

JADŁOSPIS RADOMSKO 11.08.2025 – Poniedziałek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 40g (MLEKO) - Pomidor 80g - jogurt owocowy 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków - herbata 250ml	- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 80g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Płatki orkiszowe na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 40g (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 40g (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku z żurawiną 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 40g (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku z żurawiną 200g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka szkolna 20g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g),liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok owocowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok owocowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Bułka maślana 60g, dżem 30g (GLUTEN) Sok owocowy 200ml	Bułka maślana 60g, dżem 30g (GLUTEN) Sok owocowy 200ml	Bułka maślana 60g, dżem 30g (GLUTEN) Sok owocowy 200ml
Obiad	- Zupa brokułowa z ryżem 400g (wywar drobiowy, brokuł, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Wątróbka smażona z cebulką 200g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenne, przyprawy GLUTEN) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g - Kompot 250ml	- Zupa grysikowa 400g (wywar drobiowy, włoszczyzna, kasza, m. z kurczaka, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Filet w sosie pieczeniowym 200g (m. drobiowe,, przyprawy, (MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml	- Zupa brokułowa z ryżem 400g (wywar drobiowy, brokuł, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Wątróbka smażona z cebulką 200g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenne, przyprawy GLUTEN) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g - Kompot b/c 250ml	- Zupa grysikowa 400g (wywar drobiowy, włoszczyzna, kasza, m. z kurczaka, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Filet w sosie pieczeniowym 200g (m. drobiowe,, przyprawy, (MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml	- Zupa grysikowa 400g (wywar drobiowy, włoszczyzna, kasza, m. z kurczaka, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Pierogi z truskawkami 300g (GLUTEN) - Polewa jogurtowa 30g (MLEKO) - Mus owocowy 90g - Kompot 250ml	- Zupa grysikowa 250g (wywar drobiowy, włoszczyzna, kasza, m. z kurczaka, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Pierogi z truskawkami 200g (GLUTEN) - Polewa jogurtowa 30g (MLEKO) - Mus owocowy 90g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Bułka cynamonowa 80g (GLUTEN, MLEKO)	Bułka cynamonowa 80g (GLUTEN, MLEKO)	Maślanka 200ml (MLEKO) + 2 szt. pieczywo chrupkie żytnie (GLUTEN)	Bułka cynamonowa 80g (GLUTEN, MLEKO)	Bułka cynamonowa 80g (GLUTEN, MLEKO)	Bułka cynamonowa 80g (GLUTEN, MLEKO)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenney, mąka pszenne (JAJA, GLUTEN, - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenne, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 80g (m. drobiowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenney, mąka pszenne (JAJA, GLUTEN, - Ogórek 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenney, mąka pszenne (JAJA, GLUTEN, - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Filet zapiekany 40g (m. drobiowe, skrobiana 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	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Filet zapiekany 40g (m. drobiowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ogórek 40g - herbata 250ml
Posilek nocny	Krążki dietetyczne „JANDA” 30 g (GLUTEN)	Krążki dietetyczne „JANDA” 30 g (GLUTEN)	Serek homogenizowany naturalny 150g (MLEKO)	Krążki dietetyczne „JANDA” 30 g (GLUTEN)	Krążki dietetyczne „JANDA” 30 g (GLUTEN)	Krążki dietetyczne „JANDA” 30 g (GLUTEN)
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2466 kcal; B: 100,09 g; T: 84,40 g, w tym Tł. nasycone: 25,16 g; W: 347,47 g, w tym cukry 233,47 g; Błonnik: 22,50 g Sól: 5,77g						

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Makaron pszenny na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Jajko 1 szt. (JAJA) - 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) - Szynka wiśniowa 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Ogórek kiszony 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 wiśniowa 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u>) (GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 20g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Ogórek kiszony 60g - 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) Jabłko 200g	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	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , kasza, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN))pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER) - Kotlet pożarski 140g (m. drobiowe, jajo, b. pszenna, mleko, przyprawy (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z marchewki 150g - Kompot 250ml	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , kasza, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN))pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER) - Pulpety w sosie z zieloną pietruszką 200g (m. drobiowe, jajo, b. pszenna, mleko, przyprawy, pietruszka(JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g (seler, marchew, pietruszka) - Kompot 250ml	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , kasza, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN))pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER) - Kotlet pożarski 140g (m. drobiowe, jajo, b. pszenna, mleko, przyprawy (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z marchewki 150g - Kompot b/c 250ml	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , kasza, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN))pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER) - Pulpety w sosie z zieloną pietruszką 200g (m. drobiowe, jajo, b. pszenna, mleko, przyprawy, pietruszka(JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g (seler, marchew, pietruszka) - Kompot 250ml	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , kasza, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN))pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER) - Kotlet pożarski 140g (m. drobiowe, jajo, b. pszenna, mleko, przyprawy (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z marchewki 150g - Kompot 250ml	- Krupnik jęczmienny 250g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , kasza, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN))pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER) - Kotlet pożarski 100g (m. drobiowe, jajo, b. pszenna, mleko, przyprawy (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 100g - Surówka z marchewki 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Mus owocowo – warzywny 100g	Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka meksykańska 120g (fasola czerwona, koncentrat, kukurydza, m. drobiowe, przyprawy) (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - 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. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka meksykańska 120g (fasola czerwona, koncentrat, kukurydza, m. drobiowe, przyprawy) (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - 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 mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 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			

JADŁOSPIS RADOMSKO 13.08.2025– Środa

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki żytnie na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Płatki żytnie na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Szynka pieczona 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kasza manna na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i> (GLUTEN)) - Twarożek z rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Papryka 80g - herbata b/c 250ml	- Płatki żytnie 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 rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki miodowe 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 rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Płatki miodowe na mleku 200g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 80g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Papryka 60g - herbata 250ml
II śniadanie	- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, GLUTEN) - Banan 200g	- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Banan 200g	- Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego (MLEKO, GLUTEN) - Jabłko 200g	- Bułka słodka z kruszonką 80g (GLUTEN), Banan 200g	- Bułka słodka z kruszonką 80g (GLUTEN), Banan 200g	- Bułka słodka z kruszonką 80g (GLUTEN), Banan 200g
Obiad	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g (GLUTEN) - Surówka z selera 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g (GLUTEN) - Surówka z selera 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g (GLUTEN) - Surówka z selera 150g - Kompot b/c 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Kasza jaglana 200g - Gotowana cukinia 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g (GLUTEN) - Surówka z selera 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 250g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 140g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Kasza pęczak 100g (GLUTEN) - Surówka z selera 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	- Jogurt owocowy150g (MLEKO)	- Jogurt owocowy150g (MLEKO)	- Serek homogenizowany naturalny150g ((MLEKO))	- Jogurt owocowy150g (MLEKO)	- Jogurt owocowy150g (MLEKO)	- Jogurt owocowy150g (MLEKO)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <i>pszenna</i>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Szynka drobiowa 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)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Parówka 1szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g - herbata 250ml
Posilek nocny	- Baton zbożowy 40g (GLUTEN)	- Baton zbożowy 40g (GLUTEN)	- Serek wiejski 200g (MLEKO)	- Galaretka owocowa 200ml	- Galaretka owocowa 200ml + 2 szt. chrupki kukurydziane	- Galaretka owocowa 200ml + 2 szt. chrupki kukurydziane
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2406 kcal; B: 98,94 g; T: 82,01 g, w tym Tł. nasycone: 27,05 g; W: 336,28 g, w tym cukry 161,61 g; Błonnik: 23,33 g, Sól: 6,65g						

JADŁOSPIS RADOMSKO 14.08.2025 – Czwartek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.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	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna, GLUTEN</u>) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńka 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	- Kluski lane z m.razowej na wywarze jarzynowym 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.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	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku z 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńka 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 kiszony 80g - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 200g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Szyńka 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 kiszony 60g - herbata 250ml
	II śniadanie	- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok pomidorowy 200ml	- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok pomidorowy 200ml	- Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok pomidorowy 200ml	- Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g - Sok pomidorowy 200ml	- Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g - Sok marchewkowy 200ml
Obiad	- Żurek z kielbasą i ziemniakami 400g (wywar drob., ziemniaki, żur, ziemniaki, przyprawy (GLUTEN)), przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Okrasa 50g - Surówka z czerwonej kapusty 150g - Kompot 250ml	- Zupa ziemniaczana z mięsem drobiowym 400g (wywar drob., ziemniaki, żur, ziemniaki, przyprawy (GLUTEN)), przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml	- Żurek z kielbasą i ziemniakami 400g (wywar drob., ziemniaki, żur, ziemniaki, przyprawy (GLUTEN)), przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Okrasa 50g - Surówka z czerwonej kapusty 150g - Kompot b/c 250ml	- Zupa ziemniaczana z mięsem drobiowym 400g (wywar drob., ziemniaki, ziemniaki, przyprawy (GLUTEN)), przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) -Gotowany burak 150g - Kompot 250ml l	- Żurek z kielbasą i ziemniakami 400g (wywar drob., ziemniaki, żur, ziemniaki, przyprawy (GLUTEN)), przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Okrasa 50g - Surówka z czerwonej kapusty 150g - Kompot 250ml	- Żurek z kielbasą i ziemniakami 250g (wywar drob., ziemniaki, żur, ziemniaki, przyprawy (GLUTEN)), przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pyzy z mięsem 200g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Okrasa 30g - Surówka z czerwonej kapusty 100g - Kompot 250ml
	Podwieczorek	- Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	- Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	- Mus owocowo – warzywny 90g	- Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	- Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (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) - Sałatka z soczewicy, kaszy jaglanej z koncentratem pomidorowym 80g (kasza jagłana, koncentrat, soczewica, przyprawy (MLEKO)) - Pomidor 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna, GLUTEN</u>) - 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, m. żytnia, m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (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) - Sałatka z soczewicy, kaszy jaglanej z koncentratem pomidorowym 80g (kasza jagłana, koncentrat, soczewica, przyprawy (MLEKO)) - Pomidor 80 g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka śledziowa 120g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (MLEKO)) - Pomidor 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.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 60 g - herbata 250ml
	Posilek nocny	- Delicje 30g (GLUTEN)	- Delicje 30g (GLUTEN)	- Owsianka instant 90g (GLUTEN)	- Delicje 30g (GLUTEN)	- Delicje 30g (GLUTEN)
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2368 kcal; B: 74,61 g; T: 89,53 g, w tym Tł. nasycone: 26,75 g; W: 323,95 g, w tym cukry 151,66 g; Błonnik: 19,96 g Sól 14,66g						

JADŁOSPIS RADOMSKO 15.08.2025 - 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. <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 żółty 40g (MLEKO) - Papryka 80g - jogurt naturalny 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (ML8KO) - 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	- Płatki owsiane 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) - 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 żółty 40g (MLEKO) - Papryka 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) - 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 żółty 40g (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) - 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 żółty 40g (MLEKO) - Papryka 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) - Szynka drobiowa 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) - Papryka 60g - herbata 250ml
II śniadanie	- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Jabłko 200g	- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Jabłko 200g	- Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Jabłko 200g	- Pizzerinka 80g (GLUTEN) - Jabłko 200g	- Pizzerinka 80g (GLUTEN) - Jabłko 200g	- Pizzerinka 80g (GLUTEN) - Jabłko 200g
Obiad	- Zupa brukselkowa z ryżem 400g (wywar drobiowy, brukselka, marchew, ryż, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Kotlet rybny w panierce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszzonego ogórka 150g - Kompot 250ml	- Zupa ryżanka 400g (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż biały, m. z kurczaka, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Filet z miruny w sosie ziołowym 200g (f.miruny, przyprawy, bulion, (RYBA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Gotowana marchewka 150g - Kompot 250ml	- Zupa brukselkowa z ryżem 400g (wywar drobiowy, brukselka, marchew, ryż, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Kotlet rybny w panierce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszzonego ogórka 150g - Kompot b/c 250ml	- Zupa ryżanka 400g (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż biały, m. z kurczaka, przyprawy (SELER)) - Kotlet rybny w panierce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Gotowana marchewka 150g - Kompot 250ml	- Zupa ryżanka 400g (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż biały, m. z kurczaka, przyprawy (SELER)) - Kotlet rybny w panierce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszzonego ogórka 150g - Kompot 250ml	- Zupa ryżanka 250g (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż biały, m. z kurczaka, przyprawy (SELER)) - Kotlet rybny w panierce 100g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 100g - Surówka z kiszzonego ogórka 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	- Lubisie 30g (GLUTEN)	- Lubisie 30g (GLUTEN)	- Kisiel owocowy b/c 200ml - Wiórki kokosowe 10g	- Lubisie 30g (GLUTEN)	- Lubisie 30g (GLUTEN)	- Lubisie 30g (GLUTEN)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 150g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 150g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (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) - Twarożek ze szczypiorkiem 150g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml(GLUTEN)	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 150g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- 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)) - Pomidor 80g - herbata 250ml
Posilek nocny	- Wafel teatralny Kopernik 33g (MLEKO)	- Wafel teatralny Kopernik 33g (MLEKO)	- Koktajl owocowy na jogurcie naturalnym 200ml (gruszka, jogurt nat.) (MLEKO)	- Wafel teatralny Kopernik 33g (MLEKO)	- Wafel teatralny Kopernik 33g (MLEKO)	- Wafel teatralny Kopernik 33g (MLEKO)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2345 kcal; B: 102,47 g; T: 74,44 g, w tym Tł. nasycone: 29,03 g; W: 322,87 g, w tym cukry 182,74 g; Błonnik: 20,22 g, Sól: 8,80g

JADŁOSPIS RADOMSKO 16.08.2025 – Sobota

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kasza jaglana na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Kielbasa szynkowa Jana 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Ogórek kiszony 80 g - herbata 250ml	- Kasza jaglana na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Kielbasa szynkowa Jana 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kasza jaglana 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) - Kielbasa szynkowa Jana 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Ogórek kiszony 80 g - herbata b/c 250ml	- Kasza jaglana na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Kielbasa szynkowa Jana 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kasza jaglana na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Kielbasa szynkowa Jana 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Ogórek zielony 80 g - herbata 250ml	- Kasza jaglana na mleku 200g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Kielbasa szynkowa Jana 20g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Ogórek zielony 60 g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, GLUTEN) Sok marchewkowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, GLUTEN) Sok marchewkowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, GLUTEN) Sok marchewkowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok marchewkowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok marchewkowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok marchewkowy 200ml
Obiad	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Potrawka z czerwoną fasolą, mięsem mielonym w sosie pomidorowym z makaronem 200g (m. wieprzowe, fasola, pietruszka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN)) - Makaron razowy 200g (GLUTEN, JAJA) - Surówka z kapusty pekińskiej 150g - Kompot 250ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Gulasz w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, (GLUTEN)) - Makaron pszenny 200g (GLUTEN, JAJA) - Gotowany bukiet warzyw 150g (marchew, brokuł, pietruszka) - Kompot 250ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Potrawka z czerwoną fasolą, mięsem mielonym w sosie pomidorowym z makaronem 200g (m. wieprzowe, fasola, pietruszka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN)) - Makaron razowy 200g (GLUTEN, JAJA) - Surówka z kapusty pekińskiej 150g - Kompot b/c 250ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Gulasz w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, (GLUTEN)) - Makaron pszenny 200g (GLUTEN, JAJA) - Gotowany bukiet warzyw 150g (marchew, brokuł, pietruszka) - Kompot 250ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Potrawka z czerwoną fasolą, mięsem mielonym w sosie pomidorowym z makaronem 200g (m. wieprzowe, fasola, pietruszka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN)) - Makaron razowy 200g (GLUTEN, JAJA) - Surówka z kapusty pekińskiej 150g - Kompot 250ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Potrawka z czerwoną fasolą, mięsem mielonym w sosie pomidorowym z makaronem 120g (m. wieprzowe, fasola, pietruszka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN)) - Makaron razowy 100g (GLUTEN, JAJA) - Surówka z kapusty pekińskiej 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) - Sałatka z kurczakiem, ryżem i papryką 80g (ryż, jogurt, filet drobiowy, papryka, brokuł, (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)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z kurczakiem, ryżem i papryką 80g (ryż, jogurt, filet drobiowy, papryka, brokuł, (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)) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z kurczakiem, ryżem i papryką 80g (ryż, jogurt, filet drobiowy, papryka, brokuł, (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)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 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 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)) - Pomidor 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2445 kcal; B: 92,01 g; T: 89,37 g, w tym Tł. nasycone: 30,22 g; W: 328,03 g, w tym cukry 192,45 g; Błonnik: 20,42 g, Sól: 6,96

JADŁOSPIS RADOMSKO 17.08.2025- Niedziela

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRYCZOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Banan 140g - herbata 250ml	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <i>pszenna</i>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Banan 140g - herbata 250ml	- Ryż brązowy na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Szyńka bez kości Podkomorzy 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 - herbata b/c 250ml	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Banan 140g - herbata 250ml	- Ryż biały na mleku z jabłkiem 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Banan 140g - herbata 250ml	- Ryż biały na mleku z jabłkiem 200g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) -Masło 10g (MLEKO) - Ser biały 80g (MLEKO) - Dżem 20g - Banan 140g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, ogonówką wiejską (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok owocowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, ogonówką wiejską (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok owocowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, ogonówką wiejską (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok owocowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok owocowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok owocowy 200ml
Obiad	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza gryczana 200g (GLUTEN) - Surówka z selera 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 - Gotowana kuchnia 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza gryczana 200g (GLUTEN) - Surówka z selera 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 - Gotowana kuchnia 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko opiekane 140g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Surówka z selera 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 250g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko opiekane 100g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Surówka z selera 120g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</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)) - Papryka 80g - herbata 250ml	- 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	- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</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)) - Papryka 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</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	- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Schab kruchy 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Papryka 60g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Schab kruchy 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Papryka 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Krakersy 90g (GLUTEN)	Krakersy 90g (GLUTEN)	Jogurt naturalny 150g (MLEKO) + 2 szt. wafle ryżwoe	Krakersy 90g (GLUTEN)	Krakersy 90g (GLUTEN)	Krakersy 90g (GLUTEN)
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2428 kcal; B: 95,92 g; T: 89,34 g, w tym Tł. nasycone: 28,54 g; W: 322,51 g, w tym cukry 351,71 g; Błonnik: 26,91 g, Sól: 3,91						