

JADŁOSPIS RADOMSKO 7.04.2025 – Poniedziałek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Mandarynka 140g - jogurt owocowy 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Mandarynka 140g - 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) - Ser biały 110g (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)) - Ogórek 80g	- Płatki owsiane mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Mandarynka 140g - 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 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Mandarynka 140g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 200g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Ser biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Mandarynka 100g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok marchewkowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok marchewkowy 200 ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200 ml	Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN) Sok marchewkowy 200 ml	Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN) Sok marchewkowy 200 ml	Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN) Sok marchewkowy 200 ml
Obiad	- Zupa szczawiowa z groszkiem ptyśowym 400g (wywar wieprzowy, szczaw, groszek ptyśowy, marchew, przyprawy (GLUTEN, MLEKO)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry,, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g (GLUTEN) - Surówka z kiszonych ogórków 150g - Kompot 250ml	- Ryżanka 400g (wywar warzywny, marchew, ryż, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 160g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry,, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN) - Gotowana cukinia 150g - Kompot 250ml	- Zupa szczawiowa z groszkiem ptyśowym 400g (wywar wieprzowy, szczaw, groszek ptyśowy, marchew, przyprawy (GLUTEN, MLEKO)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry,, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g (GLUTEN) - Surówka z kiszonych ogórków 150g - Kompot b/c 250ml	- Ryżanka 400g (wywar warzywny, marchew, ryż, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 160g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry,, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g - Gotowana cukinia 150g - Kompot 250ml	- Ryżanka 400g (wywar warzywny, marchew, ryż, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry,, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN) - Surówka z kiszonych ogórków 150g - Kompot 250ml	- Ryżanka 250g (wywar warzywny, marchew, ryż, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 140g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry,, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 100g (GLUTEN) - Gotowana cukinia 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Bułka cynamonowa 80g (GLUTEN, MLEKO)	Bułka cynamonowa 80g (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt naturalny 150g (MLEKO)	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) - Pasta rybna z makreli 120g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g - jogurt owocowy 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka 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	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta rybna z makreli 120g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, 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 rybna z makreli 120g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka 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	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Szyunka szkolna 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 30 g (GLUTEN)	Ciasteczka zbożowe 30 g (GLUTEN)	Mus owocowo – warzywny 30g	Ciasteczka zbożowe 30 g (GLUTEN)	Ciasteczka zbożowe 30 g (GLUTEN)	Ciasteczka zbożowe 30 g (GLUTEN)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2336 kcal; B: 116,82 g; T: 113,63 g, w tym Tł. nasycone: 48,02 g; W: 268,85 g, w tym cukry 135,51 g; Błonnik: 18,50 g, Sól: 7,88 g;

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKOSTRAWNA	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) - 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)) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Płatki żytnie na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - 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	- Płatki owsiane 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) - Szynka wieśniowa40g (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 - 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) - Szynka wieśniowa40g (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	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa40g (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 - herbata 250ml	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo pszenne 60g (m. <u>pszenna</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) - Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Papryka 60g - 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) Banan 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 Banan 200g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Gruszka 200g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Gruszka 200g
Obiad	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Filet w sosie z majerankiem 200g (m. drobiowe., przyprawy, (MLEKO, GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 250ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Filet w sosie z majerankiem 200g (m. drobiowe., przyprawy, (MLEKO, GLUTEN)) - Ryż biały 200g - Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 250ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Filet w sosie z majerankiem 200g (m. drobiowe., przyprawy, (MLEKO, GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Marchewka z groszkiem 150g - Kompot b/c 250ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Filet w sosie z majerankiem 200g (m. drobiowe., przyprawy, (MLEKO, GLUTEN)) - Ryż biały 200g - Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 250ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Kotlet drobiowy w płatkach kukurydzianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g -- Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 250ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Kotlet drobiowy w płatkach kukurydzianych 100g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 100g - Marchewka z groszkiem 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Keks 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Keks 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Maślanka 200g (MLEKO) + 2 wafle ryżowe	Keks 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Keks 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Keks 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
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 , - Ogórek kiszony 80g - 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) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN , - Ogórek kiszony 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, bu		

JADŁOSPIS RADOMSKO 9.04.2025 – Środa

	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. pszennea, m. żytnia, m.graham: 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) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszennea (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	- Zacierki na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszennea, m. żytnia, m.graham (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) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata b/c 250ml	- Kasza jaglana na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszennea, m. żytnia, m.graham: 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	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszennea, m. żytnia, m.graham: 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) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 200g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszennea, m. żytnia, m.graham: GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 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) - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, GLUTEN) Soczek owocowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Soczek owocowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, GLUTEN) Soczek warzywny 200ml	Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN) Soczek owocowy 200ml	Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN) Soczek owocowy 200ml	Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN) Soczek owocowy 200ml
Obiad	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszennea, przyprawy (SELER, GLUTEN) - Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 200g (m. wieprzowe, kapusta, ryż, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Kasza gryczana 200g - Surówka colesław 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszennea, przyprawy (SELER, GLUTEN) - Pulpety w sosie pomidorowym 200g (m. drobiowe, przyprawy, koncentrat pom. (MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszennea, przyprawy (SELER, GLUTEN) - Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 200g (m. wieprzowe, kapusta, ryż, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Kasza gryczana 200g - Surówka colesław 150g - Kompot b/c 250ml	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszennea (GLUTEN, SELER) - Pulpety w sosie pomidorowym 200g (m. drobiowe, przyprawy, koncentrat pom. (MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki200g - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszennea, przyprawy (SELER, GLUTEN) - Pulpety w sosie pomidorowym 200g (m. drobiowe, przyprawy, koncentrat pom. (MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka colesław 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszennea, przyprawy (SELER, GLUTEN) - Pulpety w sosie pomidorowym 140g (m. drobiowe, przyprawy, koncentrat pom. (MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 100g - Surówka colesław 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Jogurt deserowy „AGATKA” 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Jogurt deserowy „AGATKA” 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany naturalny150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Jogurt deserowy „AGATKA” 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Jogurt deserowy „AGATKA” 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Jogurt deserowy „AGATKA” 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszennea, m. żytnia, m.graham: GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka meksykańska 80g (fasola czerwona, koncentrat, kukurydza, m. drobiowe, przyprawy) (MLEKO) - Filet zapiekany 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) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszennea, 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 80g - herbata 250ml	-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszennea, m. żytnia, m.graham: GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka meksykańska 80g (fasola czerwona, koncentrat, kukurydza,m. drobiowe, przyprawy) (MLEKO) - Filet zapiekany 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) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszennea, m. żytnia, m.graham: GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka meksykańska 80g (fasola czerwona, koncentrat, kukurydza,m. drobiowe, przyprawy) (MLEKO) - Filet zapiekany 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) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszennea, m. żytnia, m.graham: 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 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszennea, m. żytnia, m.graham: GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Filet zapiekany 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) - Pomidor 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Baton zbożowy 40g (GLUTEN)	Baton zbożowy 40g (GLUTEN)	Pomarańcza 1 szt.(min.200g)	Galaretka owocowa 200ml	Baton zbożowy 40g (GLUTEN)	Baton zbożowy 40g (GLUTEN)
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2324 kcal; B: 120,42 g; T: 84,91 g, w tym Tł. nasycone: 39,91 g; W: 279,42 g, w tym cukry 213,30 g; Błonnik: 21,61 g; Sól: 9,66 g;						

JADŁOSPIS RADOMSKO 10.04.2025 – Czwartek

	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. 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) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Kasza jaglana na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Szynka gotowana extra 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	- Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300g (SELER, GLUTEN) - 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) - Ogórek kiszony 80g - herbata b/c 250ml	- Kasza jaglana na mleku 300g (MLEKO) - 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	- Płatki miodowe na mleku 300g (MLEKO, 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) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Płatki miodowe na mleku 200g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham ; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ogórek kiszony 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mus owocowy 90g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Jabłko 200g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Mus owocowy 90g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Jabłko 200g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Jabłko 200g
Obiad	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Gulasz w sosie z szpinaku 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna , marchew, bulion, przyprawy, szpinak (GLUTEN)) - Surówka z selera 150g - Kompot 250ml	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , kasza, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN))pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Gulasz w sosie z szpinaku 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna , marchew, bulion, przyprawy, szpinak (GLUTEN)) - Gotowana marchewka 150g - Kompot 250ml	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Gulasz w sosie z szpinaku 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna , marchew, bulion, przyprawy, szpinak (GLUTEN)) - Surówka z selera 150g - Kompot b/c 250ml	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , kasza, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN))pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Gulasz w sosie z szpinaku 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna , marchew, bulion, przyprawy, szpinak (GLUTEN)) - Gotowana marchewka 150g - Kompot 250ml l	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Gulasz w sosie z szpinaku 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna , marchew, bulion, przyprawy, szpinak (GLUTEN)) - Surówka z selera 150g - Kompot 250ml	- Zupa fasolowa 250g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pierogi z truskawkami 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 30g (jog. (MLEKO)) - Mus owocowy 100g - 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. pszenna , m. żytnia , m. graham ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 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) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka 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 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 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) - Papryka 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 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) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 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) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 6

	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. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 150g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Ogórek 80g - jogurt naturalny 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków - herbata 250ml	- Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (ML8KO) - Szynka drobieca 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	- Płatki jęczmienne 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) - Twarożek ze szczypiorkiem 150g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Ogórek 80g - 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) - Twarożek ze szczypiorkiem 80g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 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) - Twarożek ze szczypiorkiem 150g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 80g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Ogórek 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Banan 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) Gruszka 200g	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)) - Ryba panierowana w bułce 140g (f. miruny, jaja, m. pszenna, przyprawy, bułka tarta (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszzonej kapusty 150g - Kompot 250ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler , fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Filet z miruny w sosie jogurtowo - ziołowym 200g (f.miruny, , przyprawy (RYBA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw (marchewka, kalafior) 100g - Kompot 250ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler , fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Ryba panierowana w bułce 140g (f. miruny, jaja, m. pszenna, przyprawy, bułka tarta (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszzonej kapusty 150g - Kompot b/c 250ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler , fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Ryba panierowana w bułce 140g (f. miruny, jaja, m. pszenna, przyprawy, bułka tarta (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw (marchewka, kalafior) 100g - Kompot 250ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler , fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Ryba panierowana w bułce 140g (f. miruny, jaja, m. pszenna, przyprawy, bułka tarta (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszzonej kapusty 150g - Kompot 250ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler , fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Ryba panierowana w bułce 100g (f. miruny, jaja, m. pszenna, przyprawy, bułka tarta (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 100g - Gotowany bukiet warzyw (marchewka, kalafior) 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Muffina owocowa 60g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Muffina owocowa 60g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Serek homogenizowany naturalny 150g (MLEKO)	Muffina owocowa 60g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Muffina owocowa 60g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Muffina owocowa 60g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)
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 - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</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 80g - herbata 250ml	-Pieczywo żytnie/graham 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) - 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 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>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 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Filet zapiekany 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) - Pomidor 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Krakersy 90g (GLUTEN)	Krakersy 90g (GLUTEN)	Owsianka instant 90g (GLUTEN)	Mus owocowy 90g	Krakersy 90g (GLUTEN)	Chrupki kukurydziane 30g

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2254 kcal; B: 87,48 g; T: 73,02 g, w tym Tł. nasycone: 39,10 g; W: 318,17 g, w tym cukry 136,02 g; Błonnik: 20,41 g; Sól: 3,55 g;

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	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) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Papryka 80g - herbata 250ml	- Makaron pszenny na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - 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	- Makaron razowy 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) - 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	- 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) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - 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 10g (MLEKO) - Pasztet pieczony 60g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Papryka 60g - herbata 250ml	
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, GLUTEN) Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, GLUTEN) Sok pomidorowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, GLUTEN) Sok pomidorowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 pl plasterkami ogórka (MLEKO, GLUTEN) Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, GLUTEN) Sok owocowy 200ml
Obiad	- Zupa brukselkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, brukselka, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - 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 buraczków 150g - Kompot 250ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Ryż biały 200g - Gotowana kukinia 150g - Kompot 250ml	- Zupa brukselkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, brukselka, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - 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 buraczków 150g - Kompot b/c 250ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Ryż biały 200g - Gotowana kukinia 150g - Kompot 250ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - 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 buraczków 100g - Kompot 250ml	
Podwieczorek	Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN)	Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN)	Gruszka 200g	Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN)	Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN)	Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (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) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (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) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Rzodkiewka 60g - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (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) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Rzodkiewka 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 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) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Rzodkiewka 60g - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (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) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Rzodkiewka 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 bez kości Podkomorzy 20g (

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2430 kcal; B: 101,99 g; T:85,87 g, w tym Tł. nasycone: 37,20 g; W: 320,71 g, w tym cukry 180,12 g; Błonnik: 25,19 g, Sól: 7,59 g;

JADŁOSPIS RADOMSKO 13.04.2025 - Niedziela

	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. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; 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) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <i>pszenna</i>, 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	- Kluski lane na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; 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) - Ogórek 80g - herbata b/c 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; 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) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; 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) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Kakao na mleku 250ml (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Schab kruchy 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)) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Ogórek 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) - Banan 200g	- 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)) - Udko opiekane 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty włoskiej 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 burak 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko opiekane 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty włoskiej 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 - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko opiekane 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g - Kompot 250ml - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 250g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotleciki z piersi kurczaka 100g (m. drobiowe, mąka pszenna, przyprawy, jajko, bułka tarta (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Ziemniaki 100g - Surówka z kapusty włoskiej 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. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z koperkiem 150g (ser twarogowy, przyprawy, koperek, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <i>pszenna</i>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjalny 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. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z koperkiem 150g (ser twarogowy, przyprawy, koperek, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z koperkiem 150g (ser twarogowy, przyprawy, koperek, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z koperkiem 150g (ser twarogowy, przyprawy, koperek, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Twarożek z koperkiem 80g (ser twarogowy, przyprawy, koperek, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	- Delicje 30g (GLUTEN)	- Delicje 30g (GLUTEN)	- Kefir 200g (MLEKO) + 2 szt., pieczywo chrupkie (GLUTEN)	- Delicje 30g (GLUTEN)	- Delicje 30g (GLUTEN)	- Delicje 30g (GLUTEN)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2227 kcal; B: 104,88 g; T: 71,40 g, w tym Tł. nasycone: 32,61 g; W: 298,85 g, w tym cukry 197,15 g; Błonnik: 24,23 g, Sól: 7,14 g;