

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-12 do dnia 2026-04-21 SZPITALE

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2026-04-12 niedziela	PODSTAWOWA NA ODDZIALE DZIECIĘCYM	Kakao na mleku 2% tł. bez cukru 300 ml (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 20 g (GLU) Chleb razowy 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek homogenizowany z koperkiem 80 g (MLE) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g	Banan 150g 1 szt	Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL, GOR) Gołąbek bez zawijania 1 szt (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Bukiet warzyw gotowany 100 g Surówka z białej rzepy z jabłkiem z jogurtem 2% tł. 100 g (JAJ, SEL) Kompot b/c 300 ml	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 20 g (GLU) Chleb razowy 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Sałatka śledziowa z jajkiem, ogórkiem kiszonym i majonezem 180 g (JAJ, RYB, SOJ, GOR) Sałata zielona 10 g	Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 271,1 Białko ogółem [g] 105,6 Tłuszcz [g] 80,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Węglowodany ogółem [g] 273,3 suma cukrów prostych [g] 86,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Sód [mg] 2 809,3
	PODSTAWOWA	Kakao na mleku 2% tł. bez cukru 300 ml (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek homogenizowany z koperkiem 80 g (MLE) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g		Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL, GOR) Gołąbek bez zawijania 1 szt (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z białej rzepy z jabłkiem z jogurtem 2% tł. 100 g (JAJ, SEL) Bukiet warzyw gotowany 100 g Kompot b/c 300 ml Banan 150g 1 szt	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Sałatka śledziowa z jajkiem, ogórkiem kiszonym i majonezem 180 g (JAJ, RYB, SOJ, GOR) Sałata zielona 10 g	Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 281,3 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 80,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Węglowodany ogółem [g] 274,7 suma cukrów prostych [g] 84,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Sód [mg] 2 869,3
	ŁATWOSTRAWNA	Kakao na mleku 2% tł. bez cukru 300 ml (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek homogenizowany z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g		Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL, GOR) Gołąbek bez zawijania 1 szt (GLU, JAJ) Sos pomidorowy b/śmietany 80 ml Ziemniaki gotowane 100 g Bukiet warzyw gotowany 200 g Kompot b/c 300 ml Banan 150g 1 szt	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Połędwica miodowa 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 035,3 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 59,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5 Węglowodany ogółem [g] 271,6 suma cukrów prostych [g] 80,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sód [mg] 1 971,1

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-12 do dnia 2026-04-21 SZPITALE

2026-04-12 niedziela	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek homogenizowany z koperkiem 80 g (MLE) Ogórek 90 g Salata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Pomarańcza 150 g	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (SOJ, SEL, GOR) Gołąbek bez zawijania z ryżem brązowym 1 szt (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z białej rzepy z jabłkiem z jogurtem 2% tł. 200 g (JAJ, SEL) Kompot b/c 300 ml	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 150 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Salatka śledziowa z jajkiem, ogórkiem kiszonym i majonezem 180 g (JAJ, RYB, SOJ, GOR) Salata zielona 10 g	Chleb razowy 60 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Poledwica miodowa 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 233,9 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 71,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 301 suma cukrów prostych [g] 56,1 Błonnik pokarmowy [g] 41 Sód [mg] 2 773,8
	WEGETARIANSKA	Kakao na mleku 2% tł. bez cukru 300 ml (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek homogenizowany z koperkiem 80 g (MLE) Ogórek 90 g Salata zielona 10 g		Bulion jarski z makaronem 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Gołąbek wegetariański z fasolą 1 szt (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z białej rzepy z jabłkiem z jogurtem 2% tł. 100 g (JAJ, SEL) Bukiet warzyw gotowany 100 g Kompot b/c 300 ml Banan 150g 1 szt	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Salatka śledziowa z jajkiem, ogórkiem kiszonym i majonezem 180 g (JAJ, RYB, SOJ, GOR) Salata zielona 10 g	Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 239,3 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 73,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3 Węglowodany ogółem [g] 289,8 suma cukrów prostych [g] 95,3 Błonnik pokarmowy [g] 39 Sód [mg] 2 894,8
2026-04-13 poniedziałek	PODSTWOWA NA ODDZIALE DZIECIĘCYM	Zupa mleczna z płatkami owsianymi na mleku 2% tł. 300 ml (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 20 g (GLU) Chleb razowy 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Poledwica gazdy 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Pomarańcza 150 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Chłopski garnek z wieprzowiną 200 g (SEL) Kajzerka 60g 1 szt (GLU) Surówka żydowska z ogórkiem kiszonym z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kalafior gotowany 100 g Kompot b/c 300 ml	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 20 g (GLU) Chleb razowy 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Pasta twarogowa a'la tzatziki 80 g (MLE) Burak gotowany plasterki 90 g Salata zielona 10 g	Mus owocowy saszetka 100g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 976,3 Białko ogółem [g] 81,7 Tłuszcz [g] 51,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5 Węglowodany ogółem [g] 289,8 suma cukrów prostych [g] 68,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 Sód [mg] 2 080,2

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-12 do dnia 2026-04-21 SZPITALE

2026-04-13 poniedziałek

<p>PODSTAWOWA</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi na mleku 2% tł. 300 ml (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Połędwica gazdy 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g</p>		<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Chłopski garnek z wieprzowiną i kielbasą szlachecką 200 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Kajzerka 60g 1 szt (GLU) Kalańfior gotowany 100 g Surówka żydowska z ogórkiem kiszonym z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Pomarańcza 150 g</p>	<p>Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Pasta twarogowa a'la tzatziki 80 g (MLE) Burak gotowany plasterki 90 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Mus owocowy saszetka 100g 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 977,8 Białko ogółem [g] 83,2 Tłuszcz [g] 49,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9 Węglowodany ogółem [g] 292 suma cukrów prostych [g] 66,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 Sód [mg] 2 182,6</p>
<p>ŁATWOSTRAWNA</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi na mleku 2% tł. 300 ml (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Połędwica gazdy 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g</p>		<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami b/śmietany 400 ml (SEL) Chłopski garnek z wieprzowiną 200 g (SEL) Kajzerka 60g 1 szt (GLU) Kalańfior gotowany 200 g Kompot b/c 300 ml Pomarańcza 150 g</p>	<p>Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Burak gotowany plasterki 90 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Mus owocowy saszetka 100g 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 973,3 Białko ogółem [g] 85,9 Tłuszcz [g] 48,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,7 Węglowodany ogółem [g] 290,7 suma cukrów prostych [g] 64,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Sód [mg] 2 533,8</p>
<p>Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</p>	<p>Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Połędwica gazdy 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Pomarańcza 150 g</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami b/śmietany 400 ml (SEL) Chłopski garnek z wieprzowiną 200 g (SEL) Grahamka 90g 1 szt (GLU) Surówka żydowska z ogórkiem kiszonym z olejem rzepakowym 200 g (SEL) Kompot b/c 300 ml</p>	<p>Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Pasta twarogowa a'la tzatziki 80 g (MLE) Rzodkiewka 90 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Chleb razowy 60 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka gotowana 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 50 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 912,1 Białko ogółem [g] 82,8 Tłuszcz [g] 52,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,4 Węglowodany ogółem [g] 282,1 suma cukrów prostych [g] 53 Błonnik pokarmowy [g] 46,1 Sód [mg] 2 488,2</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-12 do dnia 2026-04-21 SZPITALE

2026-04-13 poniedziałek	<p>WEGETARIANSKA</p> <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi na mleku 2% tł. 300 ml (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Ser mozzarella 50 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g</p>		<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Chłopski garnek z soczewicą 200 g (SOJ, SEL) Kajzerka 60g 1 szt (GLU) Surówka żydowska z ogórkiem kiszonym z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kalańior gotowany 100 g Kompot b/c 300 ml Pomarańcza 150 g</p>	<p>Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Pasta twarogowa a'la tzatziki 80 g (MLE) Burak gotowany plasterki 90 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Mus owocowy saszetka 100g 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 051 Białko ogółem [g] 80,3 Tłuszcz [g] 53,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Węglowodany ogółem [g] 306,4 suma cukrów prostych [g] 66,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,3 Sód [mg] 2 194,8</p>
	<p>PODSTAWOWA NA ODDZIALE DZIECIĘCYM</p> <p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 20 g (GLU) Chleb razowy 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka drobiowa z piersią indyczą 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Koktajl jogurtowo malinowy z bananem b/c 150 ml (MLE)</p>	<p>Zupa z soczewicy z ziemniakami 400 g (SOJ, SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Ryż biały gotowany na sypko 100 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Buraczki gotowane 100 g Kompot b/c 300 ml Sos pietruszkowy 80 ml (MLE)</p>	<p>Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 20 g (GLU) Chleb razowy 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek śmietankowy 20g 1 szt Sałatka gyros z majonezem 150 g (JAJ, SOJ, GOR)</p>	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 122,1 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 73,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 Węglowodany ogółem [g] 272,3 suma cukrów prostych [g] 49,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 Sód [mg] 1 981,1</p>
2026-04-14 wtorek	<p>PODSTAWOWA</p> <p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka drobiowa z piersią indyczą 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g</p>		<p>Zupa z soczewicy z ziemniakami 400 g (SOJ, SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (MLE) Ryż biały gotowany na sypko 100 g Buraczki gotowane 100 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Koktajl jogurtowo malinowy z bananem b/c 150 ml (MLE)</p>	<p>Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek śmietankowy 20g 1 szt Sałatka gyros z majonezem 150 g (JAJ, SOJ, GOR)</p>	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 132,3 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 73,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 Węglowodany ogółem [g] 273,5 suma cukrów prostych [g] 47,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Sód [mg] 2 041,1</p>
	<p>LĄTWOSTRAWNA</p> <p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka drobiowa z piersią indyczą 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g</p>		<p>Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy b/śmietany 80 ml Ryż biały gotowany na sypko 100 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Buraczki gotowane 100 g Kompot b/c 300 ml Koktajl jogurtowo malinowy z bananem b/c 150 ml (MLE)</p>	<p>Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek śmietankowy 20g 1 szt Sałatka gyros z sosem jogurtowym (dieta) 150 g (MLE)</p>	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 058,8 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 67,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Węglowodany ogółem [g] 271,7 suma cukrów prostych [g] 47 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 Sód [mg] 1 715</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-12 do dnia 2026-04-21 SZPITALE

2026-04-14 wtorek	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Szyńka drobiowa z piersią indyczą 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g	Zupa z soczewicy z ziemniakami 400 g (SOJ, SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Ryż brązowy gotowany na sypko 100 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 200 g (SEL) Kompot b/c 300 ml	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek śmietankowy 20g 1 szt Sałatka gyros z sosem jogurtowym (dieta) 150 g (MLE)	Chleb razowy 60 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Ser twarogowy w kawałku 50 g (MLE) Rzodkiewka 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 087,8 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 62,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,2 Węglowodany ogółem [g] 289,4 suma cukrów prostych [g] 51,7 Błonnik pokarmowy [g] 46,7 Sód [mg] 1 571,5
	WEGETARIANSKA	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Hummus 80 g Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g	Zupa z soczewicy z ziemniakami 400 g (SOJ, SEL) Kotlet z fasoli czerwonej 1 szt (JAJ, SEL) Ryż biały gotowany na sypko 100 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Buraczki gotowane 100 g Kompot b/c 300 ml Koktajl jogurtowo malinowy z bananem b/c 150 ml (MLE)	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek śmietankowy 20g 1 szt Sałatka z kapusty pekińskiej z tofu z olejem rzepakowym 150 g (SOJ, GOR)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 660,9 Białko ogółem [g] 118,1 Tłuszcz [g] 86,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Węglowodany ogółem [g] 374,1 suma cukrów prostych [g] 53,3 Błonnik pokarmowy [g] 55,1 Sód [mg] 1 616,8	
2026-04-15 środa	PODSTWOWA NA ODDZIALE DZIECIĘCYM	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi na mleku 2% tł. 300 ml (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 20 g (GLU) Chleb razowy 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (MLE) Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g	Gruszka 150 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU, JAJ) Kasza bulgur gotowana na sypko 100 g Surówka z modrej kapusty z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Marchewka gotowana 100 g Kompot b/c 300 ml Sos chrzanowy 80 ml (MLE)	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Lazania z mięsem wieprzowym 300 g (MLE, SEL) Sos pomidorowy 80 ml (MLE)	Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 084,6 Białko ogółem [g] 102,7 Tłuszcz [g] 61,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5 Węglowodany ogółem [g] 290,8 suma cukrów prostych [g] 60,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 Sód [mg] 1 287,5

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-12 do dnia 2026-04-21 SZPITALE

2026-04-15 środa	PODSTAWOWA	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi na mleku 2% tł. 300 ml (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (MLE) Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU, JAJ) Sos chrzanowy 80 ml (MLE) Kasza bulgur gotowana na sypko 100 g Surówka z modrej kapusty z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Marchewka gotowana 100 g Kompot b/c 300 ml Gruszka 150 g	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Lazania z mięsem wieprzowym 300 g (MLE, SEL) Sos pomidorowy 80 ml (MLE)	Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 089,7 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 61,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5 Węglowodany ogółem [g] 291,5 suma cukrów prostych [g] 59,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Sód [mg] 1 317,5
	LATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi na mleku 2% tł. 300 ml (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400 ml (SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU, JAJ) Sos tymiankowy b/śmietany 80 ml Kasza bulgur gotowana na sypko 100 g Marchewka gotowana 200 g Kompot b/c 300 ml Mus truskawkowy b/c 150 ml	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Lazania z mięsem wieprzowym dietetyczną 300 g (MLE, SEL) Sos pomidorowy b/śmietany 80 ml	Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 037,7 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 60,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 Węglowodany ogółem [g] 281 suma cukrów prostych [g] 50,9 Błonnik pokarmowy [g] 27 Sód [mg] 1 590,6
	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (MLE) Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Gruszka 150 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami b/śmietany 400 ml (SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU, JAJ) Kasza bulgur gotowana na sypko 100 g Surówka z modrej kapusty z olejem rzepakowym 200 g (SEL) Kompot b/c 300 ml	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Makaron pełnoziarnisty z mięsem wieprzowym 300 g (MLE, SEL) Sos pomidorowy b/śmietany 80 ml	Chleb razowy 60 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka w siatce 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 50 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-12 do dnia 2026-04-21 SZPITALE

2026-04-15 środa	<p>WEGETARIAŃSKA</p> <p>Zupa mleczna z płatkami ryżowymi na mleku 2% tł. 300 ml (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (MLE) Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g</p>		<p>Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Spring rollsy warzywne z tofu 2 szt (JAJ, SOJ, SEL) Sos słodko-kwaśny 80 g Surówka z modrej kapusty z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Marchewka gotowana 100 g Kompot b/c 300 ml Gruszka 150 g</p>	<p>Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Lazania warzywna z ciecierzycą 300 g (SOJ, SEL) Sos pomidorowy 80 ml (MLE)</p>	<p>Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 110,3 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 54,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 326,7 suma cukrów prostych [g] 73 Błonnik pokarmowy [g] 46,6 Sód [mg] 1 126,5</p>
2026-04-16 czwartek	<p>PODSTAWOWA</p> <p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 20 g (GLU) Chleb razowy 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka gotowana 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Pomarańcza 150 g</p>	<p>Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Kotlet pożarski (smażony) 100 g (GLU, JAJ) Kasza gryczana gotowana na sypko 100 g Brokuły gotowane 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem rzepakowym 100 g (JAJ, SEL) Kompot b/c 300 ml</p>	<p>Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 20 g (GLU) Chleb razowy 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Mus owocowy saszetka 100g 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 049,5 Białko ogółem [g] 78,9 Tłuszcz [g] 74,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13 Węglowodany ogółem [g] 241,2 suma cukrów prostych [g] 53,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Sód [mg] 1 126,6</p>
2026-04-16 czwartek	<p>PODSTAWOWA</p> <p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka gotowana 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g</p>		<p>Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Kotlet pożarski (smażony) 100 g (GLU, JAJ) Kasza gryczana gotowana na sypko 100 g Brokuły gotowane 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem rzepakowym 100 g (JAJ, SEL) Kompot b/c 300 ml Pomarańcza 150 g</p>	<p>Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Kisiel b/c 200 ml</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 972,8 Białko ogółem [g] 78,7 Tłuszcz [g] 74 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13 Węglowodany ogółem [g] 239,7 suma cukrów prostych [g] 48 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Sód [mg] 1 692,6</p>
2026-04-16 czwartek	<p>LĄTWOŚCIOWA</p> <p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka gotowana 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g</p>		<p>Zupa ryżanka z natką pietruszki 400 ml (SEL) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy b/śmietany 80 ml Ziemniaki gotowane 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem rzepakowym 200 g (JAJ, SEL) Kompot b/c 300 ml Pomarańcza 150 g</p>	<p>Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Ser twarogowy w kawałku 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Kisiel b/c 200 ml</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 059,1 Białko ogółem [g] 80,2 Tłuszcz [g] 69,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,5 Węglowodany ogółem [g] 255,1 suma cukrów prostych [g] 48,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Sód [mg] 1 546,1</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-12 do dnia 2026-04-21 SZPITALE

2026-04-16 czwartek	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Szyńka gotowana 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Pomarańcza 150 g	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, JAJ) Kasza gryczana gotowana na sypek 100 g Surówka z porem z majonezem 200 g (JAJ, SOJ, GOR) Kompot b/c 300 ml	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Ser twarogowy w kawałku 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy 60 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Poledwica gazdy 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 994,6 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 66,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,2 Węglowodany ogółem [g] 264,8 suma cukrów prostych [g] 61,4 Błonnik pokarmowy [g] 44,3 Sód [mg] 1 448,4
	WEGETARIANSKA	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Pasta z ciecioriki z warzywami i słonecznikiem 80 g (SOJ, SEL) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Tortilla z warzywami i soczewicą 2 szt (GLU, SEL) Sos pomidorowy 80 ml (MLE) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem rzepakowym 100 g (JAJ, SEL) Brokuły gotowane 100 g Kompot b/c 300 ml Pomarańcza 150 g	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Kisiel b/c 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 006 Białko ogółem [g] 73,6 Tłuszcz [g] 57,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,8 Węglowodany ogółem [g] 303,2 suma cukrów prostych [g] 54 Błonnik pokarmowy [g] 40,6 Sód [mg] 1 353,3	
2026-04-17 piątek	PODSTWOWA NA ODDZIALE DZIECIĘCYM	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą na mleku 2% tł. 300 ml (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 20 g (GLU) Chleb razowy 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Jajko w jogurcie z koperkiem 2 szt (JAJ, MLE) Rzodkiewka 90 g Sałata zielona 10 g	Banan 150g 1 szt	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba morskiczek pieczony 100 g (RYB) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Warzywa po grecku 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 20 g (GLU) Chleb razowy 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Twarożek z oliwkami 80 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g	Soczek owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 277,1 Białko ogółem [g] 116,9 Tłuszcz [g] 82,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 Węglowodany ogółem [g] 261,2 suma cukrów prostych [g] 71,2 Błonnik pokarmowy [g] 38,1 Sód [mg] 2 481,8

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-12 do dnia 2026-04-21 SZPITALE

2026-04-17 piątek	PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą na mleku 2% tł. 300 ml (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Jajko w jogurcie z koperkiem 2 szt (JAJ, MLE) Rzodkiewka 90 g Sałata zielona 10 g	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba morszczuk pieczony 100 g (RYB) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Warzywa po grecku 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Banan 150g 1 szt	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Twarożek z oliwkami 80 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g	Soczek owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 287,3 Białko ogółem [g] 117,1 Tłuszcz [g] 82,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 262,5 suma cukrów prostych [g] 69,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sód [mg] 2 541,8
	ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą na mleku 2% tł. 300 ml (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Jajko w jogurcie z koperkiem 2 szt (JAJ, MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Zupa selerowa z ziemniakami b/śmietany 400 ml (SEL) Ryba morszczuk pieczony 100 g (RYB) Sos koperkowy b/śmietany 80 ml Ziemniaki gotowane 100 g Warzywa po grecku 200 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Banan 150g 1 szt	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Twarożek z oliwkami 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Soczek owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 233,1 Białko ogółem [g] 110,4 Tłuszcz [g] 85,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Węglowodany ogółem [g] 250,5 suma cukrów prostych [g] 75,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 Sód [mg] 2 617,8
	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Gruszka 150 g	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba morszczuk pieczony 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 200 g (SEL) Kompot b/c 300 ml	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Twarożek z oliwkami 80 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy 60 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Ser mozzarella light 40 g (MLE) Pomidor 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 348 Białko ogółem [g] 117,1 Tłuszcz [g] 89,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 263,1 suma cukrów prostych [g] 50,4 Błonnik pokarmowy [g] 43,7 Sód [mg] 1 838,1

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-12 do dnia 2026-04-21 SZPITALE

2026-04-17 piątek	WEGETARIANSKA	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą na mleku 2% tł. 300 ml (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Jajko w jogurcie z koperkiem 2 szt (JAJ, MLE) Rzodkiewka 90 g Sałata zielona 10 g		Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba morszczuk pieczony 100 g (RYB) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Warzywa po grecku 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Banan 150g 1 szt	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Twarożek z oliwkami 80 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g	Soczek owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 287,3 Białko ogółem [g] 117,1 Tłuszcz [g] 82,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 262,5 suma cukrów prostych [g] 69,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sód [mg] 2 541,8
	PODSTAWOWA NA ODDZIALE DZIECIĘCYM	Kawa zbożowa z mlekiem 2% tł. bez cukru 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 20 g (GLU) Chleb razowy 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka gotowana 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Jabłko 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietaną 12%tł. 400 ml (MLE, SEL, GOR) Ragout dyniowe z kurczakiem 180 g Kasza jęczmienna gotowana na sypko 100 g (GLU) Surówka jesienna z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Brokuły gotowane 100 g Kompot b/c 300 ml	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Naleśniki z serem 2 szt (GLU, JAJ, MLE) Sos waniliowy b/c 80 ml (MLE)	Sok warzywny 200ml. 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 957,8 Białko ogółem [g] 95,1 Tłuszcz [g] 66,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 253 suma cukrów prostych [g] 103,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 Sód [mg] 1 797,7
2026-04-18 sobota	PODSTAWOWA	Kawa zbożowa z mlekiem 2% tł. bez cukru 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka gotowana 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietaną 12%tł. 400 ml (MLE, SEL, GOR) Ragout dyniowe z kurczakiem 180 g Kasza jęczmienna gotowana na sypko 100 g (GLU) Brokuły gotowane 100 g Surówka jesienna z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Jabłko 150 g	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Naleśniki z serem 2 szt (GLU, JAJ, MLE) Sos waniliowy b/c 80 ml (MLE)	Sok warzywny 200ml. 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 962,9 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 253,6 suma cukrów prostych [g] 102,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 Sód [mg] 1 827,7
	LĄTWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 2% tł. bez cukru 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka gotowana 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami b/śmietany 400 ml (SEL, GOR) Ragout dyniowe z kurczakiem 180 g Kasza jęczmienna gotowana na sypko 100 g (GLU) Brokuły gotowane 200 g Kompot b/c 300 ml Jabłko 150 g	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Naleśniki z serem 2 szt (GLU, JAJ, MLE) Sos waniliowy b/c 80 ml (MLE)	Sok warzywny 200ml. 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 936,6 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 65,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 250,1 suma cukrów prostych [g] 100,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Sód [mg] 1 834,4

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-12 do dnia 2026-04-21 SZPITALE

2026-04-18 sobota	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Szyńka gotowana 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400 ml (SEL) Ragout dyniowe z kurczakiem 180 g Kasza jęczmienna gotowana na sypko 100 g (GLU) Surówka jesienna z olejem rzepakowym 200 g (SEL) Kompot b/c 300 ml	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Naleśniki z mąki gryczanej z warzywami 2 szt (JAJ, MLE, SEL) Sos czosnkowy z jogurtem naturalnym 2%tł. 80 ml (MLE)	Chleb razowy 60 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek homogenizowany naturalny 50 g (MLE) Ogórek kiszony 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 080,5 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 73,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,2 Węglowodany ogółem [g] 274,8 suma cukrów prostych [g] 59,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,9 Sód [mg] 1 498,3
	WEGETARIANSKA	Kawa zbożowa z mlekiem 2% tł. bez cukru 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Ser toffu 50 g (SOJ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietaną 12%tł. 400 ml (MLE, SEL, GOR) Gulasz warzywny z cieciorką 180 g (SOJ, SEL) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 100 g (GLU) Brokuły gotowane 100 g Surówka jesienna z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Jabłko 150 g	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Naleśniki z serem 2 szt (GLU, JAJ, MLE) Sos waniliowy b/c 80 ml (MLE)	Sok warzywny 200ml. 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 156,6 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 292,4 suma cukrów prostych [g] 108,5 Błonnik pokarmowy [g] 38 Sód [mg] 1 580,2	
2026-04-19 niedziela	PODSTWOWA NA ODDZIALE DZIECIĘCYM	Kakao na mleku 2% tł. bez cukru 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 20 g (GLU) Chleb razowy 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Gruszka 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem białym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Kotlet schabowy 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 100 g Kalafior gotowany 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml	Chleb baltonowski 20 g (GLU) Chleb razowy 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Szyńka w siatce 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Sałatka jarzynowa z majonezem 100 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 116,5 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 77,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 Węglowodany ogółem [g] 269 suma cukrów prostych [g] 70,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Sód [mg] 2 096,1

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-12 do dnia 2026-04-21 SZPITALE

2026-04-19 niedziela	PODSTAWOWA	Kakao na mleku 2% tł. bez cukru 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem białym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Kotlet schabowy 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 100 g Kalafior gotowany 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Gruszka 150 g	Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka w siatce 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Sałatka jarzynowa z majonezem 100 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 126,7 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 76,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 Węglowodany ogółem [g] 270,4 suma cukrów prostych [g] 68,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Sód [mg] 2 156,1	
	ŁATWOSTRAWNA	Kakao na mleku 2% tł. bez cukru 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek wiejski lekki z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem białym b/śmietany 400 ml (SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos bazyliowy b/śmietany 80 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 100 g Kalafior gotowany 200 g Kompot b/c 300 ml Mus owocowy saszetka 100g 1 szt	Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka w siatce 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym 2%tł. dietetyczna 100 g (JAJ, MLE, SEL) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 983 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 55,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7 Węglowodany ogółem [g] 263,8 suma cukrów prostych [g] 65,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 Sód [mg] 2 377,1	
	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek wiejski lekki z koperkiem 80 g (MLE) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Gruszka 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 200 g (SEL) Kompot b/c 300 ml	Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym 2%tł. dietetyczna 100 g (JAJ, MLE, SEL) Szynka w siatce 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 60 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Paszтет sojowy 50 g (SOJ, SEL, SEZ) Papryka świeża 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 041,3 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 63,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,7 Węglowodany ogółem [g] 294,8 suma cukrów prostych [g] 60,5 Błonnik pokarmowy [g] 49,3 Sód [mg] 1 543,8
	WEGETARIANSKA	Kakao na mleku 2% tł. bez cukru 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem białym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Kotlety warzywne z soczewicą czerwoną 2 szt (JAJ, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kalafior gotowany 100 g Kompot b/c 300 ml Gruszka 150 g	Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Sałatka jarzynowa z majonezem 100 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Wędlina sojowa 50 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 159,8 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 74,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 Węglowodany ogółem [g] 292,8 suma cukrów prostych [g] 72,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Sód [mg] 1 781	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-12 do dnia 2026-04-21 SZPITALE

2026-04-20 poniedziałek	PODSTAWOWA ODDZIAŁ DZIECIĘCYM	Zupa mleczna z płatkami owsianymi na mleku 2% tł. 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 20 g (GLU) Chleb razowy 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Mandarynka 150 g	Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Potrawka z indyka w paprykowym trio 180 g (SEL) Makaron penne 100 g (GLU, SOJ) Surówka Coleslaw z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Marchewka Juniorka gotowana 100 g Kompot b/c 300 ml	Chleb baltonowski 20 g (GLU) Chleb razowy 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 965,4 Białko ogółem [g] 83,7 Tłuszcz [g] 62,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1 Węglowodany ogółem [g] 277,2 suma cukrów prostych [g] 58,2 Błonnik pokarmowy [g] 34 Sód [mg] 1 794,6
	PODSTAWOWA	Zupa mleczna z płatkami owsianymi na mleku 2% tł. 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml		Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Potrawka z indyka w paprykowym trio 180 g (SEL) Makaron penne 100 g (GLU, SOJ) Surówka Coleslaw z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Marchewka Juniorka gotowana 100 g Kompot b/c 300 ml Mandarynka 150 g	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 975,5 Białko ogółem [g] 83,9 Tłuszcz [g] 62,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,2 Węglowodany ogółem [g] 278,5 suma cukrów prostych [g] 56,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 Sód [mg] 1 854,6
	ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z płatkami owsianymi na mleku 2% tł. 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml		Zupa z fasolki szparagowej b/śmietany 400 ml (SEL) Potrawka z indyka 180 g (SEL) Makaron penne 100 g (GLU, SOJ) Marchewka Juniorka gotowana 200 g Kompot b/c 300 ml Mandarynka 150 g	Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 971 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 60,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,8 Węglowodany ogółem [g] 283,3 suma cukrów prostych [g] 59,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 Sód [mg] 1 994

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-12 do dnia 2026-04-21 SZPITALE

2026-04-20 poniedziałek	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Mandarynka 150 g	Zupa z fasolki szparagowej b/śmietany 400 ml (SEL) Potrawka z indyka w paprykowym trio 180 g (SEL) Makaron razowy 100 g (SOJ) Surówka Colesław z olejem rzepakowym 200 g (SEL) Kompot b/c 300 ml	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy 60 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka krucha z pieca 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 941,4 Białko ogółem [g] 83,5 Tłuszcz [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 Węglowodany ogółem [g] 261,8 suma cukrów prostych [g] 50,8 Błonnik pokarmowy [g] 39 Sód [mg] 1 651
	WEGETARIAŃSKA	Zupa mleczna z płatkami owsianymi na mleku 2% tł. 300 ml (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Pasta z soczewicy z warzywami i słonecznikiem 80 g (SOJ, SEL) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g		Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Leczo warzywne z ciecierzycą 180 g (SOJ) Makaron penne 100 g (GLU, SOJ) Surówka Colesław z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Marchewka Juniorka gotowana 100 g Kompot b/c 300 ml Mandarynka 150 g	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 996,9 Białko ogółem [g] 73,7 Tłuszcz [g] 56 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,4 Węglowodany ogółem [g] 312,8 suma cukrów prostych [g] 61,7 Błonnik pokarmowy [g] 39 Sód [mg] 1 567,1
2026-04-21 wtorek	PODSTWOWANA ODDZIAŁE DZIECIĘCYM	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 20 g (GLU) Chleb razowy 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Kielbasa kminkowa ojca Grzegorza 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g	Koktajl jogurtowo bananowy b/c 250 ml (MLE)	Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki gotowane 100 g Fasolka szparagowa duet gotowana 100 g Surówka bułgarska z papryką z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Sos tymiankowy 80 ml (MLE)	Chleb baltonowski 20 g (GLU) Chleb razowy 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Pasta z tuńczyka z jajkiem 100 g (JAJ, RYB, SOJ, SEL, GOR) Bukiet warzyw gotowany 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 013,2 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 72,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 231,1 suma cukrów prostych [g] 67,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Sód [mg] 1 656,8

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-12 do dnia 2026-04-21 SZPITALE

2026-04-21 wtorek	PODSTAWOWA	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wroclawska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Kielbasa kminkowa ojca Grzegorza 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos tymiankowy 80 ml (MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Fasolka szparagowa duet gotowana 100 g Surówka bułgarska z papryką z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Koktajl jogurtowo bananowy b/c 200 ml (MLE)	Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wroclawska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Pasta z tuńczyka z jajkiem 80 g (JAJ, RYB, SOJ, SEL, GOR) Bukiet warzyw gotowany 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 927,9 Białko ogółem [g] 92,5 Tłuszcz [g] 67,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1 Węglowodany ogółem [g] 226,1 suma cukrów prostych [g] 58,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Sód [mg] 1 627,2
	ŁATWOSTRAWNA	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wroclawska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Kielbasa kminkowa ojca Grzegorza 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Zupa brokułowa z ziemniakami b/śmietany 400 ml (SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki gotowane 100 g Fasolka szparagowa duet gotowana 200 g Kompot b/c 300 ml Koktajl jogurtowo bananowy b/c 200 ml (MLE) Sos tymiankowy b/śmietany 80 ml	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wroclawska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Pasta z tuńczyka z jajkiem 80 g (JAJ, RYB, SOJ, SEL, GOR) Bukiet warzyw gotowany 90 g Sałata zielona 10 g	Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 937,4 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 68 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,1 Węglowodany ogółem [g] 226,9 suma cukrów prostych [g] 56,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 Sód [mg] 1 829,2
	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Kielbasa kminkowa ojca Grzegorza 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Gruszka 150 g	Zupa brokułowa z ziemniakami b/śmietany 400 ml (SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki gotowane 100 g Surówka bułgarska z papryką z olejem rzepakowym 200 g (SEL) Kompot b/c 300 ml	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Pasta z tuńczyka z jajkiem 80 g (JAJ, RYB, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy 60 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Ser mozzarella light 50 g (MLE) Rzodkiewka 50 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-12 do dnia 2026-04-21 SZPITALE

2026-04-21 wtorek	WEGETARIANSKA	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wroclawska 20 g (GLU, JAJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek wiejski lekki 80 g (MLE) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g</p>		<p>Zupa brokułowa z ziemniakami zabielana śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw z soczewicą 200 g (SOJ, MLE) Fasolka szparagowa duet gotowana 100 g Surówka bułgarska z papryką z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Koktajl jogurtowo bananowy b/c 200 ml (MLE)</p>	<p>Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wroclawska 20 g (GLU, JAJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Pasta z tuńczyka z jajkiem 80 g (JAJ, RYB, SOJ, SEL, GOR) Bukiet warzyw gotowany 90 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 895,2 Białko ogółem [g] 83,9 Tłuszcz [g] 58,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3 Węglowodany ogółem [g] 249,9 suma cukrów prostych [g] 63 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Sód [mg] 1 541,4</p>
-------------------	---------------	--	--	---	--	---	---

Oznaczenia alergenów:

- GLU - Zboża zawierające gluten ,
- SKR - Skorupiaki i pochodne,
- JAJ - Jaja i pochodne,
- RYB - Ryby i pochodne,
- OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
- SOJ - Soja i pochodne,
- MLE - Mleko i pochodne,
- ORZ - Orzechy,
- SEL - Seler i pochodne,
- GOR - Gorczyca i pochodne,
- SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
- SO2 - Dwutlenek siarki, siarczyny,
- ŁUB - Łubin i pochodne,
- MCK - Mięczaki i pochodne,