

JADŁOSPIS RADOMSKO 28.04.2025 – Poniedziałek

	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) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Ogórek 80g - jogurt owocowy 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków - herbata 250ml	- Płatki żytnie na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.<u>graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 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 owsiane na wywarze warzywnym 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 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) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.<u>graham</u> (GLUTEN)) - Masło 15g (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) - Ogórek 60g - herbata 250ml	
II śniadanie	- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok marchewkowy 200ml	- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok marchewkowy 200ml	- Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok marchewkowy 200ml	- Bułka maślana 60g, dżem 30g (GLUTEN) - Sok marchewkowy 200ml	- Bułka maślana 60g, dżem 30g (GLUTEN) - Sok marchewkowy 200ml	- Bułka maślana 60g, dżem 30g (GLUTEN) - Sok marchewkowy 200ml
Obiad	- Zupa peyzanka 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wołowe5 %,skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO)) - Strogonow 300g (m. wieprzowej, mąka pszenna, pieczarki, bulion, przyprawy, papryka (GLUTEN) - Bułka pszenna 1 szt. (GLUTEN) - Jabłko 200g - Kompot 250ml	- Zupa ryżanka 400g (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż biały, m. z kurczaka, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Gulasz w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, bulion, przyprawy, (GLUTEN) - Ziemniaki 200g (GLUTEN) - Gotowana marchewka 150g - Kompot 250ml	- Zupa peyzanka 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wołowe5 %,skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO)) - Strogonow 300g (m. wieprzowej, mąka pszenna, pieczarki, bulion, przyprawy, papryka (GLUTEN) - Bułka razowa 1 szt. (GLUTEN) - Jabłko 200g - Kompot b/c 250ml	- Zupa ryżanka 400g (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż biały, m. z kurczaka, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Strogonow 300g (m. wieprzowej, mąka pszenna, pieczarki, bulion, przyprawy, papryka (GLUTEN) - Bułka pszenna 1 szt. (GLUTEN) - Banan 200g - Kompot 250ml	- Zupa peyzanka 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wołowe5 %,skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO)) - Gulasz w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, bulion, przyprawy, (GLUTEN) - Ziemniaki 200g (GLUTEN) - Gotowana marchewka 150g - Kompot 250ml	- Zupa peyzanka 250g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wołowe5 %,skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO)) - Gulasz w sosie własnym 120g (m. wieprzowej, mąka pszenna, bulion, przyprawy, (GLUTEN) - Ziemniaki 100g (GLUTEN) - Gotowana marchewka 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	- Bułka cynamonowa 80g (GLUTEN, MLEKO)	- Bułka cynamonowa 80g (GLUTEN, MLEKO)	- Jogurt naturalny 150g (MLEKO) + 2 szt. wafle ryżowe	- Bułka cynamonowa 80g (GLUTEN, MLEKO)	- Bułka cynamonowa 80g (GLUTEN, MLEKO)	- Bułka cynamonowa 80g (GLUTEN, MLEKO)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.<u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka śledziowa 120g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (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 śledziowa 120g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (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 śledziowa 120g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.<u>graham</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 mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.<u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 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) - Pomidor 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	- Ciasteczka zbożowe 50 g (GLUTEN)	- Ciasteczka zbożowe 50 g (GLUTEN)	- Mus owocowy – warzywny 90g	- Ciasteczka zbożowe 50 g (GLUTEN)	- Ciasteczka zbożowe 50 g (GLUTEN)	- Ciasteczka zbożowe 50 g (GLUTEN)
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2309 kcal; B: 102,47 g; T: 83,63 g, w tym Tł. nasycone: 28,60 g; W: 291,20 g, w tym cukry 131,99 g; Błonnik: 22,91 g, Sól: 12,23 g;						

	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>, m.<u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.<u>graham</u>; GLUTEN) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Szyńka 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) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Zacierki 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 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata b/c 250ml	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.<u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.<u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.<u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - 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) - Mus owocowy 90g	- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Mus owocowy 90g	- Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Mus owocowo - warzywny 90g	- Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g - Mus owocowy 90g	- Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g - Mus owocowy 90g	- Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g - Mus owocowy 90g
Obiad	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER) - Kotlet drobiowy w bułce i płatkach oviastynych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki oviastane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszonych ogórków 150g - Kompot 250ml	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER) - Filet w sosie własnym 200g (m. drobiowe, mąka pszenna, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowana kukinia z groszkiem 150g - Kompot 250ml	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER) - Kotlet drobiowy w bułce i płatkach oviastynych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki oviastane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszonych ogórków 150g - Kompot b/c 250ml	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER) - Filet w sosie chrzanowym 200g (m. drobiowe, mąka pszenna, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowana kukinia z groszkiem 150g - Kompot 250ml	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER) - Kotlet drobiowy w bułce i płatkach oviastynych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki oviastane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszonych ogórków 150g - Kompot 250ml	- Zupa kalafiorowa 250g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER) - Kotlet drobiowy w bułce i płatkach oviastynych 100g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki oviastane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA) - Ziemniaki 100g - Surówka z kiszonych ogórków 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	- Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	- Rogal maślany 80g (GLUTEN)	- Maślanka 200g (MLEKO) + 2 wafle ryżowe	- Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	- Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	- Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.<u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńka drobiowa 40g (m. drobiowe, 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) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńka 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				

JADŁOSPIS RADOMSKO 30.04.2025 – Środa

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kasza jaglana na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Kielbasa szynkowa Jana 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) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Kasza jaglana na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Kielbasa szynkowa Jana 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	- Kasza jaglana na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> (GLUTEN)) - Kielbasa szynkowa Jana 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) - Ogórek kiszony 80g - herbata b/c 250ml	- Kasza jaglana na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Kielbasa szynkowa Jana 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 miodowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Kielbasa szynkowa Jana 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) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Płatki miodowe na mleku 200g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Kielbasa szynkowa Jana 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) - Ogórek kiszony 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, GLUTEN) Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mus owocowy 90g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, GLUTEN) Jabłko 200g	Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN) Jabłko 200g	Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN) Jabłko 200g	Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN) Jabłko 200g
Obiad	- Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, brukselka, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Pulpety w sosie jogurtowo - ziołowym 200g (m. drobiowe., przyprawy, jogurt nat. (MLEKO, GLUTEN)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g (GLUTEN) - Surówka z kapusty czerwonej 150g - Kompot 250ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Pulpety w sosie jogurtowo - ziołowym 200g (m. drobiowe., przyprawy, jogurt nat. (MLEKO, GLUTEN)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g (GLUTEN) - Gotowany bukiet warzyw 150g (marchew, seler, pietruszka) - Kompot 250ml	- Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, brukselka, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Pulpety w sosie jogurtowo - ziołowym 200g (m. drobiowe., przyprawy, jogurt nat. (MLEKO, GLUTEN)) - Kasza jęczmienna pęczak 200g (GLUTEN) - Surówka z kapusty czerwonej 150g - Kompot b/c 250ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Pulpety w sosie jogurtowo - ziołowym 200g (m. drobiowe., przyprawy, jogurt nat. (MLEKO, GLUTEN)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g (GLUTEN) - Gotowany bukiet warzyw 150g (marchew, seler, pietruszka) - Kompot 250ml	- Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, brukselka, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Pulpety w sosie jogurtowo - ziołowym 200g (m. drobiowe., przyprawy, jogurt nat. (MLEKO, GLUTEN)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g (GLUTEN) - Surówka z kapusty czerwonej 150g - Kompot 250ml	- Zupa brokułowa z ziemniakami 250g (wywar drobiowy, brukselka, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Pulpety w sosie jogurtowo - ziołowym 120g (m. drobiowe., przyprawy, jogurt nat. (MLEKO, GLUTEN)) - Kasza jęczmienna perłowa 100g (GLUTEN) - Surówka z kapusty czerwonej 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Jogurt owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Jogurt owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Jogurt owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Jogurt owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Jogurt owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 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 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 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) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Pomidor 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 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) - Ogórek zielony 60g - Sałata 20g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 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 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 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 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 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) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Papryka 50g - Sałata 10g - herbata 250ml
Posilek nocny	Baton zbożowy 40g (GLUTEN)	Baton zbożowy 40g (GLUTEN)	Mus owocowo – warzywny 90g	Mus owocowo – warzywny 90g	Banan 200g	Banan 200g
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2372 kcal; B: 97,60 g; T: 90,29 g, w tym Tł. nasycone: 30,10 g; W: 301,19 g, w tym cukry 180,48 g; Błonnik: 20,58 g, Sól: 5,92 g;						

JADŁOSPIS RADOMSKO 1.05.2025 – Czwartek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobiana 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) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 80g (m. wieprzowe, skrobiana 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	- Makaron razowy na wywarze jarzynowym 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobiana 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) - Ogórek 80g - herbata b/c 250ml	- Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobiana 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) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobiana 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) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Płatki jęczmienne na mleku 200g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka szkolna 20g (m. wieprzowe, skrobiana 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) - Ogórek 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Banan 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mus owocowo - warzywny 100g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Banan 200g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Banan 200g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Banan 200g
Obiad	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN) - Okrasa 50g - Surówka z kapusty włoskiej 150g - Kompot 250ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN) - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN) - Okrasa 50g - Surówka z kapusty włoskiej 150g - Kompot b/c 250ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN) - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml l	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN) - Okrasa 50g - Surówka z kapusty włoskiej 150g - Kompot 250ml	- Zupa jarzynowa 250g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pyzy z mięsem 200g (GLUTEN) - Surówka z kapusty włoskiej 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Bułka słodka z kruszonką 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Bułka słodka z kruszonką 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Maślanka 250ml + 2 szt. pieczywo chrupkie pełnoziarniste (GLUTEN)	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. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 80g (m. drobiowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 80g (m. drobiowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 80g (m. drobiowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 80g (m. drobiowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 80g (m. drobiowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Filet zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Sałatka jarzynowa 60g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) - herbata 250ml
Posilek nocny	Bułka drożdżowa z kapustą 80 g (GLUTEN)	Galaretka owocowa 200 ml	Owsianka instant 90g (GLUTEN)	Bułka drożdżowa z kapustą 80 g (GLUTEN)	Galaretka owocowa 200 ml + biszkopt 30g (GLUTEN)	Galaretka owocowa 200 ml + biszkopt 30g (GLUTEN)
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2334 kcal; B: 107.47 g; T: 85.68g, w tym Tł. nasycone: 31,03 g; W: 304.56 g, w tym cukry 156.35 g; Błonnik: 23,10 g, Sól: 8.89 g;						

JADŁOSPIS RADOMSKO 2.05.2025 - PIĄTEK

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 150g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - jogurt naturalny 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna, GLUTEN) - Masło 20g (ML8KO) - 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	- Płatki owiane na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 150g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata b/c 250ml	- Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 150g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 150g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 80g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok pomidorowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok pomidorowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok pomidorowy 200ml
Obiad	- Botwinka z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Filet z Miruny w cieście naleśnikowym w panierce 140g (f.miruny, jaja, mleko, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszzonej kapusty 150g - Kompot 250ml	- Botwinka z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Filet z miruny w sosie ziołowym 200g (f.miruny, , przyprawy (RYBA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Gotowana kukinia 150g - Kompot 250ml	- Botwinka z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Filet z Miruny w cieście naleśnikowym w panierce 140g (f.miruny, jaja, mleko, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszzonej kapusty 150g - Kompot b/c 250ml	- Botwinka z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Filet z Miruny w cieście naleśnikowym w panierce 140g (f.miruny, jaja, mleko, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Gotowana kukinia 150g - Kompot 250ml	- Botwinka z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Filet z Miruny w cieście naleśnikowym w panierce 140g (f.miruny, jaja, mleko, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszzonej kapusty 150g - Kompot 250ml	- Botwinka z ziemniakami 250g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Filet z Miruny w cieście naleśnikowym w panierce 100g (f.miruny, jaja, mleko, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 100g - Surówka z kiszzonej kapusty 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Babka piaskowa 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Babka piaskowa 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Kisiel owocowy b/c 200ml	Babka piaskowa 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Babka piaskowa 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Babka piaskowa 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Szynka wieśniowa 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)) -Pomidor 80g - herbata 250ml	-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna, m.żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml (GLUTEN)	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml
Posilek nocny	Lubisie 30g (GLUTEN)	Lubisie 30g (GLUTEN)	Koktajl owocowy na jogurcie naturalnym 200ml (gruszka, jogurt nat.) (MLEKO)	Lubisie 30g (GLUTEN)	Lubisie 30g (GLUTEN)	Lubisie 30g (GLUTEN)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2189 kcal; B: 95,85 g; T: 85,22 g, w tym Tł. nasycone: 26,87g; W: 267,58 g, w tym cukry 151,80 g; Błonnik: 13,87 g, Sól: 5,22 g;

JADŁOSPIS RADOMSKO 3.05.2025 – Sobota

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 60g (m. drobiowe, 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) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 60g (m. drobiowe, 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	- Kasza jęczmienna 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) - Filet specjal 60g (m. drobiowe, 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) - Ogórek kiszony 80g - herbata b/c 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 60g (m. drobiowe, 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	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 60g (m. drobiowe, 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) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 200g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Filet specjal 20g (m. drobiowe, 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) - Ogórek kiszony 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, GLUTEN) Sok owocowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, GLUTEN) Sok owocowy 200 ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, GLUTEN) Sok warzywny 200 ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok owocowy 200 ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok owocowy 200 ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok owocowy 200 ml
Obiad	- Zupa z zielonego groszku z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, groszek , marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Schab w sosie pieczarkowym 200g (m. wieprzowe, pieczarka, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Kasza gryczana 200g - Surówka colesław 150g - Kompot 250ml	- Zupa grysikowa 400g (wywar warzywny, marchew, kasza manna, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO) - Gulasz w sosie pieczeniowym 200g (m. wieprzowe, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Kasza jagłana 200g - Gotowana marchewka 150g - Kompot 250ml	- Zupa z zielonego groszku z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, groszek , marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Schab w sosie pieczarkowym 200g (m. wieprzowe, pieczarka, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Kasza gryczana 200g - Surówka colesław 150g - Kompot b/c 250ml	- Zupa grysikowa 400g (wywar warzywny, marchew, kasza manna, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO) - Gulasz w sosie pieczeniowym 200g (m. wieprzowe, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Kasza jagłana 200g - Gotowana marchewka 150g - Kompot 250ml	- Zupa z zielonego groszku z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, groszek , marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Gulasz w sosie pieczarkowym 200g (m. wieprzowe, pieczarka, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Ziemniaki 200g - Surówka colesław 150g - Kompot 250ml	- Zupa z zielonego groszku z ziemniakami 250g (wywar drobiowy, groszek , marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Gulasz w sosie pieczarkowym 140g (m. wieprzowe, pieczarka, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Ziemniaki 200g - Surówka colesław 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Drożdżówka w serem 80g (GLUTEN)	Drożdżówka w serem 80g (GLUTEN)	Kefir 200g (MLEKO) + 2 szt. pieczywo chrupki (GLUTEN)	Drożdżówka w serem 80g (GLUTEN)	Drożdżówka w serem 80g (GLUTEN)	Drożdżówka w serem 80g (GLUTEN)
Kolacja	- 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, - Papryka 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 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) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Papryka 80g - herbata b/c 250ml	- 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, - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 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) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 10g (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) - Papryka 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2182 kcal; B: 101.95 g; T:77.46 g, w tym Tł. nasycone: 26.87 g; W: 278.35 g, w tym cukry 166.17 g; Błonnik: 18,62 g, Sól: 6.76 g;						

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - 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)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 200g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 80g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 60g - herbata 250ml
II śniadanie	- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, ogonówką wiejską (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Jabłko 200g	- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, ogonówką wiejską (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok marchewkowy 200 ml	- Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, ogonówką wiejską (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Jabłko 200g	- Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g - Jabłko 200g	- Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g - Jabłko 200g	- Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g - Jabłko 200g
Obiad	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet mielony 140g (mięso wieprzowe, cebula, jajko, bułka tarta, mąka pszenna, natka pietruszki, przyprawy GLUTEN, JAJA) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 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 - Gotowany bukiet warzyw 150g (marchew, brokuł, pietruszka) - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet mielony 140g (mięso wieprzowe, cebula, jajko, bułka tarta, mąka pszenna, natka pietruszki, przyprawy GLUTEN, JAJA) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g - Kompot b/c 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet mielony 140g (mięso wieprzowe, cebula, jajko, bułka tarta, mąka pszenna, natka pietruszki, przyprawy GLUTEN, JAJA) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g (marchew, brokuł, pietruszka) - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet mielony 140g (mięso wieprzowe, cebula, jajko, bułka tarta, mąka pszenna, natka pietruszki, przyprawy GLUTEN, JAJA) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 250g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet mielony 100g (mięso wieprzowe, cebula, jajko, bułka tarta, mąka pszenna, natka pietruszki, przyprawy GLUTEN, JAJA) - Ziemniaki 100g - Surówka z buraczków 100g - 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) - Filet specjal 40g (m. drobiowe, 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) - Ogórek 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) - Filet specjal 40g (m. drobiowe, 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) - Ogórek 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 40g (m		

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2206 kcal; B: 97,41 g; T: 89,70 g, w tym Tł. nasycone: 30,47 g; W: 260,31 g, w tym cukry 151,25 g; Błonnik: 16,73 g; Sól: 5,44 g;