

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.11					
Dieta	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; masło 15 g; serek topiony 50 g; szynka z kurczaka 50 g; pomidor 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; szynka z kurczaka 50 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; szynka z kurczaka 50 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszeniczny 100 g; masło 15 g; serek topiony 50 g; szynka z kurczaka 50 g; pomidor 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; masło 15 g; serek topiony 50 g; szynka z kurczaka 50 g; pomidor 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
II Śniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; twaróg 30 g; sałata 10 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszeniczny 30 g; masło 5 g; twaróg 30 g; sałata 10 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Biskvity 50 g; jabłko 1 szt. ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne
Obiad	Zupa pieczarkowa 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; gulasz drobiowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); buraczki 80 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa koperkowa 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; gulasz drobiowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); buraczki 80 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa koperkowa 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; gulasz drobiowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); buraczki 80 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa pieczarkowa 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; gulasz drobiowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); buraczki 80 g; woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa pieczarkowa 350 ml; kasza jęczmienna 250 g; gulasz drobiowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); buraczki 80 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Podwieczorek			Ciasto zebra 50 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Gruszka 1 szt.	Ciasto zebra 50 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; margaryna 15 g; sałatka jarzynowa z majonezem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; sałatka jarzynowa z jogurtem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; sałatka jarzynowa z jogurtem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Chleb żytnio-pszeniczny 100 g; margaryna 15 g; sałatka jarzynowa z majonezem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; masło 15 g; sałatka jarzynowa z majonezem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Posiłek wieczorny	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt naturalny 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Składniki odżywcze	E: 2159,8 kcal; B: 67,6 g; T: 105,1 g; W: 246 g B:12%; T:44%; W:44%; NKT: 13 g; Błonnik: 24 g; Sól: 6 g; Cukry: 28 g	E: 1836,5 kcal; B: 99,5 g; T: 54,5 g; W: 246,5 g B:22%; T:27%; W:52%; NKT:12 g; Błonnik: 22 g; Sól: 6 g; Cukry: 27 g	E: 2321,3 kcal; B: 105,5 g; T: 61,9 g; W: 347,9 g B:18%; T:24%; W:58%; NKT: 12 g; Błonnik: 23 g; Sól: 6 g; Cukry: 28 g	E: 2393,8 kcal; B: 65,1 g; T: 110,5 g; W: 297,3 g B:11%; T:42%; W:48%; NKT: 13 g; Błonnik: 25 g; Sól: 6 g; Cukry: 27 g	E: 2958,8 kcal; B: 82,4 g; T: 115,6 g; W: 415,2 g B:11%; T:35%; W:54%; NKT: 13 g; Błonnik: 25 g; Sól: 6 g; Cukry: 29 g
JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.11					
Dieta	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza

Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 50 g; dżem truskawkowy 50 g; jogurt naturalny 100 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 50 g; dżem truskawkowy 50 g; jogurt naturalny 100 g; pomidor b/skórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 50 g; dżem truskawkowy 50 g; jogurt naturalny 100 g; pomidor b/skórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 100 g; jogurt naturalny 100 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 50 g; dżem truskawkowy 50 g; jogurt naturalny 100 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
II Śniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor b/ skórki 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 30 g; masło 5 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Banan 1 szt.
Obiad	Zupa jarzynowa 350 ml; ziemniaki 200 g; kotlet schabowy smażony 110 g; surówka z kapusty 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, seler i produkty pochodne	Zupa jarzynowa 350 ml; ziemniaki 200 g; kotlet schabowy pieczony 100 g; marchew gotowana 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: seler i produkty pochodne	Zupa jarzynowa 350 ml; ziemniaki 200 g; kotlet schabowy pieczony 100 g; marchew gotowana 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: seler i produkty pochodne	Zupa jarzynowa 350 ml; ziemniaki 200 g; kotlet schabowy smażony 110 g; surówka z kapusty 130 g; woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, seler i produkty pochodne	Zupa jarzynowa 350 ml; ziemniaki 250 g; kotlet schabowy smażony 110 g; surówka z kapusty 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, seler i produkty pochodne
Podwieczorek			Budyń z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Budyń bez cukru 150 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Budyń z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; ser żółty 50 g; szynka z kurczaka 50 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; margaryna 15 g; ser żółty 50 g; szynka z kurczaka 50 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; ser żółty 50 g; szynka z kurczaka 50 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne
Posiłek wieczorny	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g
Składniki odżywcze	E: 2194,8 kcal; B: 88,5 g; T: 78,6 g; W: 290,2 g B:16%; T:32%; W:51%; NKT: 12 g; Błonnik: 27 g; Sól: 5 g; Cukry: 25 g	E: 1944,2 kcal; B: 90 g; T: 69 g; W: 249,8 g B:19%; T:32%; W:49%; NKT: 11 g; Błonnik: 18 g; Sól: 6 g; Cukry: 25 g	E: 2243,2kcal; B: 102,9 g; T: 78,3 g; W: 291,3 g B:18%; T:32%; W:50; NKT: 11 g; Błonnik: 18 g; Sól: 6 g; Cukry: 25 g	E: 2245,2 kcal; B: 103,2 g; T: 93,9 g; W: 258,3 g B:18%; T:38%; W:44%; NKT: 12 g; Błonnik: 24 g; Cukry: 25 g	E: 2722,9 kcal; B: 117,2 g; T: 83,1 g; W: 390,6 g B:17%; T:28%; W:55%; NKT:12 g; Blnnik: 25 g; Sól: 7 g; Cukry: 29 g
JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.11					
Dieta	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza

Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenno-żytni 50 g; masło 15 g; twaróg ze szczypiorkiem 100 g; sałata 35 g; rzodkiewka 10 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; twaróg z natką 100 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; twaróg z natką 100 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; twaróg ze szczypiorkiem 100 g; sałata 35 g; rzodkiewka 10 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenno-żytni 50 g; masło 15 g; twaróg ze szczypiorkiem 100 g; sałata 35 g; rzodkiewka 10 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
II Śniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; szynka z kurczaka 30 g; pomidor b/ skórki 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; szynka z kurczaka 30 g; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Galełka 200 g
Obiad	Zupa ogórkowa 350 ml; makaron 200 g; sos śmietanowo-cukiniowym z kurczakiem i marchewką 150 g; kalafior gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa ziemniaczana 350 ml; makaron 200 g; sos mleczno-cukiniowym z kurczakiem i marchewką 150 g; kalafior gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa ziemniaczana 350 ml; makaron 200 g; sos mleczno-cukiniowym z kurczakiem i marchewką 150 g kalafior gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa ogórkowa 350 ml; makaron 200 g; sos śmietanowo-cukiniowym z kurczakiem i marchewką 150 g; kalafior gotowany 130 g; woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa ogórkowa 350 ml; makaron 250 g; sos śmietanowo-cukiniowym z kurczakiem i marchewką 150 g; kalafior gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Podwieczorek			Kisiel z cukrem 200 g	Kisiel b/cukru 200 g	Kisiel z cukrem 200 g
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenno-żytni 50 g; margaryna 15 g; pasta rybna 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), ryby i produkty pochodne, jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; pasta rybna 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), ryby i produkty pochodne, jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; pasta rybna 100 g; sałata 35 g kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), ryby i produkty pochodne, jaja i produkty pochodne	Chleb żytnio-pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; pasta rybna 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), ryby i produkty pochodne, jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenno-żytni 50 g; masło 15 g; pasta rybna 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), ryby i produkty pochodne, jaja i produkty pochodne
Posiłek wieczorny	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Składniki odżywcze	E: 1927,1kcal; B: 93,7 g; T: 81,2 g; W: 218,1 g B:19%; T:38%; W:43%; NKT: 14 g; Błonnik: 32 g; Sól: 7 g; Cukry: 33 g	E: 1813,8 kcal; B: 105,3 g; T: 59,1 g; W: 226,6 g B:23%; T:29%; W:47%; NKT: 12 g; Błonnik: 30 g; Sól: 6 g; Cukry: 32 g	E: 2096,7 kcal; B: 120,5 g; T: 72,3 g; W: 253,2 g B:23%; T:31%; W:46%; NKT: 12 g; Błonnik: 31 g; Sól: 6 g; Cukry: 33 g	E: 2159,5 kcal; B: 101,1 g; T: 93,2 g; W: 243,3 g B:19%; T:39%; W:42%; NKT: 14 g; Błonnik: 33 g; Sól: 7 g; Cukry: 30 g	E: 2580 kcal; B: 112,3 g; T: 90,4 g; W: 346,5 g B:17%; T:32%; W:51%; NKT: 14 g; Błonnik: 33 g; Sól: 7 g; Cukry:34 g
JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.11					
Dieta	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza

Sniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; ser żółty 50 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; dżem truskawkowy 50 g; serek śmietankowy 30 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; dżem truskawkowy 50 g; serek śmietankowy 30 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; ser żółty 50 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; ser żółty 50 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
II Sniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; twaróg 30 g; sałata 10 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 30 g; masło 5 g; twaróg 30 g; sałata 10 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Herbatniki 30 g; banan 1 szt. ALERGENY: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml; ziemniaki 200 g; kotlet rybny 100 g; surówka z kapusty z kiszonej 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa kalafiorowa 350 ml; ziemniaki 200 g; ryba w sosie mleczno-szpinakowym 100 g + 100 g sos; marchew gotowana 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa kalafiorowa 350 ml; ziemniaki 200 g; ryba w sosie mleczno-szpinakowym 100 g + 100 g sos; marchew gotowana 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa kalafiorowa 350 ml; ziemniaki 200 g; kotlet rybny 100 g; surówka z kapusty kiszonej 130 g; woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	Zupa kalafiorowa 350 ml; ziemniaki 250 g; kotlet rybny 100 g; surówka z kapusty kiszonej 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne
Podwieczorek			Kasza manna z sokiem malinowym 200 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kasza manna bez cukru ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten	Kasza manna z sokiem malinowym 200 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; margaryna 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; serek wiejski 100 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Posiłek wieczorny	Gruszka 1 szt	Gruszka 1 szt	Gruszka 1 szt	Gruszka 1 szt	Gruszka 1 szt
Składniki odżywcze	E: 1849,7 kcal; B: 70,7 g; T: 79,5 g; W: 223,2 g B:15%; T:39%; W:46%; NKT: 14 g; Błonnik: 32 g; Sól: 7 g; Cukry: 33 g	E: 1819,2 kcal; B: 77,6 g; T: 62,8 g; W: 245,9 g B:17%; T:31%; W:52%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sól: 6 g; Cukry: 28 g	E: 2266,4 kcal; B: 97,6 g; T: 66,6 g; W: 330,1 g B:17%; T:27%; W:56%; NKT: 11 g; Błonnik: 27 g; Sól: 6 g; Cukry: 26 g	E: 2158 kcal; B: 72,2 g; T: 89,8 g; W: 277,6 g B:13%; T:38%; W:49%; NKT: 14 g; Błonnik: 33 g; Sól: 7 g; Cukry: 30 g	E: 2614,9 kcal; B: 90,1 g; T: 91,8 g; W: 370,4 g B:14%; T:32%; W:55%; NKT: 14 g; Błonnik: 33 g; Sól: 7 g; Cukry:34 g
JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.11					
Dieta	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza

Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; jajo gotowane 1 szt.; szynka wieprzowa 50 g; majonez 15 g; ogórek kiszony 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; jajo gotowane 1 szt.; szynka wieprzowa 50 g; pomidor b/skórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; jajo gotowane 1 szt.; szynka wieprzowa 50 g; pomidor b/skórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb żytnio-pszenny 100 g; masło 15 g; jajo gotowane 1 szt.; szynka wieprzowa 50 g; majonez 15 g; ogórek kiszony 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; jajo gotowane 1 szt.; szynka wieprzowa 50 g; majonez 15 g; ogórek kiszony 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne
II Śniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; szynka z kurczaka 30 g; pomidor b/skórki 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 30 g; masło 5 g; szynka z kurczaka 30 g; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Mieszanka studencka 30 g; śliwka 1 szt. ALERGENY: orzeszki ziemne i produkty pochodne, orzechy i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny
Obiad	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 200 g; chili con carne 100 g mięsa + 100 g sosu + 100 g warzyw; jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 200 g; kurczak w sosie brokułowym 100 g mięsa + 100 g sosu + 100 g warzyw; jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 200 g; kurczak w sosie brokułowym 100 g mięsa + 100 g sosu + 100 g warzyw; jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 200 g; chili con carne 100 g mięsa + 100 g sosu + 100 g warzyw; jabłko 1 szt.; woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa buraczkowa 350 ml; ryż biały 250 g; chili con carne 100 g mięsa + 100 g sosu + 100 g warzyw; jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Podwieczorek			Budyń z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Budyń b/cukru 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Budyń z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; parówki 50 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; pasta twarogowa z natką 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; pasta twarogowa z natką 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; margaryna 15 g; parówki 50 g; pomidor 80 g; serek śmietankowy 30 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; parówki 50 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Posiłek wieczorny	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt naturalny 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Składniki odżywcze	E: 1873,3 kcal; B: 91,1 g; T: 58,5 g; W: 259,9 g B:18%; T:28%; W:53%; NKT: 12 g; Błonnik: 27 g; Sól: 5 g; Cukry: 25 g	E: 1827,9 kcal; B: 92,3 g; T: 55,6 g; W: 252,2 g; B:20%; T:27%; W:53%; NKT: 12 g; Błonnik: 26 g; Sól: 5 g; Cukry: 24 g	E: 2054,4 kcal; B: 105,1 g; T: 63,5 g; W: 278,9 g; B:20%; T:28%; W:52%; NKT: 12 g; Błonnik: 26 g; Sól: 5 g; Cukry: 25 g	E: 2073,8 kcal; B: 97,7 g; T: 66,3 g; W: 287,4 g; B:19%; T:29%; W:52%; NKT: 12 g; Błonnik: 27 g; Sól: 5 g; Cukry: 23 g	E: 2530,7 kcal; B: 112,5 g; T: 66,7 g; W: 387,8 g; B:18%; T:24%; W:59%; NKT: 13 g; Błonnik: 28 g; Sól: 5 g; Cukry: 26 g
JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.11					
Dieta	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza

Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; ser żółty 50 g; szynka drobiowa 50 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; dżem truskawkowy 50 g; serek śmietankowy 30 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; dżem truskawkowy 50 g; serek śmietankowy 30 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; masło 15 g; ser żółty 50 g; szynka drobiowa 50 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; ser żółty 50 g; szynka drobiowa 50 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
II Śniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; szynka wieprzowa 30 g; pomidor b/skórki 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 30 g; masło 5 g; szynka wieprzowa 30 g; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Biszkopty 50 g; jabłko 1 szt. ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne
Obiad	Rosół 350 ml; ziemniaki 200 g; pulpety drobiowe w sosie pomidorowym 100 g mięsa + 100 g sosu; surówka z marchewki i jabłka 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Rosół 350 ml; ziemniaki 200 g; pulpety drobiowe w sosie pomidorowym 100 g mięsa + 100 g sosu; surówka z marchewki i jabłka 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Rosół 350 ml; ziemniaki 200 g; pulpety drobiowe w sosie pomidorowym 100 g mięsa + 100 g sosu; surówka z marchewki i jabłka 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Rosół 350 ml; ziemniaki 200 g; pulpety drobiowe w sosie pomidorowym 100 g mięsa + 100 g sosu; surówka z marchewki i jabłka 130 g; woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Rosół 350 ml; ziemniaki 250 g; pulpety drobiowe w sosie pomidorowym 100 g mięsa + 100 g sosu; surówka z marchewki i jabłka 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne
Podwieczorek			Jogurt naturalny 150 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt naturalny 150 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt naturalny 150 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; sałatka z kurczakiem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; lekka sałatka z makaronem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; lekka sałatka z makaronem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; margaryna 15 g; sałatka z kurczakiem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; sałatka z kurczakiem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Posiłek wieczorny	Serek waniliowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Serek waniliowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Serek waniliowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt naturalny 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Serek waniliowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Składniki odżywcze	E: 2159,8 kcal; B: 67,6 g; T: 105,1 g; W: 246 g B:12%; T:44%; W:44%; NKT: 13 g; Błonnik: 24 g; Sól: 6 g; Cukry: 28 g	E: 1836,5 kcal; B: 99,5 g; T: 54,5 g; W: 246,5 g B:22%; T:27%; W:52%; NKT:12 g; Błonnik: 22 g; Sól: 6 g; Cukry: 27 g	E: 2321,3 kcal; B: 105,5 g; T: 61,9 g; W: 347,9 g B:18%; T:24%; W:58%; NKT: 12 g; Błonnik: 23 g; Sól: 6 g; Cukry: 28 g	E: 2393,8 kcal; B: 65,1 g; T: 110,5 g; W: 297,3 g B:11%; T:42%; W:48%; NKT: 13 g; Błonnik: 25 g; Sól: 6 g; Cukry: 27 g	E: 2958,8 kcal; B: 82,4 g; T: 115,6 g; W: 415,2 g B:11%; T:35%; W:54%; NKT: 13 g; Błonnik: 25 g; Sól: 6 g; Cukry: 29 g
JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.11					
Dieta	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza

Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszen 50 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; ser żółty 50 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; dżem truskawkowy 50 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor b/skóry 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; dżem truskawkowy 50 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor b/skóry 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszen 100 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; ser żółty 50 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszen 50 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; ser żółty 50 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
II Śniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; ser żółty 30 g; jabłko 1 szt. ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszen 30 g; masło 5 g; ser żółty 30 g; jabłko 1 szt. ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Herbatniki 30 g; jabłko 1 szt. ALERGENY: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Obiad	Zupa fasolowa z kielbaską 350 ml; naleśniki z serkiem waniliowym 200 g; jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa gulaszowa z kurczakiem 350 ml; naleśniki z serkiem waniliowym 200 g; jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa gulaszowa z kurczakiem 350 ml; naleśniki z serkiem waniliowym 200 g; jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa fasolowa z kielbaską 350 ml; naleśniki z serkiem waniliowym 200 g; jabłko 1 szt.; woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa fasolowa z kielbaską 350 ml; naleśniki z serkiem waniliowym 250 g; jabłko 1 szt.; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne
Podwieczorek			Kefir 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszen 50 g; margaryna 15 g; twarożek z rzodkiewką, ogórkiem i szczypiorkiem 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; twarożek z natką 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; twarożek z natką 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszen 50 g; margaryna 15 g; twarożek z rzodkiewką, ogórkiem i szczypiorkiem 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszen 50 g; masło 15 g; twarożek z rzodkiewką, ogórkiem i szczypiorkiem 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Posiłek wieczorny	Śliwka 2 szt.	Śliwka 2 szt.	Śliwka 2 szt.	Śliwka 2 szt.	Śliwka 2 szt.
Składniki odżywcze	E: 2083,6 kcal; B: 84,1 g; T: 99,8 g; W: 219,8 g B:16%; T:43%; W:40%; NKT: 11 g; Błonnik: 25 g; Sól: 5 g; Cukry: 30 g	E: 1758,7 kcal; B: 100,1 g; T: 69,3 g; W: 189,7 g B:23%; T:36%; W:42%; NKT: 10 g; Błonnik: 24 g; Sól: 5 g; Cukry: 30 g	E: 2096,1 kcal; B: 112,7 g; T: 80 g; W: 238,7 g B:22%; T:34%; W:44%; NKT:10 g; Błonnik: 24 g; Sól: 5 g; Cukry: 32 g	E: 2271,0 kcal; B: 88,7 g; T: 109,7 g; W: 240,9 g B:16%; T:44%; W:40%; NKT: 11 g; Błonnik: 26 g; Sól: 5 g; Cukry: 28 g	E: 2697,9 kcal; B: 99 g; T: 114,4 g; W: 327,7 g B:15%; T:38%; W:47%; NKT: 11 g; Błonnik: 27 g; Sól: 5 g; Cukry: 31 g
JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.11					
Dieta	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza

Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; pasztet 100 g; jogurt naturalny 100 g; ogórek kiszony 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 100 g; jogurt naturalny 100 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 100 g; jogurt naturalny 100 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 100 g; masło 15 g; pasztet 100 g; jogurt naturalny 100 g; ogórek kiszony 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; pasztet 100 g; jogurt naturalny 100 g; ogórek kiszony 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne
II Śniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; szynka z kurczaka 30 g; pomidor b/skórki 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 30 g; masło 5 g; szynka z kurczaka 30 g; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Banan 1 szt.
Obiad	Zupa brokułowa 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; bitki wieprzowe w sosie własnym 100 g mięsa + 100 g sosu; kapusta czerwona na ciepło 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa brokułowa 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; bitki wieprzowe w sosie własnym 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa brokułowa 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; bitki wieprzowe w sosie własnym 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa brokułowa 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; bitki wieprzowe w sosie własnym 100 g mięsa + 100 g sosu; kapusta czerwona na ciepło 130 g; woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa brokułowa 350 ml; kasza jęczmienna 250 g; bitki wieprzowe w sosie własnym 100 g mięsa + 100 g sosu; kapusta czerwona na ciepło 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Podwieczorek			Ryzanka na mleku z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Ryzanka na mleku bez cukru 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Ryzanka na mleku z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; ser żółty 50 g; szynka wieprzowa 50 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; serek śmietankowy 30 g; szynka z kurczaka 50 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; serek śmietankowy 30 g; szynka z kurczaka 50 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; ser żółty 50 g; szynka wieprzowa 50 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; ser żółty 50 g; szynka wieprzowa 50 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Posiłek wieczorny	Sok pomidorowy 200 ml	Sok pomidorowy 200 ml	Sok pomidorowy 200 ml	Sok pomidorowy 200 ml	Sok pomidorowy 200 ml
Składniki odżywcze	E: 2007,5 kcal; B: 81,6 g; T: 92,4 g; W: 223,3 g B:16%; T:41%; W:42%; NKT: 11 g; Błonnik: 25 g; Sól: 5 g; Cukry: 30 g	E: 1853,4 kcal; B: 95 g; T: 66,2 g; W: 231,2 g B:21%; T:32%; W:47%; NKT: 10 g; Błonnik: 24 g; Sól: 5 g; Cukry: 30 g	E: 2258,5 kcal; B: 112,1 g; T: 79 g; W: 288,2 g B:20%; T:32%; W:49%; NKT:10 g; Błonnik: 24 g; Sól: 5 g; Cukry: 32 g	E: 2159,3 kcal; B: 87,4 g; T: 103,3 g; W: 231,8 g B:16%; T:43%; W:41%; NKT: 11 g; Błonnik: 26 g; Sól: 5 g; Cukry: 28 g	E: 2768 kcal; B: 103,3 g; T: 104,8 g; W: 369,9 g B:15%; T:34%; W:51%; NKT: 11 g; Błonnik: 27 g; Sól: 5 g; Cukry: 31 g
JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.11					
Dieta	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza

Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; masło 15 g; szynka z kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; szynka z kurczaka 50 g; jajo gotowane 1 szt.; pomidor b/skórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; szynka z kurczaka 50 g; jajo gotowane 1 szt.; pomidor b/skórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty	Chleb żytnio-pszeniczny 100 g; masło 15 g; szynka z kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; masło 15 g; szynka z kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
II Śniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; serek śmietankowy 30 g; sałata 20 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszeniczny 30 g; masło 5 g; serek śmietankowy 30 g; sałata 20 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Biszkopty 50 g; jabłko 1 szt. ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml; ryż biały 200 g; kurczak słodko-kwaśnym 100 g mięsa + 100 g sosu + 130 g warzyw; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml; ryż biały 200 g; potrawka z włoszczyzny i kurczaka 100 g mięsa + 100 g sosu + 130 g warzyw; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml; ryż biały 200 g; potrawka z włoszczyzny i kurczaka 100 g mięsa + 100 g sosu + 130 g warzyw; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml; ryż biały 200 g; kurczak słodko-kwaśnym 100 g mięsa + 100 g sosu + 130 g warzyw; woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml; ryż biały 250 g; kurczak słodko-kwaśnym 100 g mięsa + 100 g sosu + 130 g warzyw; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Podwieczorek			Kisiel owocowy z cukrem 200 g	Kisiel owocowy bez cukru 200 g	Kisiel owocowy z cukrem 200 g
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; margaryna 15 g; smalec z fasoli 100 g; ogórek kiszony 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; szynka wieprzowa 50 g; szynka z kurczaka 50 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; szynka wieprzowa 50 g; szynka z kurczaka 50 g; pomidor b/skórki 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszeniczny 100 g; margaryna 15 g; smalec z fasoli 100 g; ogórek kiszony 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; masło 15 g; smalec z fasoli 100 g; ogórek kiszony 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Posiłek wieczorny	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt naturalny 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jogurt owocowy 100 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Składniki odżywcze	E: 1913,4 kcal; B: 74,3 g; T: 76,1 g; W: 246,4 g B:15%; T:36%; W:49%; NKT: 12 g; Błonnik: 32 g; Sól: 5 g; Cukry: 30 g	E: 1876,1 kcal; B: 102 g; T: 66,5 g; W: 230,1 g B:22%; T:32%; W:47%; NKT: 11 g; Błonnik: 25 g; Sól: 6 g; Cukry: 27 g	E: 2270,6 kcal; B: 107,4 g; T: 78,2 g; W: 299,6 g B:19%; T:31%; W:50%; NKT: 11 g; Błonnik: 27 g; Sól: 6 g; Cukry: 26 g	E: 2233,8 kcal; B: 75,3 g; T: 81,9 g; W: 316 g B:13%; T:33%; W:54%; NKT: 12 g; Błonnik: 32 g; Sól: 5 g; Cukry: 28 g	E: 2534,8 kcal; B: 85,5 g; T: 93,1 g; W: 359,2 g B:13%; T:33%; W:54%; NKT: 12 g; Błonnik: 33 g; Sól: 6 g; Cukry: 32 g
JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.11					
Dieta	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza

Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 50 g; ser żółty 50 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; szynka z kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor b/skórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; szynka z kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor b/skórki 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszeniczny 100 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 50 g; ser żółty 50 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 50 g; ser żółty 50 g; ogórek 80 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne
II Śniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; twaróg 30 g; sałata 20 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszeniczny 30 g; masło 5 g; twaróg 30 g; sałata 20 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Mieszanka studencka 30 g; jabłko 1 szt. ALERGENY: orzeszki ziemne i produkty pochodne, orzechy i produkty pochodne; dwutlenek siarki i siarczyny
Obiad	Krupnik 350 ml; ziemniaki 200 g; leczko z warzywami i kielbaską drobiową 300 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Krupnik 350 ml; ziemniaki 200 g; leczko z cukinią, marchewką i kurczakiem 300 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Krupnik 350 ml; ziemniaki 200 g; leczko z cukinią, marchewką i kurczakiem 300 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Krupnik 350 ml; ziemniaki 200 g; leczko z warzywami i kielbaską drobiową 300 g; woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Krupnik 350 ml; ziemniaki 250 g; leczko z warzywami i kielbaską drobiową 300 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Podwieczorek			Budyń z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Budyń bez cukru 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Budyń z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; margaryna 15 g; pasta jajeczna z natką 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; pasta jajeczna z natką 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; pasta jajeczna z natką 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszeniczny 100 g; margaryna 15 g; pasta jajeczna z rzodkiewką 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb żytnio-pszeniczny 100 g; masło 15 g; pasta jajeczna z rzodkiewką 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne
Posilek wieczorny	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Składniki odżywcze	E: 1906,8 kcal; B: 87,1 g; T: 79,7 g; W: 220,3 g B:18%; T:38%; W:44%; NKT: 10 g; Błonnik: 29 g; Sól: 6 g; Cukry: 29 g	E: 1722,6 kcal; B: 97,8 g; T: 61,8 g; W: 204,1 g B:23%; T:32%; W:45%; NKT: 10 g; Błonnik: 28 g; Sól: 6 g; Cukry: 28 g	E: 2072,8 kcal; B: 112,8 g; T: 71,6 g; W: 255,2 g B:22%; T:31%; W:47%; NKT: 10 g; Błonnik: 29 g; Sól: 6 g; Cukry: 29 g	E: 2230,9 kcal; B: 96 g; T: 89,4 g; W: 272,2 g B:17%; T:36%; W:47%; NKT: 10 g; Błonnik: 29 g; Sól: 5 g; Cukry: 29 g	E: 2578,3 kcal; B: 104,8 g; T: 100,2 g; W: 329,4 g B:16%; T:35%; W:49%; NKT: 10 g; Błonnik: 29 g; Sól: 6 g; Cukry: 30 g