13,3g Cukier 21,9g Kw .Tl. Nas 28,1g

Opracowała: Karolina Wardęga - dietetyk

| | | Dieta podstawowa | Dieta cukrzycowa | Dieta wątrobowa | Dieta wegetariańska | Dieta bezmleczna | Dieta wysokokaloryczna | Dieta wegańska | Dieta lekkostrawna |
|--------------------|--------------|--|--|---|---|--|---|--|--|
| 08-04 -2025 Wtorek | Śniadanie | Jajko 1 szt, Kiełbasa szynkowa 50g(GLU) Ogórek zielony 60g Chleb żytnio-pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata 250 ml | Jajko 1 szt, Kiełbasa szynkowa50g(GLU) Ogórek zielony 60g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata 250 ml | Jajko 1szt Kiełbasa szynkowa 50g(GLU) Ogórek zielony 60g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata 250 ml | Pasta warzywna 90 g Chleb żytnio-pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata 250 ml | Jajko 1 szt, Kiełbasa szynkowa 50g(GLU) Ogórek zielony 60g Chleb żytnio-pszenny 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml | Jajko 1szt, Kiełbasa szynkowa 50g(GLU) Ogórek zielony 60g Chleb żytnio-pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata 250 ml | Pasta warzywna 90 g Chleb żytnio-pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata 250 ml | Jajko 1szt, Kiełbasa szynkowa 50g(GLU) Ogórek zielony 60g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata 250 ml |
| | II śniadanie | | | | | | Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | | |
| | obiad | Udko pieczone 120g Ziemniaki 300g Surówka z kapusty pekińskiej z oliwą120g Napój 250 ml | Mięso gotowane 120 g Ziemniaki 300g Surówka z kapusty pekińskiej z oliwą120g Napój 250 ml | Mięso gotowane 120g Ziemniaki 300g Surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 120g Napój 250 ml | Kotlet sojowy (SOJ) Ziemniaki 300g Surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 120g Napój 250 ml | Udko pieczone 120g Ziemniak 300g Surówka z kapusty pekińskiej z oliwą120g Napój 250 ml | Udko pieczone 120g Ziemniaki 300g Surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 120g Napój 250 ml | Kotlet sojowy (SOJ) Surówka z kapusty pekińskiej 120g Napój 250 ml | Mięso gotowane120g Ziemniaki 300g Surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 120g Napój 250ml |
| | podwieczorek | | | | | | Kiełbasa krakowska 50 g(GLU) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | | |
| | kolacja | Sałatka meksykańska 120g Chleb żytni (GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata 250ml | Sałatka meksykańska120g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Sałatka meksykańska 120g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Sałatka meksykańska 120gb/m Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Sałatka meksykańska b/m120 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml | Sałatka meksykańska 120g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml | Sałatka meksykańska b/m 120 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 | Sałatka meksykańska120g Chleb pszenny 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml |
| | 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 2477 Białko ogółem 81,08 g Tłuszcz 91,74 g Węglowodany ogółem 345,67 g Sól 2,5g Cukier 21,4g Kw .Tl. Nas 26,9g