

Jadłospis za okres od dnia **2026-04-01 do 07-04-2026** 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	
01-04 -2026 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 z kielbasą i cebulą 350ml(GLU) Ziemniaki 350g	Żurek z kielbasą 350ml(GLU) Ziemniaki 350g	Żurek z kielbasą 350ml(GLU) Ziemniaki 350g	Żurek z cebulą bz/kielbasy 350ml(GLU) Ziemniaki 350g	Żurek z kielbasą i cebulką 350ml(GLU) Ziemniaki 350g	Żurek z kielbasą i cebulą 350ml(GLU) Ziemniaki 350g	Żurek z kielbasą i cebulą 350ml(GLU) Ziemniaki 350g	Żurek z kielbasą i cebulą 350ml(GLU) Ziemniaki 350g	Żurek z kielbasą i cebulą 350ml(GLU) Ziemniaki 350g
	podwieczorek						Ser topiony 50g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml			
	kolacja	Kielbasa krakowska 80g(GLU) Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 70g	Kielbasa krakowska 80g(GLU) Masło 25 g(MLE) Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 70g	Kielbasa krakowska 80g(GLU) Masło 25 g(MLE) Chleb pszenny 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 70g	Ogórek kiszony 40 g Pomidor 40 g Szcypior Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Kielbasa krakowska 80g(GLU) Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 70g	Kielbasa krakowska 80g(GLU) Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 70g	Kielbasa krakowska 80g(GLU) Pomidor 40 g Szcypior Masło 25 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Kielbasa krakowska 80g(GLU) Masło 25 g(MLE) Chleb pszenny 150g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Pomidor 70g	
	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	Bułeczki maślane 2 szt

Kcal 2380 Białko ogółem 83,2 g Tłuszcz 88,14 g Węglowodany ogółem 324,23 g Sól 1,3g Cukier 19,8g Kw. TL.Nas 24,9g

Opracowała: Karolina Wardęga - dietetyk

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
02-04-2026 Czwartek	Śniadanie	Mielonka konserwowa 80g (GLU), Ogórek zielony 60g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g (MLE) Kakao 250 ml (KAK)	Mielonka konserwowa 80g (GLU), Ogórek zielony 60g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g (MLE) Kakao (KAK) 250 ml	Mielonka konserwowa 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	Humus warzywny 120g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Mielonka konserwowa 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	Mielonka konserwowa 80g (GLU), Ogórek zielony 60g Chleb pszenno-żytni 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	Pulpet w sosie pomidorowym (GLU) Ryż 100g (PSZ) Surówka z kapustą pekińską z oliwą 120g Napój 250ml	Pulpet w sosie pomidorowym (GLU) Ryż 100g (PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 120g Napój 250ml	Pulpet w sosie pomidorowym (GLU) Ryż 100g (PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 120g Napój 250ml	Kotlet sojowy 120g (SOJ) Ryż 100g (PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 120g Napój 250ml	Kotlet sojowy 120g (SOJ) Ryż 100g (PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 120g Napój 250ml	Pulpet w sosie pomidorowym (GLU) Ryż 100g (PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej 120g Napój 250ml	Kotlet sojowy 120g (SOJ) Ryż 100g (PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej 120g Napój 250ml	Pulpet w sosie pomidorowym (GLU) Ryż 100g (PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej 120g Napój 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 Kajzjerka 1 szt (PSZ)	Pasztet drobiowy 100g (GLU) Roszponka Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g (MLE) Herbata 250 ml Grahamka 1 szt (PSZ)	Pasztet drobiowy 100g (GLU) Roszponka Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g (MLE) Herbata 250 ml Kajzjerka 1 szt (PSZ)	Ser topiony 50 g (MLE) Dżem 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g (MLE) Herbata 250 ml Kajzjerka 1 szt (PSZ)	Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Kajzjerka 1 szt (PSZ)	Pasztet drobiowy 100g (GLU) Roszponka Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g (MLE) Herbata 250 ml Kajzjerka 1 szt (PSZ)	Dżem 100g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g (MLE) Herbata 250 ml Kajzjerka 1 szt (PSZ)	Pasztet drobiowy 100g (GLU) Roszponka Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g (MLE) Herbata 250 ml Kajzjerka 1 szt (PSZ)
	P: W:	Jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Suchary 3 szt	Jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt (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	
2026-04-03 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	Filet z ryby smażony(RYB,SEL)150g Ziemniaki300g Surówka z kiszonej kapusty150g Napój250ml	Filet rybny gotowany z warzywami(RYB,SEL)150g Ziemniaki300g Napój250ml	Filet rybny gotowany z warzywami150g(RYB,SEL) Ziemniaki300g Napój250ml	Filet rybny smażony(RYB,SEL)150g Ziemniaki300g Surówka z kiszonej kapusty150g Napój250ml	Filet rybny smażony150g(RYB,SEL) Ziemniaki300g Surówka z kwaszonej kapusty150g Napój250ml	Filet rybny smażony150g(RYB,SEL) Ziemniaki300g Surówka z kwaszonej kapusty150g Napój250ml	Filet rybny smażony150g(RYB,SEL) Ziemniaki300g Surówka z kwaszonej kapusty150g Napój250ml	Kotlet sojowy(SOJ)150g Surówka z kiszonej kapusty150g Ziemniaki300g Napój250ml	Filet z ryby gotowany z warzywami(RYB,SEL)150g Ziemniaki300g 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	Humus 80g 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	Wafele 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 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
04-04 -2026 Sobota	Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Biały ser100g(LAK)	Biały ser 100g(LAK) Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 m	Biały ser 100g(LAK) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Ogórek św. 50 g Pomidor 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Ogórek świeży50g Pomidor 50g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Biały ser100g(LAK) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Ogórek św. 50 g Pomidor 50 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Biały ser100g(LAK) 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 Jarzynowab/m350ml(SEL,MLE) Bułka 1 szt(GLU,PSZ)	Zupa Jarzynowa b/m350ml(GLU,SEL) Chleb graham150g(PSZ)	Zupa jarzyniowab/m350ml(SEL) Bułka 1 szt(GLU,PSZ)	Zupa jarzynowab/m350ml(GLU,PSZ) Bułka 1 szt(GLU,PSZ)	Zupa jarzynowab/m i b/350ml(SEL,MLE) Bułka 1 szt(GLU,PS)	Zupa jarzynowab/m350ml(SEL,MLE) Bułka 1 szt(GLU,PSZ)	Zupa jarzynowab/m350ml(SEL,MLE) Bułka 1 szt(GLU,PSZ)	Zupa jarzynowab/m350ml(SEL) Bułka 1 szt(GLU,PSZ)
	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-żytni 150g (GLU,PSZ) Herbata 250ml Masło25g(MLE)	Wędlina drobiowa80g Chleb pszenno-żytni150g(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

Kcal 2614 Białko ogółem 98,12 g Tłuszcz 68,92 g Węglowodany ogółem 418,15 g Sól 1,1g cukier 25,9g Kw .Tł. Nas.25,9g

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
05-04-2026 Niedziela	Śniadanie	Szynka100g(GLU) 1 jajko Ćwikła Chleb pszenno-żytni (GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata250ml Babka150g(GLU)	Szynka 100g(GLU) 1 jajko Ćwikła Chleb graham150g(GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata250ml Babka150g(GLU)	Szynka 100g(GLU) 1 jajko Ćwikła Chleb pszenney 150g(GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata250ml Babka150g(GLU)	Humus 120g Chleb pszenno-żytni150g (GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata250ml Babka150g(GLU)	Szynka100g(GLU) 1 jajko Ćwikła Chleb pszenno-żytni 150g(GLU,PSZ) Herbata250ml Babka150g(GLU)	Szynka100g(GLU) 1 jajko Ćwikła Chleb pszenno-żytni 150g Masło25g(MLE) Herbata250ml Babka 150g(GLU)	Humus 120g Chleb pszenno-żytni150g (GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata250ml Papryka 40g Babka150g(GLU)	Szynka100g(GLU) 1 jajko ćwikła Chleb pszenney 150g(GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata250ml Babka150g(GLU)
	II śniadanie						Dżem 100 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml		
	obiad	Rosół z makaronem350g(GLU,SEL) Kurczak opiekany150g Ziemniaki 300g Surówka z białej kapusty 120g	Rosół z makaronem150g Kurczak opiekany150g Ziemniaki 300g Surówka z białej kapusty120g	Rosół z makaronem150g Kurczak opiekany150g Ziemniaki 300 g Surówka z białej kapusty120g	Kotlet sojowy(SOJ) 150g Ziemniaki 300 g Surówka z białej kapusty120g	Rosół z makaronem350ml Ziemniaki 300 g Surówka z białej kapusty120g	Rosół z makaronem350ml Kurczak opiekany Ziemniaki 300 g Surówka z białej kapusty 120g	Kotlet sojowy (SOJ) 150g Ziemniaki 300 g Surówka z białej kapusty120	Rosół z makaronem350ml Kurczak opiekany150g Ziemniaki 300g Surówka z białej 120g
	podwieczorek						Wędlina drobiowa 80 g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml		
	kolacja	Biała kiełbasa100g Chrzan10g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Biała kiełbasa 100g Chrzan10g Chleb graham150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Biała kiełbasa 100g Chrzan10g Chleb pszenney 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Dżem100g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Biała kiełbasa 100g Chrzan10g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Biała kiełbasa100g Chrzan10g 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	Biała kiełbasa100g Chrzan10g Chleb pszenney 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml
	P.W								

Kcal 3171 Białko ogółem 104,23 g Tłuszcz 130,71 g Węglowodany ogółem 410,4 g Sód 1,3g Cukier 26,3g Kw .Tł. Nas 26,1g

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
06-04 -2026 Pomicdziałek	Śniadanie	1 jajko;majonez Baleron100g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Piernik120g(GLU)	1 jajko;majonez Baleron100g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Piernik120g(GLU)	1 jajko;majonez Baleron100g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Piernik120g(GLU)	Humuss 80g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Piernik120g(GLU)	1 jajko;majonez Baleron100g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml Piernik120g(GLU)	1 jajko;majonez Baleron100g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Piernik120g(GLU)	Humuss 80g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Piernik120g(GLU)	1 jajko;majonez Baleron100g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml Piernik120g(GLU)
	II śniadanie						Ser żółty 50 g(MLE) Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250ml		
	obiad	Schabowy150g(GU) Surówka z kwaszonej kapusty120g Ziemniaki 300g Napój 250 ml	Schabowy150g(GLU) Surówka z kwaszonej kapusty120g Ziemniaki 300g Napój 250 ml	Schabowy150g(GLU) Surówka z kwaszonej kapusty120g Ziemniaki 300g Napój 250 ml	Kotlet sojowy150g(SOJ) Surówka z kwaszonej kapusty120g Ziemniaki300g Napój 250 ml	Kotlet sojowy(SOJ) 120g Surówka z kwaszonej kapusty120g Ziemniaki 300 g Napój 250 ml	Schabowy150gGLU Surówka z kwaszonej kapusty120g Ziemniaki300g Napój 250 ml	Kotlet sojowy(SOJ) 120g Surówka z kwaszonej kapusty120g Ziemniaki 300 g Napój 250 ml	Schabowy150gGL Surówka z kwaszonej kapusty120g Ziemniaki 300g Napój 250 ml
	podwieczor ek						Jabłko 1 szt.		
	kolacja	Kiełbasa śląska 80g(GLU), Musztarda10g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Kiełbasa ślaska80g(GLU) Musztarda10g Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml	Kiełbasa śląska 80g(GLU) Musztarda10g 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 śląska 80g(GLU), Musztarda10g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 m	Kiełbasa śląska 80g(GLU) Musztarda10g 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 śląska 80g,(GLU) Musztarda10g Chleb pszenno-żytni 150 g (GLU,PSZ) Masło 25 g(MLE) Herbata 250 ml
	P.W								

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

		Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa	Dieta wątrobowa	Dieta wegetariańska	Dieta bezmleczna	Dieta wysokokaloryczna	Dieta wegańska	Dieta lekkostrawna
07-04 -2026 Wtorek	Śniadanie	Ser topiony 50g Kielbasa szynkowa 50g(GLU) Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata 250 ml	Ser topiony50g Kielbasa szynkowa50g(GL Chleb graham 150 g (GLU,PSZ) Masło 25g(MLE) Herbata 250 ml	Ser topiony50g Kielbasa szynkowa 50g(GLU Chleb pszenney 150 g (GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata 250 ml	Pasta warzywna 90 g Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata 250 ml	Kielbasa szynkowa 50g(GLU Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ) Herbata 250 ml	Ser topiony50g Kielbasa szynkowa 50g(GLU) Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata 250 ml	Pasta warzywna 90 g Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ) Masło25g(MLE) Herbata 250 ml	Ser topiony50g Kielbasa szynkowa 50g(GLU Chleb pszenney 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	Makaron na ostro z kielbasą 450g Napój 250 ml	Makaron na ostro z kielbasą450g Napój 250 ml	Makaron na ostro z kielbasą450g Napój 250 ml	Makaron na ostro 450g B/K Napój 250 ml	Makaron na ostro z kielbasą450g Napój250ml	Makaron na ostro z kielbasą450g Napój 250 ml	Makaron na ostro B/K Napój 250 ml	Makaron na ostro z kielbasą450g Napój 250ml
	podwieczorek						Kielbasa 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 pszenney 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 pszenney 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