

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.11					
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; jajo gotowane 1 szt.; majonez 15 g; pomidor 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; 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 pochodne	Chleb żytnio-pszeniczny 100 g; masło 15 g; szynka z kurczaka 50 g; jajo gotowane 1 szt.; majonez 15 g; pomidor 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 z kurczaka 50 g; jajo gotowane 1 szt.; majonez 15 g; pomidor 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; 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)	Biszkopci 50 g; jabłko 1 szt. ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne
Obiad	Zupa jarzynowa 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; gulasz wieprzowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); surówka z kapusty 80 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa jarzynowa 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; gulasz drobiowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); surówka z marchewki 80 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa jarzynowa 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; gulasz drobiowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); surówka z marchewki 80 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa jarzynowa 350 ml; kasza jęczmienna 200 g; gulasz wieprzowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); surówka z kapusty 80 g; woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Zupa jarzynowa 350 ml; kasza jęczmienna 250 g; gulasz wieprzowy z warzywami 200 g (100 g mięsa + 100 g sosu); surówka z kapusty 80 g; 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; ser żółty 50 g; dżem truskawkowy 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; szynka z kurczaka 50 g; dżem truskawkowy 50 g; pomidor b/sórki 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 z kurczaka 50 g; dżem truskawkowy 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 50 g; margaryna 15 g; ser żółty 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-pszeniczny 50 g; masło 15 g; ser żółty 50 g; dżem truskawkowy 50 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Posilek 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: 1991,6 kcal; B: 106,4 g; T: 77,5 g; W: 229,8 g B:21%; T:35%; W:44%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sól: 6 g; Cukry: 28 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: 2236 kcal; B: 103,8 g; T: 88,4 g; W: 271,4 g B:18%; T:35%; W:46%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sól: 6 g; Cukry: 25 g	E: 2684 kcal; B: 116,2 g; T: 88,5 g; W: 375,9 g B:17%; T:29%; W:53%; NKT: 11 g; Błonnik: 29 g; Sól: 6 g; Cukry: 29 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.11					
Dieta	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszen 50 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; szynka wieprzowa 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; serek śmietankowy 30 g; 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)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; 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)	Chleb żytnio-pszen 100 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 g; szynka wieprzowa 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; szynka wieprzowa 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 z kurczaka 20 g; pomidor b/skórki 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszen 30 g; masło 5 g; szynka z kurczaka 20 g; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jabłko 1 szt.
Obiad	Zupa pieczarkowa 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 pieczarkowa 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 pieczarkowa 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			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-pszen 50 g; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 50 g; ser żółty 50 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 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; szynka z kurczaka 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 100 g; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 50 g; ser żółty 50 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; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 50 g; ser żółty 50 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Posilek wieczorny	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.
Składniki odżywcze	E: 2058,9 B: 106,7 T: 92,5 g; W: 206,7 g B:21%; T:41%; W:39%; NKT: 12 g; Błonnik: 30 g; Sól: 6 g; Cukry: 30 g	E: 1921,8 kcal; B: 115,3 g; T: 73 g; W: 207 g B:24%; T:34%; W:41%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sól: 6 g; Cukry: 28 g	E: 2203,5 kcal; B: 126 g; T: 77,6 g; W: 259,9 g B:23%; T:32%; W:45%; NKT: 11 g; Błonnik: 29 g; Sól: 6 g; Cukry: 28 g	E: 2133,6 kcal; B: 95,8 g; T: 96 g; W: 229,5 g B:18%; T:41%; W:41%; NKT: 12 g; Błonnik: 28 g; Sól: 6 g; Cukry: 27 g	E: 2675 kcal; B: 121 g; T: 99,5 g; W: 334 g B:18%; T:34%; W:48%; NKT: 12 g; Błonnik: 30 g; Sól: 6 g; Cukry: 31 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.11					
Dieta	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; dżem truskawkowy 50 g; ser żółty 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; dżem truskawkowy 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; dżem truskawkowy 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-pszenny 100 g; masło 15 g; ser żółty 100 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-pszenny 50 g; masło 15 g; dżem truskawkowy 50 g; ser żółty 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; jajo gotowane 1 szt.; pomidor b/ skórki 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb żytnio-pszenny 30 g; masło 5 g; jajo gotowane 1 szt.; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Kisiel o smaku truskawkowym z cukrem 200 g
Obiad	Kapuśniak 350 ml; ziemniaki 200 g; bioderko z kurczaka pieczona 120 g; groszek z marchewką 130 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; ziemniaki 200 g; bioderko z kurczaka pieczona 120 g; marchew gotowana 130 g, woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne	Zupa koperkowa 350 ml; ziemniaki 200 g; bioderko z kurczaka pieczona 120 g; marchew gotowana 130 g, woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne	Kapuśniak 350 ml; ziemniaki 200 g; bioderko z kurczaka pieczona 120 g; groszek z marchewką 130 g, woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne	Kapuśniak 350 ml; ziemniaki 250 g; bioderko z kurczaka pieczona 120 g; groszek z marchewką 130 g, woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Podwieczorek			Kasza manna z sokiem malinowym 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kasza manna b/cukru 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kasza manna z sokiem malinowym 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; margaryna 15 g; szynka wieprzowa 50 g; szynka z kurczaka 50 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 wieprzowa 50 g; szynka z kurczaka 50 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 wieprzowa 50 g; szynka z kurczaka 50 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; szynka wieprzowa 50 g; szynka z kurczaka 50 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 100 g; chleb żytnio-pszenny 50 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 50 g; szynka z kurczaka 50 g; ogórek kiszony 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Posilek 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: 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 27.11					
Dieta	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; masło 15 g; pasta jajeczna ze szczypiorkiem 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), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; pasta jajeczna z natką 100 g; jogurt naturalny 100 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; pasta jajeczna z natką 100 g; jogurt naturalny 100 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszeniczny 100 g; masło 15 g; pasta jajeczna ze szczypiorkiem 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), jaja i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; masło 15 g; pasta jajeczna ze szczypiorkiem 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), jaja i produkty pochodne
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-pszeniczny 30 g; masło 5 g; serek śmietankowy 30 g; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Biszkopty 50 g; galaretki o smaku truskawkowym 250 g 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; 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; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), seler i produkty pochodne
Podwieczorek			Maślanka 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Maślanka 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Maślanka 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; margaryna 15 g; kielbaski 100 g; musztarda 15 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 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; szynka z kurczaka 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszeniczny 50 g; margaryna 15 g; kielbaski 100 g; musztarda 15 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; masło 15 g; kielbaski 100 g; musztarda 15 g; pomidor 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), gorczyca i produkty pochodne
Posiłek wieczorny	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Składniki odżywcze	E: 2022,1 kcal; B: 86 g; T: 84,5 g; W: 241,8 g B:17%; T:38%; W:45%; NKT:11 g; Błonnik: 30 g; Sól: 6 g; Cukry: 30 g	E: 1751,4 kcal; B: 91,5 g; T: 49 g; W: 247,1 g B:21%; T:25%; W:54%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sól: 5 g; Cukry: 28 g	E: 2039,3 kcal; B: 107,6 g; T: 61,4 g; W: 275,4 g B:21%; T:27%; W:52%NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sól: 5 g; Cukry: 28 g	E: 2159,9 kcal; B: 94,1 g; T: 96,2 g; W: 242,2 g B:17%; T:40%; W:43%; NKT: 11 g; Błonnik: 30 g; Sól: 6 g; Cukry: 28 g	E: 2690,0 kcal; B: 106,8 g; T: 98,2 g; W: 361 g B:16%; T:33%; W:51%; NKT: 11 g; Błonnik: 32 g; Sól: 6 g; Cukry: 32 g
JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.11					

Dieta	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza
Śniadanie	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; 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; dżem truskawkowy 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-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 Śniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; jajko gotowane 1 szt.; pomidor b/ skórki 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb żytnio-pszenny 30 g; masło 5 g; jajo gotowane 1 szt.; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Kisiel o smaku truskawkowym z cukrem 200 g
Obiad	Zupa ogórkowa 350 ml; ziemniaki 200 g; kotlet rybny 100 g; surówka z kapusty kiszzonej 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	Krupnik 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	Krupnik 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 ogórkowa 350 ml; ziemniaki 200 g; kotlet rybny 100 g; surówka z kapusty kiszzonej 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 ogórkowa 350 ml; ziemniaki 250 g; kotlet rybny 100 g; surówka z kapusty kiszzonej 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			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-pszenny 50 g; margaryna 15 g; twaróg ze 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; twaróg 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; twaróg 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; twaróg ze 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-pszenny 50 g; masło 15 g; twaróg ze szczypiorkiem 100 g; sałata 35 g, kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Posilek wieczorny	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
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: 2254,4 kcal; B: 109,6 g; T: 66,2 g; W: 311,2 g B:20%; T:27%; W:54%; NKT: 12 g; Błonnik: 26 g; Sól: 5 g; Cukry: 24 g	E: 2369,6 kcal; B: 107,8 g; T: 77,9 g; W: 316,2 g B:18%; T:30%; W:52%; NKT: 12 g; Błonnik: 26 g; Sól: 5 g; Cukry: 25 g	E: 2364,9 kcal; B: 89,8 g; T: 86,6 g; W: 315,4 g B:15%; T:33%; W:52%; NKT: 12 g; Błonnik: 27 g; Sól: 5 g; Cukry: 23 g	E: 2706,7 kcal; B: 96,9 g; T: 82,6 g; W: 404,6 g B:14%; T:28%; W:58%; NKT: 13 g; Błonnik: 28 g; Sól: 5 g; Cukry: 26 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.11

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; jogurt naturalny 100 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; 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 z kurczaka 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-pszeniczny 100 g; masło 15 g; szynka z kurczaka 50 g; serek śmietankowy 30 g; jogurt naturalny 100 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; jogurt naturalny 100 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 20 g; pomidor b/ skórki 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszeniczny 30 g; masło 5 g; twaróg 20 g; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Banan 1 szt.
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 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-pszeniczny 50 g; margaryna 15 g; sałatka gyros 100 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; serek śmietankowy 30 g; twaróg 70 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; serek śmietankowy 30 g; twaróg 70 g; sałata 35 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; sałatka gyros 100 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-pszeniczny 50 g; margaryna 15 g; sałatka gyros 100 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne
Posiłek wieczorny	Gruszka 1 szt.	Gruszka 1 szt.	Gruszka 1 szt.	Gruszka 1 szt.	Gruszka 1 szt.
Składniki odżywcze	E: 2182,2 kcal; B: 100 g; T: 86,4 g; W: 262,4 g B:18%; T:36%; W:46%; NKT: 12 g; Błonnik: 23 g; Sól: 7 g; Cukry: 28 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: 2052,9 kcal; B: 121,5 g; T: 59,9 g; W: 270 g B:24%; T:26%; 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; Błnnik: 25 g; Sól: 7 g; Cukry: 29 g
JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.11					
Dieta	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza

Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszen 50 g; masło 15 g; jajo gotowane 1 szt.; szynka wieprzowa 50 g; majonez 15 g; pomidor 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-pszen 100 g; masło 15 g; jajo gotowane 1 szt.; szynka wieprzowa 50 g; majonez 15 g; pomidor 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-pszen 50 g; masło 15 g; jajo gotowane 1 szt.; szynka wieprzowa 50 g; majonez 15 g; pomidor 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; ser żółty 30 g; pomidor b/skórki 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszen 30 g; masło 5 g; ser żółty 30 g; pomidor 30 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Biszkoty 50 g; jabłko 1 szt. ALERGENY: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne
Obiad	Rosół 350 ml; ziemniaki 200 g; pulpety drobiowe w sosie śmietanowo-pieczarkowym 100 g mięsa + 100 g sosu; surówka z ogórka kiszzonego 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 z marchewką 100 g mięsa + 100 g sosu; brokuł gotowany 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 z marchewką 100 g mięsa + 100 g sosu; brokuł gotowany 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 śmietanowo-pieczarkowym 100 g mięsa + 100 g sosu; surówka z ogórka kiszzonego 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 śmietanowo-pieczarkowym 100 g mięsa + 100 g sosu; surówka z ogórka kiszzonego 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne
Podwieczorek			Kisiel z cukrem 200 ml	Kisiel b/cukru 200 ml	Kisiel z cukrem 200 ml
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszen 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	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	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	Chleb żytnio-pszen 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	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszen 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
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: 1891,5 kcal; B: 69,7 g; T: 70,8 g; W: 254,7 g B:15%; T:34%; W:51%; NKT:11 g; Błonnik: 30 g; Sól: 6 g; Cukry: 30 g	E: 1868,5 kcal; B: 79 g; T: 68,6 g; W: 242,4 g B:17%; T:33%; W:50%; NKT: 11 g; Błonnik: 28 g; Sól: 5 g; Cukry: 28 g	E: 2234,4 kcal; B: 137,2 g; T: 69,3 g; W: 273,5 g; B:25%; T:28%; W:47%; NKT: 12 g; Błonnik: 23 g; Sól: 6 g; Cukry: 28 g	E: 2262,8 kcal; B: 85,9 g; T: 84,8 g; W: 302,4 g B:15%; T:34%; W:51%; NKT: 11 g; Błonnik: 30 g; Sól: 6 g; Cukry: 28 g	E: 2498,2 kcal; B: 87,2 g; T: 83,8 g; W: 362,2 g B:14%; T:30%; W:56%; NKT: 11 g; Błonnik: 32 g; Sól: 6 g; Cukry: 32 g
JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.12					
Dieta	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza

	Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszen 50 g; masło 15 g; pasztet 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; twaróg 70 g; dżem truskawkowy 50 g; sałata 35 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; twaróg 70 g; dżem truskawkowy 50 g; sałata 35 g; herbata czarna ekspresowa 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Chleb żytnio-pszen 100 g; masło 15 g; pasztet 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-pszen 50 g; masło 15 g; pasztet 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-pszen 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 gulaszowa 350 ml; makaron 200 g; sos pomidorowy z cukinią i marchewką 200 g; 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; makaron 200 g; sos pomidorowy z cukinią i marchewką 200 g; 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; makaron 200 g; sos pomidorowy z cukinią i marchewką 200 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa gulaszowa 350 ml; makaron 200 g; sos pomidorowy z cukinią i marchewką 200 g; woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa gulaszowa 350 ml; makaron 250 g; sos pomidorowy z cukinią i marchewką 200 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne
	Podwieczorek			Ryżanka na mleku z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Ryżanka na mleku bez cukru 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Ryżanka na mleku z cukrem 200 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszen 50 g; margaryna 15 g; serek śmietankowy 30 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)	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-pszen 50 g; margaryna 15 g; serek śmietankowy 30 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)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszen 50 g; masło 15 g; serek śmietankowy 30 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)
	Posiłek wieczorny	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Kefir 200 ml ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
	Składniki odżywcze	E: 1988 kcal; B: 102,2 g; T: 84,9 g; W: 216,8 g B:21%; T:38%; W:41%; NKT: 12 g; Błonnik: 30 g; Sól: 6 g; Cukry: 30 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: 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: 2368,5 kcal; B: 114,2 g; T: 94,5 g; W: 279,9 g B:19%; T:36%; W:45%; NKT: 12 g; Błonnik: 28 g; Sól: 6 g; Cukry: 27 g	E: 2655,2 kcal; B: 122,7 g; T: 95,7 g; W: 341,6 g B:18%; T:32%; W:49%; NKT: 12 g; Błonnik: 30 g; Sól: 6 g; Cukry: 31 g
JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.12						
Dieta	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszen 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)	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 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 pochodne	Chleb pszenno-żytni 100 g; masło 15 g; szynka wieprzowa 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 pochodne	Chleb żytnio-pszen 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)	Chleb pszenno-żytni 100 g; chleb żytnio-pszen 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)	

II Śniadanie			Chleb pszenno-żytni 30 g; masło 5 g; serek śmietankowy 30 g; sałata masłowa 10 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenney 30 g; masło 5 g; serek śmietankowy 30 g; sałata masłowa 10 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jabłko 1 szt.
Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml; kasza gryczana 200 g; schab pieczony w sosie pieczeniowym 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 kalafiorowa 350 ml; kasza bulgur 200 g; schab pieczony w lekkim sosie 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 kalafiorowa 350 ml; kasza bulgur 200 g; schab pieczony w lekkim sosie 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 kalafiorowa 350 ml; kasza gryczana 200 g; schab pieczony w sosie pieczeniowym 100 g mięsa + 100 g sosu; buraczki 130 g; woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zupa kalafiorowa 350 ml; kasza gryczana 250 g; schab pieczony w sosie pieczeniowym 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)
Podwieczorek			Sernik 50 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne	Sernik 50 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne	Sernik 50 g ALERGENY: mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenney 50 g; margaryna 15 g; sałatka z tuńczykiem i 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; szynka z kurczaka 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; szynka z kurczaka 100 g; sałata 35 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenney 100 g; margaryna 15 g; sałatka z tuńczykiem i 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; chleb żytnio-pszenney 50 g; masło 15 g; sałatka z tuńczykiem i makaronem 150 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Posilek 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: 2195,2 kcal; B: 103,1 g; T: 95,3 g; W: 240,5 g B:19%; T:39%; W:42%; NKT: 13 g; Błonnik: 24 g; Sól: 6 g; Cukry: 28 g	E: 1952 kcal; B: 118,5 g; T: 58,4 g; W: 245,6 g; B:24%; T:27%; W:49%; NKT:12 g; Błonnik: 22 g; Sól: 6 g; Cukry: 27 g	E: 2234,4 kcal; B: 137,2 g; T: 69,3 g; W: 273,5 g; B:25%; T:28%; W:47%; NKT: 12 g; Błonnik: 23 g; Sól: 6 g; Cukry: 28 g	E: 2256,7 kcal; B: 100,3 g; T: 88,9 g; W: 275,5 g; B:18%; T:35%; W:47%; NKT: 13 g; Błonnik: 25 g; Sól: 6 g; Cukry: 27 g	E: 2751,6 kcal; B: 121,3 g; T: 104,6 g; W: 343,3 g; B:18%; T:34%; W:48%; NKT: 13 g; Błonnik: 25 g; Sól: 6 g; Cukry: 29 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.12

Dieta	Podstawowa	Lekkostrawna	Bogatobiałkowa	Cukrzycowa	Położnicza
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni 50 g; chleb żytnio-pszenney 50 g; masło 15 g; twaróg z rzodkiewką 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 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-pszenney 100 g; masło 15 g; twaróg z rzodkiewką 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; chleb żytnio-pszenney 50 g; masło 15 g; twaróg z rzodkiewką 100 g; sałata 35 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; jabłko 1 szt. ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszenney 30 g; masło 5 g; szynka z kurczaka 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 brokułowa 350 ml; ziemniaki 200 g; kotlet z piersi kurczaka smażony 100 g; surówka z kapusty 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa brokułowa 350 ml; ziemniaki 200 g; kotlet z piersi kurczaka pieczony 100 g; kalafior gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa brokułowa 350 ml; ziemniaki 200 g; kotlet z piersi kurczaka pieczony 100 g; kalafior gotowany 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa brokułowa 350 ml; ziemniaki 200 g; kotlet z piersi kurczaka smażony 100 g; surówka z kapusty 130 g; woda 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	Zupa brokułowa 350 ml; ziemniaki 250 g; kotlet z piersi kurczaka smażony 100 g; surówka z kapusty 130 g; woda z syropem malinowym 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja 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 50 g; serek śmietankowy 30 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 100 g; margaryna 15 g; szynka z kurczaka 50 g; dżem truskawkowy 50 g; pomidor b/sórk 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 z kurczaka 50 g; dżem truskawkowy 50 g; pomidor b/sórk 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Chleb żytnio-pszeniczny 50 g; margaryna 15 g; smalec z fasoli 50 g; serek śmietankowy 30 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 100 g; chleb żytnio-pszeniczny 50 g; masło 15 g; smalec z fasoli 50 g; serek śmietankowy 30 g; ogórek kiszony 80 g; kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ALERGENY: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
Posilek wieczorny	Wafelek czekoladowy 34 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Wafelek czekoladowy 34 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Wafelek czekoladowy 34 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Jabłko 1 szt.	Wafelek czekoladowy 34 g ALERGENY: zboża zawierające gluten, soja i produkty pochodne; mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
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