

2026-01-05 Poniedziałek

Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Żurek z jajkiem i kiełbasą (400g) / mąka pszenna, mleko, jaja, może zawierać gluten, soja, seler, gorczyca, sezam, łubin / 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) / mąka pszenna, mąka żytnia / 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna / 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Zupa krupnik z ziemniakami (400g) / białko mleka, seler, gluten zbóż / 2. <u>dieta podstawowa</u> : Bigos (300g) /białko mleka, gluten zbóż, soja, seler, gorczyca / + Bułka pszenna (100g) / mąka pszenna, mąka żytnia / <u>dieta łatwo strawna</u> : Makaron z mięsem i jarzynami (300g) /białko mleka, gluten zbóż, jaja, pszena / seler/ 3. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Pasta rybno - serowa (80g) / ryba, białko mleka, gluten zbóż / 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (75g) / mąka graham, mąka pszenna / 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszena / 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1880.3 Białko [g]: 75.4 Tłuszcz [g]: 58.4 Kwasy tł.nasycone [g]: 24.3 Węglowodany og. [g]: 273.11 Cukier [g]: 16.44 Błonnik [g]: 19.84 Sód [mg]: 3239.78 Sól [g]: 8.09	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1907.1 Białko [g]: 76 Tłuszcz [g]: 60.1 Kwasy tł.nasycone [g]: 25.2 Węglowodany og. [g]: 274.45 Cukier [g]: 17.65 Błonnik [g]: 17.95 Sód [mg]: 2366.91 Sól [g]: 5.91
---	--

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Żurek z kiełbasą i jajkiem (400g) / mąka pszenna, mleko, jaja, może zawierać gluten, soja, seler, gorczyca, sezam, łubin / 2. Masło (10g) 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszena / 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Kisiel (200g)	1. Zupa krupnik z ziemniakami (400g) / białko mleka, seler, gluten zbóż / 2. Makaron z mięsem i jarzynami (300g) / białko mleka, gluten zbóż, jaja, seler / 3. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jabłko pieczone (100g)	1. Pasta rybno - serowa (80g) / ryba, białko mleka, gluten zbóż / 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszena / 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1999.1 Białko [g]: 76.2 Tłuszcz [g]: 60.5 Kwasy tł.nasycone [g]: 25.3 Węglowodany og. [g]: 302.67 Cukier [g]: 32.34 Błonnik [g]: 30.68 Sód [mg]: 2138.72 Sól [g]: 5.34
--

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

* Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

2026-01-06 Wtorek

Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Wędlina (40g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/ + Krem z twarożku (30g) /białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka pszenna, mąka żytnia/ 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Zupa jarzynowa z makaronem (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż, możliwość jaj/ 2. <u>dieta podstawowa</u> : Kotlet mielony drobiowy smażony (100g) /gluten zbóż, jaja, białko mleka/ <u>dieta łatwo strawna</u> : Pulpet drobiowy gotowany (100g) /gluten zbóż, jaja, białko mleka/ 3. Marchewka oprószana (100g) /gluten zbóż, białko mleka/ 4. Ziemniaki (150g) /białko mleka/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Wędlina (50g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/ 2. Pasta pomidorowa z jabłkiem (30g) 3. Masło (10g) /białko mleka/ 4. Chleb graham (75g) /mąka graham, mąka pszenna/ 5. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 6. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1496.9 Białko [g]: 81.8 Tłuszcz [g]: 45.9 Kwasy tł.nasycone [g]: 17.2 Węglowodany og. [g]: 198.41 Cukier [g]: 19.66 Błonnik [g]: 18.92 Sód [mg]: 2087.06 Sól [g]: 5.21	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1416 Białko [g]: 81.5 Tłuszcz [g]: 36.3 Kwasy tł.nasycone [g]: 16.7 Węglowodany og. [g]: 199.83 Cukier [g]: 20.25 Błonnik [g]: 18.42 Sód [mg]: 2095.82 Sól [g]: 5.23
---	--

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Wędlina (40g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/ + Krem z twarożku (30g) /białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jogurt naturalny (150g) /białko mleka/ 2. Pulpet drobiowy gotowany (100g) /gluten zbóż, jaja, białko mleka/ 3. Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100g) 4. Ziemniaki (150g) /białko mleka/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Zupa jarzynowa z makaronem (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż, możliwość jaj/ 2. Pulpet drobiowy gotowany (100g) /gluten zbóż, jaja, białko mleka/ 3. Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100g) 4. Ziemniaki (150g) /białko mleka/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Krakersy (50g) /gluten zbóż, soja, białko mleka, jaja, orzechy/ 2. Pasta pomidorowa z jabłkiem (30g) 3. Masło (10g) /białko mleka/ 4. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Wędlina (50g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/ 2. Pasta pomidorowa z jabłkiem (30g) 3. Masło (10g) /białko mleka/ 4. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1636.3 Białko [g]: 90 Tłuszcz [g]: 47.9 Kwasy tł.nasycone [g]: 23.4 Węglowodany og. [g]: 225.44 Cukier [g]: 26.4 Błonnik [g]: 28.5 Sód [mg]: 2328.24 Sól [g]: 5.82
--

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

* Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

2026-01-07 Środa

Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Twarożek z rzodkiewką (80g) /białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka pszenna, mąka żytnia/ 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. <u>dieta podstawowa</u> : Zupa grochowa z ziemniakami (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż/ <u>dieta lekkostrawna</u> : Zupa jarzynowa z ziemniakami (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż/ 2. <u>dieta podstawowa</u> : Racuchy drożdżowe z jabłkiem (300g) /białko mleka, jaja, gluten zbóż/ <u>dieta lekkostrawna</u> : Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem (300g) /białko mleka/ 3. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Galaretka drobiowa (180g) /soja, gorczyca, seler/ + Cytryna (10g) 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka pszenna, mąka żytnia/ 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1742.4 Białko [g]: 67 Tłuszcz [g]: 52.7 Kwasy tł.nasycone [g]: 17.6 Węglowodany og. [g]: 257.75 Cukier [g]: 22.92 Błonnik [g]: 15.76 Sód [mg]: 2919.95 Sól [g]: 7.29	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1348.1 Białko [g]: 55.2 Tłuszcz [g]: 30.3 Kwasy tł.nasycone [g]: 16.5 Węglowodany og. [g]: 219.62 Cukier [g]: 22.56 Błonnik [g]: 12.28 Sód [mg]: 2872.21 Sól [g]: 7.18
---	--

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Twarożek z rzodkiewką (80g) /białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Kisiel (200g)	1. Zupa jarzynowa z ziemniakami (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż/ 2. Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem (300g) /białko mleka/ 3. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jogurt naturalny (150g) /białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Galaretka drobiowa (180g) /soja, gorczyca, seler/ + Cytryna (10g) 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1455.2 Białko [g]: 60.6 Tłuszcz [g]: 32.9 Kwasy tł.nasycone [g]: 18.2 Węglowodany og. [g]: 240.14 Cukier [g]: 39.87 Błonnik [g]: 22.36 Sód [mg]: 2726.41 Sól [g]: 6.81
--

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

* Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

2026-01-07 Środa
Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Twarożek z rzodkiewką (80g) / białko mleka / 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) / mąka pszenna, mąka żytnia / 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna / 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. <u>dieta podstawowa</u> : Zupa grochowa z ziemniakami (400g) / białko mleka, seler, gluten zbóż / <u>dieta lekkostrawna</u> : Zupa jarzynowa z ziemniakami (400g) / białko mleka, seler, gluten zbóż / 2. Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem (300g) / białko mleka / 3. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Galaretka drobiowa (180g) / soja, gorczyca, seler / + Cytryna (10g) 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) / mąka pszenna, mąka żytnia / 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna / 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1742.4 Białko [g]: 67 Tłuszcz [g]: 52.7 Kwasy tł.nasycone [g]: 17.6 Węglowodany og. [g]: 257.75 Cukier [g]: 22.92 Błonnik [g]: 15.76 Sód [mg]: 2919.95 Sól [g]: 7.29	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1348.1 Białko [g]: 55.2 Tłuszcz [g]: 30.3 Kwasy tł.nasycone [g]: 16.5 Węglowodany og. [g]: 219.62 Cukier [g]: 22.56 Błonnik [g]: 12.28 Sód [mg]: 2872.21 Sól [g]: 7.18
---	--

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Twarożek z rzodkiewką (80g) / białko mleka / 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna / 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Kisiel (200g)	1. Zupa jarzynowa z ziemniakami (400g) / białko mleka, seler, gluten zbóż / 2. Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem (300g) / białko mleka / 3. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jogurt naturalny (150g) / białko mleka / 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna / 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Galaretka drobiowa (180g) / soja, gorczyca, seler / + Cytryna (10g) 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna / 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1455.2 Białko [g]: 60.6 Tłuszcz [g]: 32.9 Kwasy tł.nasycone [g]: 18.2 Węglowodany og. [g]: 240.14 Cukier [g]: 39.87 Błonnik [g]: 22.36 Sód [mg]: 2726.41 Sól [g]: 6.81
--

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

* Zastrzeża się zmiany w jadłospisie.

2026-01-08 Czwartek
Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Zupa mleczna z lanym ciastem (400g) / białko mleka, jaja, gluten zbóż / + Dżem (30g) 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) / mąka pszenna, mąka żytnia / 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna / 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Zupa jarzynowa z ziemniakami (400g) / białko mleka, seler, gluten zbóż / 2. Zrazy z mięsa wieprzowego pieczone (100g) / gluten zbóż, jaja, białko mleka / 3. <u>dieta podstawowa</u> : Kasza gryczana (150g) <u>dieta łatwo strawna</u> : Kasza jęczmienna (150g) / gluten zbóż / 4. Buraczki gotowane z jabłkiem (100g) 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. <u>dieta podstawowa</u> : Sałatka rybno – jarzynowa (80g) / ryba, seler, białko mleka / <u>dieta łatwo strawna</u> : Pasta rybno - jarzynowa (80g) / ryba, seler, białko mleka / 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb graham (75g) / mąka graham, mąka pszenna / 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna / 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa:	Dieta łatwo strawna:
Energia [kcal]: 1919.3	Energia [kcal]: 1855.5
Białko [g]: 69.8	Białko [g]: 68.1
Tłuszcz [g]: 38.8	Tłuszcz [g]: 36.1
Kwasy tł.nasycone [g]: 18	Kwasy tł.nasycone [g]: 17.8
Węglowodany og. [g]: 334.38	Węglowodany og. [g]: 328.11
Cukier [g]: 40.91	Cukier [g]: 43.23
Błonnik [g]: 23.62	Błonnik [g]: 27.46
Sód [mg]: 2265.14	Sód [mg]: 2199.29
Sól [g]: 5.66	Sól [g]: 5.49

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Jajko (60g) + Surówka z kapusty pekińskiej z warzywami i olejem (60g) 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna / 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jabłko pieczone (100g)	1. Zupa jarzynowa z ziemniakami (400g) / białko mleka, seler, gluten zbóż / 2. Zrazy z mięsa wieprzowego pieczone (100g) / gluten zbóż, jaja, białko mleka / 3. Kasza gryczana (150g) 4. Buraczki gotowane z jabłkiem (100g) 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Bułka graham (50g) / mąka graham, mąka pszenna / 2. Ser topiony (17g) / białko mleka / 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna / 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Pasta rybno - jarzynowa (80g) / ryba, seler, białko mleka / 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna / 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:
Energia [kcal]: 1851.1
Białko [g]: 68.1
Tłuszcz [g]: 40.6
Kwasy tł.nasycone [g]: 17.9
Węglowodany og. [g]: 325.02
Cukier [g]: 21.95
Błonnik [g]: 43.77
Sód [mg]: 2364.98
Sól [g]: 5.91

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

* Zastrzeżenie zmiany w jadłospisie.

2026-01-09 Piątek
Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Barszcz biały z jajkiem (400g) /mąka pszenna, mleko, jaja, może zawierać gluten, soja, seler, gorczyca, sezam, łubin/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka pszenna, mąka żytnia/ 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż/ 2. dieta podstawowa: Kopytka z masłem (300g) /gluten zbóż, jaja, białko mleka/ + Sos pieczarkowy (50g) /gluten zbóż, białko mleka/ + Surówka z kiszanej kapusty z olejem (100g) dieta łatwo strawna: Kopytka z masłem (300g) /gluten zbóż, jaja, białko mleka/ + Jarzynka gotowana (100g) /seler, białko mleka, gluten zbóż/ 3. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Twarożek (80g) /białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (75g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1823.3 Białko [g]: 57.9 Tłuszcz [g]: 51.2 Kwasy tł.nasycone [g]: 24.3 Węglowodany og. [g]: 294.4 Cukier [g]: 15.84 Błonnik [g]: 23.64 Sód [mg]: 1672.48 Sól [g]: 4.18	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1772.6 Białko [g]: 57.9 Tłuszcz [g]: 44.4 Kwasy tł.nasycone [g]: 24.9 Węglowodany og. [g]: 297 Cukier [g]: 16.9 Błonnik [g]: 23.62 Sód [mg]: 1556.71 Sól [g]: 3.89
--	--

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Barszcz biały z jajkiem (400g) /mąka pszenna, mleko, jaja, może zawierać gluten, soja, seler, gorczyca, sezam, łubin/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jogurt naturalny (150g) /białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż/ 2. Kopytka z masłem (300g) /gluten zbóż, jaja, białko mleka/ + Surówka z kiszanej kapusty z olejem (100g) 3. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Bułka graham (50g) /mąka graham, mąka pszenna/ 2. Humus (35g) /sezam/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Twarożek (80g) /białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1962.5 Białko [g]: 68.4 Tłuszcz [g]: 52.4 Kwasy tł.nasycone [g]: 27 Węglowodany og. [g]: 322.51 Cukier [g]: 21.82 Błonnik [g]: 36.71 Sód [mg]: 1676.54 Sól [g]: 4.19
--

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.
* Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

2026-01-10 Sobota
Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
-------------	-------	---------

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Wędlina (40g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/ + Pomidor (30g) 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka pszenna, mąka żytnia/ 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Zupa pomidorowa z makaronem (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż, jaja/ 2. dieta podstawowa: Kaszanka zasmażana z cebulą (150g) /soja, białko mleka, gluten zbóż, gorczyca, seler/ + Ogórek kiszony (60g) dieta łatwo strawna: Potrawka drobiowo – jarzynowa (150g) /białko mleka, gluten zbóż, seler/ 3. Ziemniaki (150g) /białko mleka/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Pasta jajeczna z musztardą i majerankiem (80g) /jaja, białko mleka, gorczyca/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (75g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1386.5 Białko [g]: 51.3 Tłuszcz [g]: 51.4 Kwasy tł.nasycone [g]: 20 Węglowodany og. [g]: 184 Cukier [g]: 10.6 Błonnik [g]: 8.85 Sód [mg]: 3154.85 Sól [g]: 7.88	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1230.7 Białko [g]: 50.2 Tłuszcz [g]: 37.4 Kwasy tł.nasycone [g]: 16.5 Węglowodany og. [g]: 179.07 Cukier [g]: 10.3 Błonnik [g]: 11.82 Sód [mg]: 2007.11 Sól [g]: 5.01
--	---

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Wędlina (50g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/ + Pomidor (30g) 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jabłko pieczone (150g)	1. Zupa pomidorowa z makaronem (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż, jaja/ 2. Potrawka drobiowo – jarzynowa (150g) /białko mleka, gluten zbóż, seler/ 3. Ziemniaki (150g) /białko mleka/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Kefir (150g) /białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Pasta jajeczna z musztardą i majerankiem (80g) /jaja, białko mleka, gorczyca/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1327.7 Białko [g]: 56.5 Tłuszcz [g]: 41.4 Kwasy tł.nasycone [g]: 18.8 Węglowodany og. [g]: 194.34 Cukier [g]: 19.59 Błonnik [g]: 24.56 Sód [mg]: 1825.71 Sól [g]: 4.56
--

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

* Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

2026-01-11 Niedziela
Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Wędlina (40g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/ 2. Pasta pomidorowa z jabłkiem (30g)	1. Zupa grysikowa z warzywami (400g) /białko mleka, seler, możliwość glutenu/ 2. Gulasz wieprzowy z jarzynami (150g) /białko	1. Twarożek z siemieniem lnianym (80g) /białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/

I śniadanie	obiad	kolacja
3. Masło (10g) / białko mleka / 4. Chleb pszenny baltonowski (75g) / mąka pszenna, mąka żytnia / 5. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna / 6. Herbata napar bez cukru (250g)	mleka, seler, gluten zbóż / 3. Ziemniaki (150g) / białko mleka / 4. Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100g) 5. Herbata napar bez cukru (250g)	3. Chleb graham (75g) / mąka graham, mąka pszenna / 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna / 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa:	Dieta łatwo strawna:
Energia [kcal]: 1759.5	Energia [kcal]: 1759.5
Białko [g]: 78.3	Białko [g]: 78.3
Tłuszcz [g]: 59.1	Tłuszcz [g]: 59.1
Kwasy tł.nasycone [g]: 21.9	Kwasy tł.nasycone [g]: 21.9
Węglowodany og. [g]: 238.51	Węglowodany og. [g]: 238.51
Cukier [g]: 12.6	Cukier [g]: 12.6
Błonnik [g]: 20.11	Błonnik [g]: 20.11
Sód [mg]: 2050.49	Sód [mg]: 2050.49
Sól [g]: 5.12	Sól [g]: 5.12

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Wędlina (40g) / białko mleka, soja, gluten zbóż / 2. Pasta pomidorowa z jabłkiem (30g) 3. Masło (10g) / białko mleka / 4. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna / 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jogurt naturalny (250g) / białko mleka / 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna / 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Zupa grysikowa z warzywami (400g) / białko mleka, seler, możliwość glutenu / 2. Gulasz wieprzowy z jarzynami (150g) / białko mleka, seler, gluten zbóż / 3. Ziemniaki (150g) / białko mleka / 4. Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100g) 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jabłko pieczone (150g)	1. Twarożek z siemieniem lnianym (80g) / białko mleka / 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna / 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:
Energia [kcal]: 1833.3
Białko [g]: 83.3
Tłuszcz [g]: 61.8
Kwasy tł.nasycone [g]: 23.3
Węglowodany og. [g]: 252.29
Cukier [g]: 19.23
Błonnik [g]: 32.85
Sód [mg]: 1871.58
Sól [g]: 4.67

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

* Zastrzeżenie zmiany w jadłospisie.

2026-01-12 Poniedziałek Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
-------------	-------	---------

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Żurek z jajkiem i kiełbasą (400g) / mąka pszenna, mleko, jaja, może zawierać gluten, soja, seler, gorczyca, sezam, łubin/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) / mąka pszenna, mąka żytnia/ 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna / 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Barszcz ukraiński z ziemniakami (400g) / białko mleka, seler, gluten zbóż/ 2. <u>dieta podstawowa:</u> Krokiety (300g) / gluten zbóż, jaja, białko mleka/ <u>dieta łatwo strawna:</u> Leczo jarzynowe z cukinii z jarzynami (150g) / białko mleka, seler, gluten zbóż/ 3. Ryż na sypko (150g) 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Pasta rybno - serowa (80g) / ryba, białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (75g) / mąka graham, mąka pszenna/ 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa:	Dieta łatwo strawna:
Energia [kcal]: 1696.1	Energia [kcal]: 1824.9
Białko [g]: 62.3	Białko [g]: 61.8
Tłuszcz [g]: 58.2	Tłuszcz [g]: 47.8
Kwasy tł.nasycone [g]: 22.7	Kwasy tł.nasycone [g]: 19.9
Węglowodany og. [g]: 239.58	Węglowodany og. [g]: 295.98
Cukier [g]: 25.5	Cukier [g]: 24.19
Błonnik [g]: 17.89	Błonnik [g]: 18.67
Sód [mg]: 2479.98	Sód [mg]: 2170.82
Sól [g]: 6.19	Sól [g]: 5.42

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Żurek z jajkiem i kiełbasą (400g) / mąka pszenna, mleko, jaja, może zawierać gluten, soja, seler, gorczyca, sezam, łubin/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jogurt naturalny (150g)	1. Barszcz ukraiński z ziemniakami (400g) / białko mleka, seler, gluten zbóż/ 2. Leczo jarzynowe z cukinii z jarzynami (150g) / białko mleka, seler, gluten zbóż/ 3. Ryż na sypko (150g) 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Bułka graham (50g) / mąka graham, mąka pszenna/ 2. Paszтет drobiowy (35g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/ 3. Ryż na sypko (150g)	1. Pasta rybno - serowa (80g) / ryba, białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:
Energia [kcal]: 2007.2
Białko [g]: 72.6
Tłuszcz [g]: 55.5
Kwasy tł.nasycone [g]: 22.4
Węglowodany og. [g]: 320.19
Cukier [g]: 29.23
Błonnik [g]: 31.76
Sód [mg]: 2378.5
Sól [g]: 5.94

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

* Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

2026-01-12 Poniedziałek
Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Żurek z jajkiem i kiełbasą (400g) / mąka pszenna, mleko, jaja, może zawierać gluten, soja, seler, gorczyca, sezam, łubin/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) / mąka pszenna, mąka żytnia/ 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Barszcz ukraiński z ziemniakami (400g) / białko mleka, seler, gluten zbóż/ 2. Leczo jarzynowe z cukinii z jarzynami (150g) / białko mleka, seler, gluten zbóż/ 3. Ryż na sypko (150g) 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Pasta rybno - serowa (80g) / ryba, białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (75g) / mąka graham, mąka pszenna/ 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa:	Dieta łatwo strawna:
Energia [kcal]: 1696.1	Energia [kcal]: 1824.9
Białko [g]: 62.3	Białko [g]: 61.8
Tłuszcz [g]: 58.2	Tłuszcz [g]: 47.8
Kwasy tł.nasycone [g]: 22.7	Kwasy tł.nasycone [g]: 19.9
Węglowodany og. [g]: 239.58	Węglowodany og. [g]: 295.98
Cukier [g]: 25.5	Cukier [g]: 24.19
Błonnik [g]: 17.89	Błonnik [g]: 18.67
Sód [mg]: 2479.98	Sód [mg]: 2170.82
Sól [g]: 6.19	Sól [g]: 5.42

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Żurek z jajkiem i kiełbasą (400g) / mąka pszenna, mleko, jaja, może zawierać gluten, soja, seler, gorczyca, sezam, łubin/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jogurt naturalny (150g)	1. Barszcz ukraiński z ziemniakami (400g) / białko mleka, seler, gluten zbóż/ 2. Leczo jarzynowe z cukinii z jarzynami (150g) / białko mleka, seler, gluten zbóż/ 3. Ryż na sypko (150g) 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Bułka graham (50g) / mąka graham, mąka pszenna/ 2. Pasztet drobiowy (35g) / białko mleka, soja, gluten zbóż/	1. Pasta rybno - serowa (80g) / ryba, białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:
Energia [kcal]: 2007.2
Białko [g]: 72.6
Tłuszcz [g]: 55.5
Kwasy tł.nasycone [g]: 22.4
Węglowodany og. [g]: 320.19
Cukier [g]: 29.23
Błonnik [g]: 31.76
Sód [mg]: 2378.5
Sól [g]: 5.94

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

* Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Zupa mleczna z płatkami owsianymi (400g) / białko mleka, gluten zbóż / + Dżem (30g) 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) / mąka pszenna, mąka żytnia / 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna / 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Zupa kminkowa z lanym ciastem (400g) / białko mleka, seler, gluten zbóż, jaja / 2. <u>dieta podstawowa</u> : Kotlet schabowy (100g) / gluten zbóż, jaja, białko mleka / + Kapusta zasmażana (100g) / gluten zbóż / <u>dieta łatwo strawna</u> : Schab duszony w sosie (100g) / gluten zbóż / + Marchewka oprószana (100g) / gluten zbóż, białko mleka / 3. Ziemniaki (150g) / białko mleka / 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Pasta jajeczna z zieleniną (80g) / białko mleka, jaja / 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb graham (75g) / mąka graham, mąka pszenna / 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna / 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1603.9 Białko [g]: 61.2 Tłuszcz [g]: 54.3 Kwasy tł.nasycone [g]: 20.1 Węglowodany og. [g]: 224.14 Cukier [g]: 30.53 Błonnik [g]: 13.32 Sód [mg]: 1914.16 Sól [g]: 4.78	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1459.8 Białko [g]: 62.9 Tłuszcz [g]: 40.7 Kwasy tł.nasycone [g]: 19.8 Węglowodany og. [g]: 217.43 Cukier [g]: 34.4 Błonnik [g]: 14.41 Sód [mg]: 1824.36 Sól [g]: 4.56
---	---

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Wędlina (40g) / białko mleka, soja, gluten zbóż / + Pomidor (30g) 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna / 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jabłko pieczone (150g)	1. Zupa kminkowa z lanym ciastem (400g) / białko mleka, seler, gluten zbóż, jaja / 2. Schab duszony w sosie (100g) / gluten zbóż, białko mleka / + Marchewka oprószana (100g) / gluten zbóż, białko mleka / 3. Ziemniaki (150g) / białko mleka / 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Bułka graham (50g) / mąka graham, mąka pszenna / 2. Ser żółty (25g) / białko mleka / 3. Masło (5g) / białko mleka / 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Pasta jajeczna z zieleniną (80g) / białko mleka, jaja / 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna / 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1411.5 Białko [g]: 65.1 Tłuszcz [g]: 40.6 Kwasy tł.nasycone [g]: 19.4 Węglowodany og. [g]: 210.45 Cukier [g]: 12.63 Błonnik [g]: 28.28 Sód [mg]: 1985.69 Sól [g]: 4.96
--

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.
* Zastrzeżę się zmiany w jadłospisie.

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Wędlina (40g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka pszenna, mąka żytnia/ 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Zupa wielowarzywna z kaszą jaglaną (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż/ 2. dieta podstawowa: Pierogi ruskie (300g) /gluten zbóż, jaja, białko mleka/ dieta łatwo strawna: Makaron z serem białym (300g) /gluten zbóż, jaja, białko mleka/ 3. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Pasta rybno - jarzynowa (80g) /ryba, białko mleka, seler/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (75g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 2136.6 Białko [g]: 79.9 Tłuszcz [g]: 76.6 Kwasy tł.nasycone [g]: 33.4 Węglowodany og. [g]: 291.95 Cukier [g]: 39.27 Błonnik [g]: 20.54 Sód [mg]: 1862.02 Sól [g]: 4.65	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 2091.7 Białko [g]: 84.4 Tłuszcz [g]: 52.8 Kwasy tł.nasycone [g]: 28.8 Węglowodany og. [g]: 329.03 Cukier [g]: 23.66 Błonnik [g]: 18.9 Sód [mg]: 1844.59 Sól [g]: 4.61
---	---

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Wędlina (40g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jogurt naturalny (150g) /białko mleka/ 2. Makaron z serem białym (300g) /gluten zbóż, jaja, białko mleka/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Zupa wielowarzywna z kaszą jaglaną (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż/ 2. Makaron z serem białym (300g) /gluten zbóż, jaja, białko mleka/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Bułka graham (50g) /mąka graham, mąka pszenna/ 2. Ser topiony (17g) /białko mleka/ 3. Masło (5g) /białko mleka/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Pasta rybno - jarzynowa (80g) /ryba, białko mleka, seler/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 2254.3 Białko [g]: 95.3 Tłuszcz [g]: 57.6 Kwasy tł.nasycone [g]: 31.9 Węglowodany og. [g]: 354.08 Cukier [g]: 29.11 Błonnik [g]: 31.19 Sód [mg]: 2099.97 Sól [g]: 5.24
--

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

* Zastrzegą się zmiany w jadłospisie.

2026-01-14 Środa
Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
-------------	-------	---------

1. Wędlina (40g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/
2. Masło (10g) /białko mleka/
3. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka pszenna, mąka żytnia/
4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/
5. Herbata napar bez cukru (250g)

1. Zupa wielowarzywna z kaszą jaglaną (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż/
2. Makaron z serem białym (300g) /gluten zbóż, jaja, białko mleka/
3. Herbata napar bez cukru (250g)

1. Pasta rybno - jarzynowa (80g) /ryba, białko mleka, seler/
2. Masło (10g) /białko mleka/
3. Chleb graham (75g) /mąka graham, mąka pszenna/
4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/
5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa:	Dieta łatwo strawna:
Energia [kcal]: 2136.6	Energia [kcal]: 2091.7
Białko [g]: 79.9	Białko [g]: 84.4
Tłuszcz [g]: 76.6	Tłuszcz [g]: 52.8
Kwasy tł.nasycone [g]: 33.4	Kwasy tł.nasycone [g]: 28.8
Węglowodany og. [g]: 291.95	Węglowodany og. [g]: 329.03
Cukier [g]: 39.27	Cukier [g]: 23.66
Błonnik [g]: 20.54	Błonnik [g]: 18.9
Sód [mg]: 1862.02	Sód [mg]: 1844.59
Sól [g]: 4.65	Sól [g]: 4.61

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Wędlina (40g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jogurt naturalny (150g) /białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Zupa wielowarzywna z kaszą jaglaną (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż/ 2. Makaron z serem białym (300g) /gluten zbóż, jaja, białko mleka/ 3. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Bułka graham (50g) /mąka graham, mąka pszenna/ 2. Ser topiony (17g) /białko mleka/ 3. Masło (5g) /białko mleka/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Pasta rybno - jarzynowa (80g) /ryba, białko mleka, seler/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:
Energia [kcal]: 2254.3
Białko [g]: 95.3
Tłuszcz [g]: 57.6
Kwasy tł.nasycone [g]: 31.9
Węglowodany og. [g]: 354.08
Cukier [g]: 29.11
Błonnik [g]: 31.19
Sód [mg]: 2099.97
Sól [g]: 5.24

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

* Zastrzega się zmiany w jadłospisie.