

| Posiłek | PODSTAWOWA (D01) | LATWOSTRAWNA (D02) | Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW (D03) | LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (D02/M) | LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05) | ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (D02/ML) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 24.03.2026 wtorek | | | | | | |
| ŚNIADANIE | Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g Sałata 10g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) masło ekstra 15g(MLE) Płatki owsiane na mleku 400ml (MLE GLU PSZ) Herbata 300ml Jabłko 150g | Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb pszenny 100g (GLU PSZ) pomidor 50g Sałata 10g masło ekstra 15g (MLE) Płatki owsiane na mleku 400ml (MLE GLU PSZ) Herbata 300ml Jabłko 150g | Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g Sałata 10g chleb razowy żytni 100g (GLU ŻYT) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn w owsianymi 400ml (GLU PSZ) Herbata b/c 300ml Jabłko 150g IIŚN chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) z margaryną 10g(MLE) i wędliną wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) | Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb pszenny 100g (GLU PSZ) pomidor 50g Sałata 10g masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn w owsianymi 400ml (GLU PSZ) Herbata 300ml Jabłko pieczone 150g | Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb pszenny 100g (GLU PSZ) pomidor 50g Sałata 10g margaryna roślinna 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z owsianymi 400ml (GLU PSZ) Herbata 300ml Jabłko pieczone 150g | Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor b/skóry 50g Sałata 10g chleb pszenny 100g (GLU PSZ) Zupa na wywarze z jarzyn z owsianymi 400ml (GLU PSZ) Herbata 300ml Jabłko pieczone 150g |
| OBIAD | Zupa brokułowa z ziemniakami 400ml (GLU, MLE,SEL) Schab pieczony 100g (GLU PSZ) w sosie własnym 150g ziemniaki z koprem 200g Surówka z buraczków i jabłka z olejem 150g kompot 300ml | Zupa brokułowa z ziemniakami 400ml (GLU, MLE,SEL) Schab pieczony 100g (GLU PSZ) w sosie własnym 150g ziemniaki z koprem 200g Surówka z buraczków i jabłka z olejem 150g kompot 300ml | Zupa brokułowa z ziemniakami 400ml (GLU, MLE,SEL) Schab pieczony 100g (GLU PSZ) w sosie własnym 150g ziemniaki z koprem 200g Surówka z buraczków i jabłka z olejem 150g kompot b/c 300ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) Schab duszony 100g (GLU PSZ) w sosie własnym 150g ziemniaki z koprem 200g Buraczki gotowane 150g (GLU PSZ) kompot 300ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) Schab duszony 100g (GLU PSZ) w sosie własnym 150g ziemniaki z koprem 200g Buraczki gotowane 150g (GLU PSZ) kompot 300ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) Schab duszony 100g (GLU PSZ) w sosie własnym 150g ziemniaki z koprem 200g Buraczki gotowane 150g (GLU PSZ) kompot 300ml |
| PODWIECZOREK: ZPO, położnictwo, pediatria | Galaretką owocową 200g | Galaretką owocową 200g | Sok pomidorowy 100% 200 ml | Galaretką owocową 200g | Galaretką owocową 200g | Kisiel 200g |
| KOLACJA | Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) sałata 10g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml | Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml | Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) sałata 10g chleb razowy żytni 100g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml IIK chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) z margaryną 10g(MLE) i wędliną drobiową 30g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) | Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml | Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml | Szynka wyborowa wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*, SEL*, GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml |
| POSIŁEK NOCNY | Mus warzywno-owocowy 100g | Mus warzywno-owocowy 100g | Mus warzywno-owocowy 100g | Mus warzywno-owocowy 100g | Mus warzywno-owocowy 100g | Mus warzywno-owocowy 100g |
| | Energia:2021 kcal Białko104 Tuszcz:64g Kwasy tłuszczowe nasycone:23g Sód: 2401 mg Węglowodany 240g Cukier: 91,6g Błonnik spożywczy:35g | Energia:2007 kcal Białko 99g Tuszcz: 63 g Kwasy tłuszczowe nasycone:21 Sód: 2396 mg Węglowodany 240g Cukier: 94g Błonnik spożywczy: 33,8g | Energia:2236 kcal Białko:107 Tuszcz:68g Kwasy tłuszczowe nasycone:28 Sód: 2608 mg Węglowodany:240g Cukier: 102,5g Błonnik spożywczy:40,38g | Energia:2073kcal Białko100 Tuszcz 62g Kwasy tłuszczowe nasycone 20g Sód: 2392 mg Węglowodany:240g Cukier: 101g Błonnik spożywczy:30,21g | Energia:2073kcal Białko100 Tuszcz 62g Kwasy tłuszczowe nasycone 20g Sód: 2392 mg Węglowodany:240g Cukier: 101g Błonnik spożywczy:30,21g | Energia:2033,7kcal Białko 96g Tuszcz 61 Kwasy tłuszczowe nasycone 20g Sód: 2320,07 mg Węglowodany:240g Cukier: 109g Błonnik spożywczy:28g |