

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka 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 topiony plastry 40g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ogórek kiszony 80g - jogurt owocowy 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków - herbata 250ml	- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka 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) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki orkiszowe 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) - Szynka 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 topiony plastry 40g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka 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 topiony plastry 40g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser topiony plastry 40g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka 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 topiony plastry 40g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 200g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka 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 topiony plastry 40g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ogórek kiszony 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 pomidorowy 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 pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (GLUTEN, MLEKO) - Leczo warzywne z kielbasą 200g (m. wieprzowe, seler, koper, cebula, cukinia, pieczarki, bulion, koncentrat pomidorowy, przyprawy, mąka pszenna, (SELER, GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Banan 200g - Kompot 250ml	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN, GLUTEN))pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER) - Leczo warzywne z kielbasą 200g (m. wieprzowe, seler, koper, cebula, cukinia, pieczarki, bulion, koncentrat pomidorowy, przyprawy, mąka pszenna, (SELER, GLUTEN)) - Ryż biały 200g - Banan 200g - Kompot 250ml	- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (GLUTEN, MLEKO) - Leczo warzywne z kielbasą 200g (m. wieprzowe, seler, koper, cebula, cukinia, pieczarki, bulion, koncentrat pomidorowy, przyprawy, mąka pszenna, (SELER, GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Arbuz 200g - Kompot b/c 250ml	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN, GLUTEN))pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Leczo warzywne z kielbasą 200g (m. wieprzowe, seler, koper, cebula, cukinia, pieczarki, bulion, koncentrat pomidorowy, przyprawy, mąka pszenna, (SELER, GLUTEN)) - Ryż biały 200g - Banan 200g - Kompot 250ml	- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (GLUTEN, MLEKO) - Leczo warzywne z kielbasą 200g (m. wieprzowe, seler, koper, cebula, cukinia, pieczarki, bulion, koncentrat pomidorowy, przyprawy, mąka pszenna, (SELER, GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Banan 200g - Kompot 250ml	- Zupa pieczarkowa z makaronem 250g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (GLUTEN, MLEKO) - Leczo warzywne z kielbasą 140g (m. wieprzowe, seler, koper, cebula, cukinia, pieczarki, bulion, koncentrat pomidorowy, przyprawy, mąka pszenna, (SELER, GLUTEN)) - Ryż brązowy 100g - Banan 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Muffina kakaowa 60g (GLUTEN, MLEKO)	Muffina kakaowa 60g (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt naturalny 150g (MLEKO)	Muffina kakaowa 60g (GLUTEN, MLEKO)	Muffina kakaowa 60g (GLUTEN, MLEKO)	Muffina kakaowa 60g (GLUTEN, MLEKO)
Kolacja	- 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 pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 80g				

JADŁOSPIS RADOMSKO 29.07.2025 – Wtorek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham (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	- Kasza manna 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 żółty 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata b/c 250ml	- Kawa zbożowa 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 żółty 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kawa zbożowa 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 żółty 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 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) Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (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	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Wątróbka smażona z cebulką 200g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pulpety w sosie ziołowym 200g (m. drobiowe., przyprawy, jajko (MLEKO, GLUTEN, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Gotowana kukinia 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Wątróbka smażona z cebulką 200g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g - Kompot b/c 250ml	- Buraczana z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Pulpety w sosie ziołowym 200g (m. drobiowe., przyprawy, jajko (MLEKO, GLUTEN, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Gotowana kukinia 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pulpety w sosie ziołowym 200g (m. drobiowe., przyprawy, jajko (MLEKO, GLUTEN, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty włoskiej 100g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 250g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pulpety w sosie ziołowym 120g (m. drobiowe., przyprawy, jajko (MLEKO, GLUTEN, JAJA)) - Ziemniaki 100g - Surówka z kapusty włoskiej 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Drożdżówka z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Drożdżówka z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Maślanka 200g (MLEKO) + 2 wafle ryżowe	Drożdżówka z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Drożdżówka z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Drożdżówka z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paszтет 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. pszenna , 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	-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paszтет 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. pszenna , m. żytnia , m. graham ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paszтет 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. pszenna , m. żytnia , m. graham ; 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) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham ; 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) - Papryka 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2041 kcal; B: 95,60 g; T: 80,22 g, w tym Tł. nasycone: 26,41 g; W: 239,95 g, w tym cukry 130,77 g; Błonnik: 10,89 g, Sól: 4,06 g;

JADŁOSPIS RADOMSKO 30.07.2025 – Środa

	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. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia, m.graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 150g (MLEKO) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Makaron pszenny na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia, m.graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka 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	- Makaron razowy na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia, m.graham</i> ; GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 150g (MLEKO) - Ogórek 80g - herbata b/c 250ml	- Makaron pszenny na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia, m.graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 150g (MLEKO) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Płatki miodowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia, m.graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Banan 120g - herbata 250ml	- Płatki miodowe na mleku 200g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia, m.graham</i> ; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Ser biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Banan 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, GLUTEN) Sok owocowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok owocowy 200 ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, GLUTEN) Sok warzywny 200 ml	Bułka słodka z kruszonką 80g (GLUTEN) Sok owocowy 200 ml	Bułka słodka z kruszonką 80g (GLUTEN) Sok owocowy 200 ml	Bułka słodka z kruszonką 80g (GLUTEN) Sok owocowy 200 ml
Obiad	- Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, szpinak, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Filet drobiowy w sosie z majerankiem 200g (m. drobiowe, mąka pszenna , bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z czerwonej kapusty 150g - Kompot 250ml	- Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, szpinak, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Filet drobiowy w sosie z majerankiem 200g (m. drobiowe, mąka pszenna , bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowana marchewka 150g - Kompot 250ml	- Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, szpinak, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Filet drobiowy w sosie z majerankiem 200g (m. drobiowe, mąka pszenna , bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z czerwonej kapusty 150g - Kompot b/c 250ml	- Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, szpinak, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Filet drobiowy w sosie z majerankiem 200g (m. drobiowe, mąka pszenna , bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowana marchewka 150g - Kompot 250ml	- Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, szpinak, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Kotlet drobiowy 140g (m. drobiowe, mąka pszenna , bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z czerwonej kapusty 150g - Kompot 250ml	- Zupa szpinakowa z ziemniakami 250g (wywar drobiowy, szpinak, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Kotlet drobiowy 100g (m. drobiowe, mąka pszenna , bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 100g - Surówka z czerwonej kapusty 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Jogurt owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Jogurt owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Budyń śmietankowy b/c 200ml (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. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia, m.graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 80g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO)) - Szyunka wieśniowa 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. <i>pszenna</i> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka wieśniowa 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia, m.graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 80g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO)) - Szyunka wieśniowa 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. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia, m.graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 80g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO)) - Szyunka wieśniowa 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. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia, m.graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka wieśniowa 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. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia, m.graham</i> ; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Szyunka wieśniowa 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)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Baton zbożowy 40g (GLUTEN)	Baton zbożowy 40g (GLUTEN)

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 31.07.2025 – Czwartek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobiasukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobiasukurydziana, 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	- Ryż brązowy jarzynowym 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobiasukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Papryka 80g - herbata b/c 250ml	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobiasukurydziana, 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.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobiasukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 200g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m.graham; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Filet zapiekany 20g (m. drobiowe, skrobiasukurydziana, 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 - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami 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) Jabłko 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 fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Gulasz w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna , marchew, bulion, przyprawy, (GLUTEN)) - Surówka z selera 150g - Kompot 250ml	- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Gulasz w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna , marchew, bulion, przyprawy, (GLUTEN)) - Surówka z selera 150g - Gotowany bukiet warzyw (marchew, seler, pietruszka) 150g - Kompot 250ml	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Gulasz w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna , marchew, bulion, przyprawy, (GLUTEN)) - Surówka z selera 150g - Kompot b/c 250ml	- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Gulasz w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna , marchew, bulion, przyprawy, (GLUTEN)) - Gotowany bukiet warzyw (marchew, seler, pietruszka) 150g - Kompot 250ml l	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kopytka 200g (GLUTEN) - Gulasz w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna , marchew, bulion, przyprawy, (GLUTEN)) - Surówka z selera 150g - Kompot 250ml	- Zupa fasolowa 250g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kopytka 100g (GLUTEN) - Gulasz w sosie własnym 120g (m. wieprzowej, mąka pszenna , marchew, bulion, przyprawy, (GLUTEN)) - Surówka z selera 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. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobiasukurydziana, 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) - Szynka szkolna 80g (m. wieprzowe, skrobiasukurydziana, 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.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobiasukurydziana, 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 b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobiasukurydziana, 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. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobiasukurydziana, 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 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m.graham; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobiasukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250ml
Posilek nocny	Pizerrka 80 g (GLUTEN)	Budyń 200 ml (MLEKO)	Owsianka instant 90g (GLUTEN)	Pizerrka 80 g (GLUTEN)	Pizerrka 80 g (GLUTEN)	Pizerrka 80 g (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 1.08.2025 - 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) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Ogórek 80g - jogurt naturalny 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków - herbata 250ml	- Płatki żytnie na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna, GLUTEN) - Masło 20g (ML8KO) - 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 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; 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 b/c 250ml	- Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; 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	- Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; 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) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; 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, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok pomidorowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok owocowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok owocowy 200ml
Obiad	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g (SELER,GLUTEN, MLEKO) - Filet z Miruny panierowany w bułce 140g (f. miruny, jaja, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszzonego ogórka 150g - Kompot 250ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g (SELER,GLUTEN, MLEKO) - Filet z miruny w sosie kopekrowym 200g (f.miruny, , przyprawy (RYBA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g (SELER,GLUTEN, MLEKO) - Ryba w cieście naleśnikowym 140g (f. miruny, jaja, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszzonego ogórka 150g - Kompot b/c 250ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g (SELER,GLUTEN, MLEKO) - Filet z Miruny panierowany w bułce 140g (f. miruny, jaja, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g (SELER,GLUTEN, MLEKO) - Filet z Miruny panierowany w bułce 140g (f. miruny, jaja, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszzonego ogórka 150g - Kompot 250ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 250g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g (SELER,GLUTEN, MLEKO) - Filet z Miruny panierowany w bułce 100g (f. miruny, jaja, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 100g - Surówka z kiszzonego ogórka 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Babka czekoladowa 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Babka czekoladowa 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Jabłko 1 szt.	Babka czekoladowa 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Babka czekoladowa 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Babka czekoladowa 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)
Kolacja	- 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 - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna, 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. 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	- 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 (GLUTEN)	- 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	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 80g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g - herbata 250ml
Posilek nocny	Kopernik Wafle Teatralne kakao 36g	Mus owocowy 90g	Koktajl owocowy na jogurcie naturalnym 200ml (gruszka, jogurt nat.) (MLEKO)	Kopernik Wafle Teatralne kakao 36g	Kopernik Wafle Teatralne kakao 36g	Kopernik Wafle Teatralne kakao 36g

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;

	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. <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) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki jęczmienne 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	- Płatki jęczmienne 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 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 b/c 250ml	- Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - 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) - 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 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	- 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) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, GLUTEN) Arbuz 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, GLUTEN) Arbuz 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, GLUTEN) Arbuz 200g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Arbuz 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 pl plasterkami ogórka (MLEKO, GLUTEN) Arbuz 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, GLUTEN) Arbuz 200g
Obiad	- Zupa brukselkowa z ryżem 400g (wywar drobiowy, brukselka, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 200g (m. wieprzowe, kapusta, ryż, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Kasza jaglana 200g (GLUTEN, JAJA) - Surówka z kapusty włoskiej 150g - Kompot 250ml	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Pulpety w sosie pomidorowym 200g (m. wieprzowe, kapusta, ryż, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Kasza jaglana 200g (GLUTEN, JAJA) - Gotowany bukiet warzyw 150g (marchew, seler, brokuł) - Kompot 250ml	- Zupa brukselkowa z ryżem 400g (wywar drobiowy, brukselka, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 200g (m. wieprzowe, kapusta, ryż, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Kasza jaglana 200g (GLUTEN, JAJA) - Surówka z kapusty włoskiej 150g - Kompot b/c 250ml	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 200g (m. wieprzowe, kapusta, ryż, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Kasza jaglana 200g (GLUTEN, JAJA) - Gotowany bukiet warzyw 150g (marchew, seler, brokuł) - Kompot 250ml	- Zupa z zielonego groszku z ryżem 400g (wywar drobiowy, groszek zielony, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 200g (m. wieprzowe, kapusta, ryż, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g - Kompot 250ml	- Zupa z zielonego groszku z ryżem 250g (wywar drobiowy, groszek zielony, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 120g (m. wieprzowe, kapusta, ryż, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty włoskiej 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Drożdżówka z serem 80g (GLUTEN)	Drożdżówka z serem 80g (GLUTEN)	Kefir 200g (MLEKO) + 2 szt. pieczywo chrupki (GLUTEN)	Drożdżówka z serem 80g (GLUTEN)	Drożdżówka z serem 80g (GLUTEN)	Drożdżówka z serem 80g (GLUTEN)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (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) - Sałatka meksykańska 100g (fasola czerwona, koncentrat, kukurydza, m. drobiowe, przyprawy) (MLEKO) - 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>;			

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;

JADŁOSPIS RADOWSKO 3.08.2025 - Niedziela

	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. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 150g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <i>pszenna</i> , 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	- Zacierki z m.razowej na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 150g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Ogórek 80g - herbata b/c 250ml	- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 150g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 150g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 200g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 80g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (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) Jabłko 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 140g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko opiekane 140g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko opiekane 140g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Marchewka z groszkiem 150g - Kompot b/c 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko w sosie tymiankowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet drobiowy 140g (m. drobiowe, mąka pszenna , bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 250g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet drobiowy 100g (m. drobiowe, mąka pszenna , bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 100g - Marchewka z groszkiem 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowo – warzywny 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) - 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	- Pieczywo pszenne 100g (m. <i>pszenna</i> , 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	- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; 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 b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; 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	- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; 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	- Pieczywo mieszane 60g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; GLUTEN) - Masło 10g (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