

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Ogórek kiszony 80g - jogurt owocowy 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków - herbata 250ml	- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńska szkolna 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki orkiszowe na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 60g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Ogórek kiszony 60g - herbata 250ml	
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok owocowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok owocowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok warzywny 200ml	Bułka maślana 60g, dżem 30g (GLUTEN) Sok owocowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok owocowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok owocowy 200ml
Obiad	- Zupa pejszankaa 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m. wieprzowe 68%, woda, m. wołowe 5 %, skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%, m. pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Filet drobiowy w sosie jogurtowo - ziołowym 200g (m. drobiowe, bulion, jogurt, przyprawy (MLEKO, SELER) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g - Kompot 250ml	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Filet drobiowy w sosie jogurtowo - ziołowym 200g (m. drobiowe, bulion, jogurt, przyprawy (MLEKO, SELER) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml	- Zupa pejszankaa 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m. wieprzowe 68%, woda, m. wołowe 5 %, skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%, m. pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Filet drobiowy w sosie jogurtowo - ziołowym 200g (m. drobiowe, bulion, jogurt, przyprawy (MLEKO, SELER) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g - Kompot b/c 250ml	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Filet drobiowy w sosie jogurtowo - ziołowym 200g (m. drobiowe, bulion, jogurt, przyprawy (MLEKO, SELER) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml	- Zupa pejszankaa 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m. wieprzowe 68%, woda, m. wołowe 5 %, skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%, m. pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Filet drobiowy w sosie jogurtowo - ziołowym 200g (m. drobiowe, bulion, jogurt, przyprawy (MLEKO, SELER) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g - Kompot 250ml	- Zupa pejszankaa 250g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m. wieprzowe 68%, woda, m. wołowe 5 %, skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%, m. pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Filet drobiowy w sosie jogurtowo - ziołowym 140g (m. drobiowe, bulion, jogurt, przyprawy (MLEKO, SELER) - Ziemniaki 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Babka czekoladowa 80g (GLUTEN, MLEKO)	Babka czekoladowa 80g (GLUTEN, MLEKO)	Kefir 200g (MLEKO) Pieczywo chrupkie 30g (GLUTEN)	Babka czekoladowa 80g (GLUTEN, MLEKO)	Babka czekoladowa 80g (GLUTEN, MLEKO)	Babka czekoladowa 80g (GLUTEN, MLEKO)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paprykarz rybny 120g (filet mintaja, ryż, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, GLUTEN)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paprykarz rybny 120g (filet mintaja, ryż, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, GLUTEN)) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paprykarz rybny 120g (filet mintaja, ryż, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, GLUTEN)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Paprykarz rybny 80g (filet mintaja, ryż, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RY	

JADŁOSPIS 11.03.2025 RADOSMKO – Wtorek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z koperkiem 150g (ser twarogowy, koper, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Płatki jaglane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Płatki jaglane na wywarze jarzynowym 300g (SELER) - Pieczywo żynie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z koperkiem 150g (ser twarogowy, koper, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata b/c 250ml	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z koperkiem 150g (ser twarogowy, koper, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki jaglane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z koperkiem 150g (ser twarogowy, koper, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Płatki jaglane na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z koperkiem 80g (ser twarogowy, koper, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g - herbata 250ml
II śniadanie	- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Gruszka 200g	- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Mandarynka 200g	- Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Gruszka 200g	- Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g - Mandarynka 200g	- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Gruszka 200g	- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Gruszka 200g
Obiad	- Kapuśniak 400g (wywar warzywny, kapusta kwaszona, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER)) - Pulpety w lekkim sosie musztardowym 200g (m. drobiowe, jajo, b. <u>pszenna</u>, mleko, przyprawy, musztarda (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g (GLUTEN) - Surówka z tartej marchewki 150g - Kompot 250ml	- Zupa grysikowa 400g (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, kasza manna., natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pulpety w lekkim sosie musztardowym 200g (m. drobiowe, jajo, b. <u>pszenna</u>, mleko, przyprawy, musztarda (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g (GLUTEN) - Surówka z tartej marchewki 150g - Kompot 250ml	- Kapuśniak 400g (wywar warzywny, kapusta kwaszona, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER)) - Pulpety w lekkim sosie musztardowym 200g (m. drobiowe, jajo, b. <u>pszenna</u>, mleko, przyprawy, musztarda (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g (GLUTEN) - Surówka z tartej marchewki 150g - Kompot b/c 250ml	- Zupa grysikowa 400g (wywar drobiowy, marchew, kasza manna., natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pulpety w lekkim sosie musztardowym 200g (m. drobiowe, jajo, b. <u>pszenna</u>, mleko, przyprawy, musztarda (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g (GLUTEN) - Surówka z tartej marchewki 150g - Kompot 250ml	- Kapuśniak 400g (wywar warzywny, kapusta kwaszona, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER)) - Pulpety w lekkim sosie musztardowym 200g (m. drobiowe, jajo, b. <u>pszenna</u>, mleko, przyprawy, musztarda (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g (GLUTEN) - Surówka z tartej marchewki 150g - Kompot 250ml	- Kapuśniak 250g (wywar warzywny, kapusta kwaszona, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER)) - Pulpety w lekkim sosie musztardowym 140g (m. drobiowe, jajo, b. <u>pszenna</u>, mleko, przyprawy, musztarda (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g (GLUTEN) - Surówka z tartej marchewki 150g - Kompot 250ml
Podwieczorek	- Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	- Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	- Serek wiejski 200g (MLEKO)	- Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	- Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	- Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Ogórek 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Ogórek 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	- Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	- Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	- Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	- Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	- Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	- Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2352 kcal; B: 99,77 g; T: 78,48 g, w tym Tł. nasycone: 26,61 g; W: 324,26 g, w tym cukry 171,30 g; Błonnik: 24,76 g; Sól: 5,75g

JADŁOSPIS 12.03.2025 RADOSMKO – Środa

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Makaron pszenny na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Makaron pszenny na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Szynka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Makaron razowy na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (GLUTEN)) - Szynka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Papryka 80g - herbata b/c 250ml	- Makaron pszenny na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Makaron pszenny na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Makaron pszenny na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1/2 szt. (JAJA) - Papryka 60g - herbata 250ml
	II śniadanie	- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, GLUTEN) - Sok marchewkowy 200ml	- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok marchewkowy 200ml	- Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, GLUTEN) - Sok marchewkowy 200ml	- Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g - Sok marchewkowy 200ml	- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, GLUTEN) - Sok marchewkowy 200ml
Obiad	- Buraczana z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Surówka z selera 150g - Kompot 250ml	- Buraczana z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Ryż biały 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g (marchew, pietruszka, seler) - Kompot 250ml	- Buraczana z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Surówka z selerai 150g - Kompot b/c 250ml	- Buraczana z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Ryż biały 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g (marchew, pietruszka, seler) - Kompot 250ml	- Buraczana z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Surówka z selerai 150g - Kompot 250ml	- Buraczana z ziemniakami 250g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 140g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Ryż brązowy 100g - Surówka z selerai 120g - Kompot 250ml
	Podwieczorek	- Muffina kakaowa 60g (GLUTEN, JAJA)	- Muffina kakaowa 60g (GLUTEN, JAJA)	- Serek homogenizowany naturalny150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	- Muffina kakaowa 60g (GLUTEN, JAJA)	- Muffina kakaowa 60g (GLUTEN, JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka meksykańska 120g (fasola czerwona, koncentrat, kukurydza, m. drobiowe, przyprawy) (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka meksykańska 120g (fasola czerwona, koncentrat, kukurydza, m. drobiowe, przyprawy) (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka meksykańska 120g (fasola czerwona, koncentrat, kukurydza, m. drobiowe, przyprawy) (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka meksykańska 120g (fasola czerwona, koncentrat, kukurydza, m. drobiowe, przyprawy) (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Sałatka meksykańska 80g (fasola czerwona, koncentrat, kukurydza, m. drobiowe, przyprawy) (MLEKO) - Pomidor 60g - herbata 250ml
	Posilek nocny	- Baton zbożowy crunchy „Sante” 40g (GLUTEN)	- Mus owocowy 90g	- Mus owocowy 90g	- Mus owocowy 90g	- Baton zbożowy crunchy „Sante” 40g (GLUTEN)
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2530 kcal; B: 99,92 g; T: 83,34 g, w tym Tł. nasycone: 28,54 g; W: 322,51 g, w tym cukry 161,71 g; Błonnik: 21,71 g, Sól: 6,03						

JADŁOSPIS 13.03.2025 RADOSMKO – Czwartek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki żytnie na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Płatki żytnie na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki żytnie na wywarze jarzynowym 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Ogórek kiszony 80g - herbata b/c 250ml	- Płatki żytnie na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki żytnie na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Płatki żytnie na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Parówka 1szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Ogórek kiszony 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Banan 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Jabłko 200g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Jabłko 200g
Obiad	- Zupa brukselkowa z ryżem 400g (wywar drobiowy, brukselka, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Bitki wieprzowe w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna , marchew, bulion, przyprawy, szpinak (GLUTEN)) - Surówka z buraczków 150g - Kompot 250ml	- Marchwianka 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, marchewka przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Bitki wieprzowe w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna , marchew, bulion (GLUTEN)) - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml	- Zupa brukselkowa z ryżem 400g (wywar drobiowy, brukselka, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Bitki wieprzowe w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna , marchew, bulion, przyprawy, szpinak (GLUTEN)) - Surówka z buraczków 150g - Kompot b/c 250ml	- Marchwianka 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, marchewka przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Bitki wieprzowe w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna , marchew, bulion, przyprawy, szpinak (GLUTEN)) - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml l	- Zupa brukselkowa z ryżem 400g (wywar drobiowy, brukselka, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Bitki wieprzowe w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna , marchew, bulion, przyprawy, szpinak (GLUTEN)) - Surówka z buraczków 150g - Kompot 250ml	- Zupa brukselkowa z ryżem 250g (wywar drobiowy, brukselka, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Kopytka 100g (GLUTEN) - Bitki wieprzowe w sosie własnym 140g (m. wieprzowej, mąka pszenna , marchew, bulion, przyprawy, szpinak (GLUTEN)) - Surówka z buraczków 150g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Bułka słodka z kruszonką 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Bułka słodka z kruszonką 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Mus owocowo – warzywny 90g	Bułka słodka z kruszonką 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Bułka słodka z kruszonką 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Bułka słodka z kruszonką 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Pomidor 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Pomidor 80 g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Pomidor 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Pomidor 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Paszтет pieczony 60g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Pomidor 60 g - herbata 250ml
Posilek nocny	- Serek homogenizowany owocowy 150g (MLEKO)	- Serek homogenizowany owocowy 150g (MLEKO)	- Serek homogenizowany naturalny 150g (MLEKO)	- Serek homogenizowany owocowy 150g (MLEKO)	- Serek homogenizowany owocowy 150g (MLEKO)	- Serek homogenizowany owocowy 150g (MLEKO)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2444 kcal; B: 101,65 g; T: 93,62 g, w tym Tł. nasycone: 24,67 g; W: 312,32 g, w tym cukry 182,22 g; Błonnik: 18,82 g, Sól: 7,56 g

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 40g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Ogórek 60g - Sałata 20g - jogurt naturalny 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (ML8KO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 40g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Ogórek 60g - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kasza jagłana na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 40g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Ogórek 60g - Sałata 20g - herbata b/c 250ml	- Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 40g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Ser biały 60g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 20g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Ogórek 50g - Sałata 10g - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Ser biały 60g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 20g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Ogórek 50g - Sałata 10g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), 1 liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml
Obiad	- Zupa warzywna z ciecierzycą 400g ((wywar rosółowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, ciecierzycy, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO))(SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Filet z mintaja w cieście naleśnikowym 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszonych ogórków 150g - Kompot 250ml	- Ryżanka 400g (wywar wieprzowy, ryż, marchew, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Filet z miruny w lekkim sosie cytrynowym 200g (f.miruny, przyprawy, bulion, sok z cytryny (RYBA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Gotowana cukinia z ziołami 150g - Kompot 250ml	- Zupa warzywna z ciecierzycą 400g ((wywar rosółowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, ciecierzycy, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO))(SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Filet z mintaja w cieście naleśnikowym 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszonych ogórków 150g - Kompot b/c 250ml	- Ryżanka 400g (wywar wieprzowy, ryż, marchew, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Filet z mintaja w cieście naleśnikowym 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Gotowana cukinia z ziołami 150g - Kompot 250ml	- Zupa warzywna z ciecierzycą 400g ((wywar rosółowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, ciecierzycy, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO))(SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Filet z mintaja w cieście naleśnikowym 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszonych ogórków 150g - Kompot 250ml	- Zupa warzywna z ciecierzycą 250g ((wywar rosółowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, ciecierzycy, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO))(SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Filet z mintaja w cieście naleśnikowym 120g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 100g - Surówka z kiszonych ogórków 120g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Lubisie 30g (GLUTEN)	Lubisie 30g (GLUTEN)	Pomarańcza 1 szt. (min. 200g)	Lubisie 30g (GLUTEN)	Lubisie 30g (GLUTEN)	Lubisie 30g (GLUTEN)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, , jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, , jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, , jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, , jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml(GLUTEN)	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, , jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>ży</u>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2360 kcal; B: 104,88 g; T: 79,06 g, w tym Tł. nasycone: 29,41 g; W: 324,34 g, w tym cukry 191,80 g; Błonnik: 23,48g; Sól: 6,92 g

JADŁOSPIS 15.03.2025 RADOSMKO – Sobota

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Papryka 80g 					

JADŁOSPIS 16.03.2025 RADOMSKO – Niedziela

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Ryż brązowy na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata b/c 250ml	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Ryż biały na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, ogonówką wiejską (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, ogonówką wiejską (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Banan 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, ogonówką wiejską (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Gruszka 200g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, ogonówką wiejską (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, ogonówką wiejską (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Banan 200g
Obiad	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko opiekane 140g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko w sosie jarzynowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko opiekane 140g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g - Kompot b/c 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko w sosie jarzynowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko opiekane 140g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 250g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko opiekane 120g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 100g - Surówka z kapusty pekińskiej 120g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta z groszku 120g (g.zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta z groszku 120g (g.zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta z groszku 120g (g.zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta z groszku 80g (g.zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasta z groszku 80g (g.zielony, sok z cytryny, oliwa, przypr