

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-22 do dnia 2026-05-01 SZPITALE

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2026-04-22 środa	PODSTAWOWA NA ODDZIALE DZIECIĘCYM	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi na mleku 2% tł. 300 ml (GLU, MLE) 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) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Gruszka 150 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Brokuły gotowane 100 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 100 g (JAJ, SEL) Kompot b/c 300 ml	Kasza jaglana zapiekana z jabłkami i cynamonem 300 g Sos jogurtowy b/c 100 g (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Sok pomidorowy 200ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 979,6 Białko ogółem [g] 77,4 Tłuszcz [g] 68,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4 Węglowodany ogółem [g] 273,3 suma cukrów prostych [g] 70,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 Sód [mg] 1 605,3
	PODSTAWOWA	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi na mleku 2% tł. 300 ml (GLU, MLE) 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) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml		Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Fasolka po bretońsku z kielbasą szlachecką 300 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Kajzerka 60g 1 szt (GLU) Kompot b/c 300 ml Gruszka 150 g	Kasza jaglana zapiekana z jabłkami i cynamonem 300 g Sos jogurtowy b/c 100 g (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Sok pomidorowy 200ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 122,9 Białko ogółem [g] 81 Tłuszcz [g] 53,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 345,4 suma cukrów prostych [g] 70 Błonnik pokarmowy [g] 40 Sód [mg] 1 955,9
	ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi na mleku 2% tł. 300 ml (GLU, MLE) 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 Herbata z cytryną b/cukru 300 ml		Zupa koperkowa z ziemniakami b/śmietany 400 ml (SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy b/śmietany 80 ml Ziemniaki gotowane 100 g Brokuły gotowane 200 g Kompot b/c 300 ml Mus owocowy saszetka 100g 1 szt	Kasza jaglana zapiekana z jabłkami i cynamonem 300 g Sos jogurtowy b/c 100 g (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Sok pomidorowy 200ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 023,8 Białko ogółem [g] 78,4 Tłuszcz [g] 71 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Węglowodany ogółem [g] 260,1 suma cukrów prostych [g] 61 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Sód [mg] 1 646,8

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-22 do dnia 2026-05-01 SZPITALE

2026-04-22 środa	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Twarożek z oliwkami 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Gruszka 150 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami b/śmietany 400 ml (SEL) Fasolka po bretońsku bez mięsa 300 g (SEL) Grahamka 90g 1 szt (GLU) Kompot b/c 300 ml	Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem b/c 300 g Sos jogurtowy b/c 100 g (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 60 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Poledwica gazdy 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 185,5 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 37,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11 Węglowodany ogółem [g] 377,6 suma cukrów prostych [g] 84,3 Błonnik pokarmowy [g] 63,9 Sód [mg] 1 894,6
	WEGETARIANSKA	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi na mleku 2% tł. 300 ml (GLU, MLE) 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) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml		Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Fasolka po bretońsku bez mięsa 300 g (SEL) Kajzerka 60g 1 szt (GLU) Kompot b/c 300 ml Gruszka 150 g	Kasza jaglana zapiekana z jabłkami i cynamonem 300 g Sos jogurtowy b/c 100 g (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Sok pomidorowy 200ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 224,9 Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 46,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9 Węglowodany ogółem [g] 385,1 suma cukrów prostych [g] 73,2 Błonnik pokarmowy [g] 50,5 Sód [mg] 2 081,5
2026-04-23 czwartek	PODSTWOWA NA ODDZIALE 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 Szynka rzeźnika 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g	Pomarańcza 150 g	Zupa pejszanka z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pierogi z mięsem 300g 6 szt (GLU, SOJ, SEL) Kalafior gotowany 100 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 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 Smalczyk z fasoli 80 g Burak gotowany plasterki 90 g Sałata zielona 10 g	Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 079,9 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 70,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 274,2 suma cukrów prostych [g] 55,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,2 Sód [mg] 1 312,7

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-22 do dnia 2026-05-01 SZPITALE

2026-04-23 czwartek	PODSTAWOWA	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wroclawska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka rzeźnika 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g	Zupa peyzanka z ziemniakami zabielana śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pierogi z mięsem 300g 6 szt (GLU, SOJ, SEL) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kalańfior gotowany 100 g Kompot b/c 300 ml Pomarańcza 150 g	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wroclawska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Smalczyk z fasoli 80 g Burak gotowany plasterki 90 g Sałata zielona 10 g	Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 090,1 Białko ogółem [g] 92,5 Tłuszcz [g] 70,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 275,6 suma cukrów prostych [g] 53,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Sód [mg] 1 372,7	
	LATWOSTRAWNA	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 Szynka rzeźnika 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Zupa dyniowa z ziemniakami b/śmietany 400 ml (SEL) Pierogi z mięsem 300g 6 szt (GLU, SOJ, SEL) Kalańfior gotowany 100 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Pomarańcza 150 g	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wroclawska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka drobiowa z piersią indyczą 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Burak gotowany plasterki 90 g Sałata zielona 10 g	Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 042,8 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 70,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Węglowodany ogółem [g] 255,6 suma cukrów prostych [g] 48,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 Sód [mg] 1 979,6	
	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka rzeźnika 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Pomarańcza 150 g	Zupa peyzanka z ziemniakami b/śmietany 400 ml (SEL) Udziec z indyka pieczony 100 g Kasza jęczmienna gotowana na sypko 100 g (GLU) 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 Smalczyk z fasoli 80 g Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy 60 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek śmietankowy 20g 1 szt Papryka świeża 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 871,2 Białko ogółem [g] 80,6 Tłuszcz [g] 61,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,8 Węglowodany ogółem [g] 265 suma cukrów prostych [g] 53,6 Błonnik pokarmowy [g] 44,6 Sód [mg] 1 071,3
	WEGETARIANSKA	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 Pasta z ciociorki z warzywami i słonecznikiem 80 g (SOJ, SEL) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g	Zupa peyzanka z ziemniakami zabielana śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pierogi z kapustą i pieczarką 300g 6 szt (GLU, SOJ, SEL) Kalańfior gotowany 100 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Pomarańcza 150 g	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 Smalczyk z fasoli 80 g Burak gotowany plasterki 90 g Sałata zielona 10 g	Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 296,6 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 79,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 306,6 suma cukrów prostych [g] 56,1 Błonnik pokarmowy [g] 40,5 Sód [mg] 1 106,3	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-22 do dnia 2026-05-01 SZPITALE

2026-04-24 piątek	PODSTAWOWA NA ODDZIALE DZIECIĘCYM	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 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 ze szczypiorkiem 80 g (MLE) Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g	Banan 150g 1 szt	Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Ryba morszczuk (smażony) 100 g (GLU, JAJ, RYB) 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 Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g	Sok jabłkowo-marchewkowy 200ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 131 Białko ogółem [g] 91,8 Tłuszcz [g] 72,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 Węglowodany ogółem [g] 270,2 suma cukrów prostych [g] 78,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Sód [mg] 1 709,6
	PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 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 ze szczypiorkiem 80 g (MLE) Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g		Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Ryba morszczuk (smażony) 100 g (GLU, JAJ, RYB) 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 Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g	Sok jabłkowo-marchewkowy 200ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 141,2 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 Węglowodany ogółem [g] 271,5 suma cukrów prostych [g] 76,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Sód [mg] 1 769,6
	ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 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 koperkiem 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g		Żurek z ziemniakami b/śmietany 400 ml (SEL) Ryba morszczuk pieczony 100 g (RYB) 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 Serek wiejski lekki 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Sok jabłkowo-marchewkowy 200ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 029,2 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 63,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 259,3 suma cukrów prostych [g] 79,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 Sód [mg] 1 638,2

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-22 do dnia 2026-05-01 SZPITALE

2026-04-24 piątek	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek homogenizowany ze szczypiorkiem 80 g (MLE) Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Mandarynka 150 g	Żurek z ziemniakami b/śmietany 400 ml (SEL) Ryba morszczuk pieczony 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z kiszonej 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 Serek wiejski lekki 80 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy 60 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Rzodkiewka 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 030,4 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 Węglowodany ogółem [g] 241,6 suma cukrów prostych [g] 53,4 Błonnik pokarmowy [g] 38,6 Sód [mg] 1 596,8
	WEGETARIANSKA	Zupa mleczna z kaszą jaglaną na mleku 2% tł. 300 ml (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 30 g (GLU) Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek homogenizowany ze szczypiorkiem 80 g (MLE) Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g		Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Ryba morszczuk (smażony) 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z kiszonej 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 Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g	Sok jabłkowo-marchewkowy 200ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 141,2 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 Węglowodany ogółem [g] 271,5 suma cukrów prostych [g] 76,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Sód [mg] 1 769,6
2026-04-25 sobota	PODSTWOWA NA ODDZIALE DZIECIĘCYM	Kawa zbożowa z mlekiem 2% tł. bez cukru 300 ml (GLU, MLE) 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) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Jabłko 150 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpet z szynki wieprzowej pieczony 100 g (JAJ) Sos z pomidorów pelati 80 ml (MLE) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 100 g (GLU) Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 100 g (JAJ, SEL) Marchewka gotowana 100 g Kompot b/c 300 ml	Pierogi ruskie 300g 6 szt (GLU, SOJ, SEL) Sałatka z pomidora z olejem rzepakowym 100 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Kisiel b/c 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 170 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 90,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 240,7 suma cukrów prostych [g] 67,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 Sód [mg] 1 546,1

2026-04-25 sobota

<p>PODSTAWOWA</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 2% tł. bez cukru 300 ml (GLU, MLE) 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) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml</p>		<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpet z szynki wieprzowej pieczony 100 g (JAJ) Sos z pomidorów pelati 80 ml (MLE) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 100 g (GLU) Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 100 g (JAJ, SEL) Marchewka gotowana 100 g Kompot b/c 300 ml Jabłko 150 g</p>	<p>Pierogi ruskie 300g 6 szt (GLU, SOJ, SEL) Sałatka z pomidora z olejem rzepakowym 100 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml</p>	<p>Kisiel b/c 200 ml</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 170 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 90,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 240,7 suma cukrów prostych [g] 67,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 Sód [mg] 1 546,1</p>
<p>ŁATWOSTRAWNA</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 2% tł. bez cukru 300 ml (GLU, MLE) 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) Brokuły gotowane 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml</p>		<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami b/śmietany 400 ml (SEL) Pulpet z szynki wieprzowej pieczony 100 g (JAJ) Sos z pomidorów pelati bez śmietany 80 ml Kasza jęczmienna gotowana na sypko 100 g (GLU) Marchewka gotowana 200 g Kompot b/c 300 ml Jabłko 150 g</p>	<p>Pierogi ruskie 300g 6 szt (GLU, SOJ, SEL) Sałatka z pomidora z olejem rzepakowym 100 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml</p>	<p>Kisiel b/c 200 ml</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 155,7 Białko ogółem [g] 108,1 Tłuszcz [g] 89,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 241,8 suma cukrów prostych [g] 67,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Sód [mg] 2 082,6</p>
<p>Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</p>	<p>Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka w siatce 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami b/śmietany 400 ml (SEL) Pulpet z szynki wieprzowej pieczony 100 g (JAJ) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 100 g (GLU) Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 200 g (JAJ, SEL) Kompot b/c 300 ml Sos z pomidorów pelati 80 ml (MLE)</p>	<p>Naleśniki z mąki gryczanej z warzywami 2 szt (JAJ, MLE, SEL) Sos czosnkowy z jogurtem naturalnym 2%tł. 80 ml (MLE) Sałatka z pomidora z olejem rzepakowym 100 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml</p>	<p>Chleb razowy 60 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek homogenizowany naturalny 50 g (MLE) Ogórek 30 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 130 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 83,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18 Węglowodany ogółem [g] 261 suma cukrów prostych [g] 60,5 Błonnik pokarmowy [g] 38 Sód [mg] 1 796,5</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-22 do dnia 2026-05-01 SZPITALE

2026-04-25 sobota	WEGETARIANSKA Kawa zbożowa z mlekiem 2% tł. bez cukru 300 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Chleb razowy 30 g (GLU) 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		Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Leczo warzywne z toffu 180 g (SOJ) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 100 g (GLU) Marchewka gotowana 100 g Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 100 g (JAJ, SEL) Kompot b/c 300 ml Jabłko 150 g	Pierogi ruskie 300g 6 szt (GLU, SOJ, SEL) Sałatka z pomidora z olejem rzepakowym 100 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Kisiel b/c 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 121,9 Białko ogółem [g] 96,8 Tłuszcz [g] 86,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Węglowodany ogółem [g] 251,5 suma cukrów prostych [g] 74,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 Sód [mg] 1 100,6
	PODSTAWOWA 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 Szynka drobiowa z piersią indyczą 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzodkiewka 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Gruszka 150 g	Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL, GOR) Bitka z kurczaka pieczona 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z modrej kapusty z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Bukiet warzyw gotowany 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 chrzanowy z koperkiem 80 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Mus owocowy saszetka 100g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 940,4 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 55,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9 Węglowodany ogółem [g] 257,3 suma cukrów prostych [g] 70 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 Sód [mg] 1 918,4
2026-04-26 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 Szynka drobiowa z piersią indyczą 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzodkiewka 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml		Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL, GOR) Poledwiczki kurczaka panierowane 100g 3 szt (GLU, JAJ, SEZ) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z modrej kapusty z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Bukiet warzyw 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 Twarożek chrzanowy z koperkiem 80 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Mus owocowy saszetka 100g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 010,3 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 61,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1 Węglowodany ogółem [g] 257,5 suma cukrów prostych [g] 67,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Sód [mg] 1 955,2
	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 Szynka drobiowa z piersią indyczą 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml		Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL, GOR) Bitka z kurczaka pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 100 g Bukiet warzyw gotowany 200 g Kompot b/c 300 ml Mus truskawkowy b/c 150 ml Sos pietruszkowy b/śmietany 80 ml	Chleb baltonowski 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Mus owocowy saszetka 100g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 956,9 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 59,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,5 Węglowodany ogółem [g] 248,4 suma cukrów prostych [g] 61,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Sód [mg] 1 907,1

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-22 do dnia 2026-05-01 SZPITALE

2026-04-26 niedziela	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka drobiowa z piersią indyczą 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzodkiewka 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Gruszka 150 g	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (SOJ, SEL, GOR) Bitka z kurczaka pieczona 100 g Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z modrej kapusty z olejem rzepakowym 200 g (SEL) Kompot b/c 300 ml	Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Twarożek chrzanowy z koperkiem 80 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 60 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Ser twarogowy w kawałku 50 g (MLE) Papryka świeża 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 945,5 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 58,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,2 Węglowodany ogółem [g] 260,7 suma cukrów prostych [g] 51,4 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 Sód [mg] 1 665,4
	WEGETARIAŃSKA	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 mozzarella 50 g (MLE) Rzodkiewka 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Bulion jarski z makaronem 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Kotlety warzywne z soczewicą czerwoną 2 szt (JAJ, SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z modrej kapusty z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Bukiet warzyw 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 Twarożek chrzanowy z koperkiem 80 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Mus owocowy saszetka 100g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 025,6 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 59,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 277,3 suma cukrów prostych [g] 72,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,9 Sód [mg] 2 003,2	
2026-04-27 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 Pasta jajeczna z makrelą 80 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g	Banan 150g 1 szt	Zupa selerowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Wieprzowina szarpana z szynki wieprzowej 180 g (SEL, SEZ) Gnocchi ziemniaczane 100 g Kalafior gotowany 100 g Surówka jesienna z olejem rzepakowym 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 Ser żółty 50 g (MLE) Surówka z białej rzepy z jabłkiem z jogurtem 2% tł. 90 g (JAJ, SEL) Sałata zielona 10 g	Sok warzywny 200ml. 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 161,3 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 79,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 75,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 Sód [mg] 2 413,9

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-22 do dnia 2026-05-01 SZPITALE

2026-04-27 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 Pasta jajeczna ze szprotkami 80 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g</p>		<p>Zupa selerowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Wieprzowina szarpana z szynki wieprzowej 180 g (SEL, SEZ) Gnocchi ziemniaczane 100 g Kalafior gotowany 100 g Surówka jesienna z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Banan 150g 1 szt</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) Surówka z białej rzepy z jabłkiem z jogurtem 2% tł. 90 g (JAJ, SEL) Sałata zielona 10 g</p>	<p>Sok warzywny 200ml. 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 154,6 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 77,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Węglowodany ogółem [g] 261,7 suma cukrów prostych [g] 73,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Sód [mg] 2 237,7</p>
<p>ŁATWOSTRAWNA</p>	<p>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 Pasta jajeczna ze szprotkami 80 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml</p>		<p>Zupa selerowa z ziemniakami b/śmietany 400 ml (SEL) Wieprzowina szarpana z szynki wieprzowej 180 g (SEL, SEZ) Gnocchi ziemniaczane 100 g Kalafior gotowany 200 g Kompot b/c 300 ml Banan 150g 1 szt</p>	<p>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 Herbata z cytryną b/cukru 300 ml</p>	<p>Sok warzywny 200ml. 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 019,7 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5 Węglowodany ogółem [g] 260,7 suma cukrów prostych [g] 75,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 Sód [mg] 2 329,5</p>
<p>Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</p>	<p>Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Pasta jajeczna ze szprotkami 80 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g</p>	<p>Zupa selerowa z ziemniakami b/śmietany 400 ml (SEL) Wieprzowina szarpana z szynki wieprzowej 180 g (SEL, SEZ) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka jesienna 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 Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (MLE) Surówka z białej rzepy z jabłkiem z jogurtem 2% tł. 90 g (JAJ, SEL) 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] 1 973,4 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 64,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Węglowodany ogółem [g] 255,8 suma cukrów prostych [g] 57,5 Błonnik pokarmowy [g] 43,6 Sód [mg] 1 832,1</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-22 do dnia 2026-05-01 SZPITALE

2026-04-27 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 Pasta jajeczna ze szprotkami 80 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g</p>		<p>Zupa selerowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Gulasz sojowy z warzywami 180 g (SOJ, SEL) Gnocchi ziemniaczane 100 g Surówka jesienna z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kalafior gotowany 100 g Kompot b/c 300 ml Banan 150g 1 szt</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 Ser żółty 50 g (MLE) Surówka z białej rzepy z jabłkiem z jogurtem 2% tł. 90 g (JAJ, SEL) Sałata zielona 10 g</p>	<p>Sok warzywny 200ml. 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 189,9 Białko ogółem [g] 80,8 Tłuszcz [g] 84,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 Węglowodany ogółem [g] 273,2 suma cukrów prostych [g] 75,5 Błonnik pokarmowy [g] 41,3 Sód [mg] 2 065,4</p>
2026-04-28 wtorek	<p>PODSTAWOWA ODDZIAŁ 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 krucha z pieca 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Mandarynka 150 g</p>	<p>Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 400 g (SOJ, SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Fasolka szparagowa duet gotowana 100 g Kompot b/c 300 ml</p>	<p>Chleb baltonowski 20 g (GLU) Chleb razowy 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Pasta twarogowo buraczkowa 80 g (MLE) Marchewka surowa plasterki 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml</p>	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 973,1 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 61,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9 Węglowodany ogółem [g] 271,1 suma cukrów prostych [g] 55,2 Błonnik pokarmowy [g] 38 Sód [mg] 1 764</p>
	<p>PODSTAWOWA</p> <p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka krucha z pieca 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml</p>		<p>Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 400 g (SOJ, SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Fasolka szparagowa duet gotowana 100 g Kompot b/c 300 ml Mandarynka 150 g</p>	<p>Chleb baltonowski 50 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU, JAJ) Margaryna Rama 10g 1 szt Pasta twarogowo buraczkowa 80 g (MLE) Marchewka surowa plasterki 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml</p>	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 983,2 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 61,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15 Węglowodany ogółem [g] 272,5 suma cukrów prostych [g] 53,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sód [mg] 1 824</p>
	<p>ŁATWOSTRAWNA</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 krucha z pieca 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g</p>		<p>Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku 100 g (JAJ) Sos pomidorowy b/śmietany 80 ml Ziemniaki gotowane 100 g Fasolka szparagowa duet gotowana 200 g Kompot b/c 300 ml Mandarynka 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 Pasta twarogowo buraczkowa 80 g (MLE) Marchewka surowa plasterki 90 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ, MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 934,1 Białko ogółem [g] 83,1 Tłuszcz [g] 56,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,6 Węglowodany ogółem [g] 279,3 suma cukrów prostych [g] 50,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 Sód [mg] 2 102,3</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-22 do dnia 2026-05-01 SZPITALE

2026-04-28 wtorek	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Szyńka krucha z pieca 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Mandarynka 150 g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 400 g (SOJ, SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku 100 g (JAJ) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z kapusty pekińskiej 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 koperkiem 80 g (MLE) Marchewka surowa plasterki 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy 60 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Szyńka konserwowa drobiowa 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzodkiewka 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 023,8 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 62,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9 Węglowodany ogółem [g] 274,1 suma cukrów prostych [g] 54,9 Błonnik pokarmowy [g] 45,8 Sód [mg] 1 844,3
	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 Serek wiejski lekki z papryką i szczypiorkiem 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 400 g (SOJ, SEL) Tortilla pełnoziarnista z warzywami i serem mozzarella 2 szt (GLU, MLE, SEL) Sos pomidorowy 80 ml (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Fasolka szparagowa duet gotowana 100 g Kompot b/c 300 ml Mandarynka 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 Pasta twarogowo buraczkowa 80 g (MLE) Marchewka surowa plasterki 90 g Sałata zielona 10 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 959,2 Białko ogółem [g] 82,5 Tłuszcz [g] 50,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Węglowodany ogółem [g] 305,8 suma cukrów prostych [g] 58,4 Błonnik pokarmowy [g] 39 Sód [mg] 1 815,4	
2026-04-29 środa	PODSTWOWA NA ODDZIALE DZIECIĘCYM	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi na mleku 2% tł. 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 Serek homogenizowany naturalny 80 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 20 g Jabłko 150 g	Pomarańcza 150 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos pieczeniowy 80 ml (MLE) Kasza bulgur gotowana na sypko 100 g Brokuły gotowane 100 g Surówka żydowska z ogórkiem kiszonym z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml	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] 2 179,9 Białko ogółem [g] 105,4 Tłuszcz [g] 74 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Węglowodany ogółem [g] 283,7 suma cukrów prostych [g] 72,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Sód [mg] 1 186,6

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-22 do dnia 2026-05-01 SZPITALE

2026-04-29 środa

<p>PODSTAWOWA</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi na mleku 2% tł. 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 Serek homogenizowany naturalny 80 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 20 g Jabłko 150 g</p>		<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos pieczeniowy 80 ml (MLE) Kasza bulgur gotowana na sytko 100 g Surówka żydowska z ogórkiem kiszonym z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Brokuły gotowane 100 g Kompot b/c 300 ml Pomarańcza 150 g</p>	<p>Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Lazania z mięsem wieprzowym 300 g (MLE, SEL) Sos pomidorowy 80 ml (MLE)</p>	<p>Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 185 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 74 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Węglowodany ogółem [g] 284,5 suma cukrów prostych [g] 71,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Sód [mg] 1 216,5</p>
<p>ŁATWOSTRAWNA</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi na mleku 2% tł. 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 Serek homogenizowany naturalny 80 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 20 g Jabłko 150 g</p>		<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/śmietany 400 ml (SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos pieczeniowy b/śmietany 80 ml Kasza bulgur gotowana na sytko 100 g Brokuły gotowane 200 g Kompot b/c 300 ml Pomarańcza 150 g</p>	<p>Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Lazania z mięsem wieprzowym dietetyczną 300 g (MLE, SEL) Sos pomidorowy 80 ml (MLE)</p>	<p>Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 174,8 Białko ogółem [g] 107,9 Tłuszcz [g] 73,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3 Węglowodany ogółem [g] 281,5 suma cukrów prostych [g] 70,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Sód [mg] 1 386</p>
<p>Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</p>	<p>Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek homogenizowany naturalny 80 g (MLE) Rzodkiewka 90 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Pomarańcza 150 g</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/śmietany 400 ml (SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Kasza bulgur gotowana na sytko 100 g 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 Makaron pełnoziarnisty z mięsem wieprzowym 300 g (MLE, SEL) Sos pomidorowy 80 ml (MLE)</p>	<p>Chleb razowy 60 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Pasta z cieciorki z warzywami i słonecznikiem 50 g (SOJ, SEL) Pomidor 50 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 454,3 Białko ogółem [g] 110,1 Tłuszcz [g] 77,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5 Węglowodany ogółem [g] 334,4 suma cukrów prostych [g] 51,9 Błonnik pokarmowy [g] 45,9 Sód [mg] 1 115,7</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-22 do dnia 2026-05-01 SZPITALE

2026-04-29 środa	WEGETARIAŃSKA	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi na mleku 2% tł. 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 Serek homogenizowany naturalny 80 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 20 g Jabłko 150 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Kotlety z kaszy bulgur z fasolą 2 szt (JAJ, SEL) Sos pieczeniowy 80 ml (MLE) Brokuly gotowane 100 g Surówka żydowska z ogórkiem kiszonym z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Pomarańcza 150 g	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Lazania warzywna z ciecierzycą 300 g (SOJ, SEL) Sos pomidorowy 80 ml (MLE)	Mleko w kartoniku naturalne 200ml 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 185,3 Białko ogółem [g] 87,8 Tłuszcz [g] 61,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8 Węglowodany ogółem [g] 330,3 suma cukrów prostych [g] 75,7 Błonnik pokarmowy [g] 41,3 Sód [mg] 1 124,5
	PODSTAWOWA ODDZIAŁ 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 Szynka rzeźnika 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Budyń b/c 250 ml (MLE) Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Kotlet mielony wieprzowy 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem rzepakowym 100 g (JAJ, SEL) Surówka bułgarska z papryką z olejem rzepakowym 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 Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 80 g Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g	Soczek owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 021,4 Białko ogółem [g] 82,9 Tłuszcz [g] 67,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 274,4 suma cukrów prostych [g] 60,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Sód [mg] 2 027,5
	PODSTAWOWA	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 rzeźnika 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Kotlet mielony wieprzowy 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka bułgarska z papryką z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem rzepakowym 100 g (JAJ, SEL) Kompot b/c 300 ml Budyń b/c 200 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 Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 80 g Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g	Soczek owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 990,3 Białko ogółem [g] 81,4 Tłuszcz [g] 66,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 Węglowodany ogółem [g] 269,3 suma cukrów prostych [g] 53,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Sód [mg] 2 064,8
2026-04-30 czwartek	LATWOSTRAWNA	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 rzeźnika 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Zupa ryżanka z natką pietruszki 400 ml (SEL) Pulpet z szynki wieprzowej pieczony 100 g (JAJ) Sos estragonowy 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 Budyń b/c 200 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 miodowa 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Soczek owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 957,5 Białko ogółem [g] 83,9 Tłuszcz [g] 57,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 Węglowodany ogółem [g] 273,3 suma cukrów prostych [g] 47,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Sód [mg] 2 400,2

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-22 do dnia 2026-05-01 SZPITALE

2026-04-30 czwartek	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Szynka rzeźnika 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Gruszka 150 g	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Pulpet z szynki wieprzowej pieczony 100 g (JAJ) 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 zielonego groszku ze słonecznikiem 80 g Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy 60 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek wiejski lekki 50 g (MLE) Ogórek 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 910,4 Białko ogółem [g] 79,9 Tłuszcz [g] 61,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9 Węglowodany ogółem [g] 263,4 suma cukrów prostych [g] 56,4 Błonnik pokarmowy [g] 45,3 Sód [mg] 1 636,8
	WEGETARIAŃSKA	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 Ser mozzarella 50 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g		Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Spring rollsy warzywne z tofu 2 szt (JAJ, SOJ, SEL) Sos słodko-kwaśny 80 g Surówka bułgarska z papryką z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem rzepakowym 100 g (JAJ, SEL) Kompot b/c 300 ml Budyń b/c 200 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 Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 80 g Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g	Soczek owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 007,2 Białko ogółem [g] 76,7 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 285,8 suma cukrów prostych [g] 62,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 Sód [mg] 2 155,9
	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 Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g	Mandarynka 150 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 marchewki i jabłka 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 Serek wiejski lekki z koperkiem 80 g (MLE) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g	Sok jabłkowo-marchewkowy 200ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 265,5 Białko ogółem [g] 119,2 Tłuszcz [g] 86,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 263,8 suma cukrów prostych [g] 71,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,7 Sód [mg] 1 930,2

2026-05-01 piątek

<p>PODSTAWOWA</p>	<p>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 Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g</p>		<p>Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba morszczuk pieczony 100 g (RYB) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Warzywa po grecku 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Mandarynka 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 Serek wiejski lekki z koperkiem 80 g (MLE) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Sok jabłkowo-marchewkowy 200ml 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 275,6 Białko ogółem [g] 119,4 Tłuszcz [g] 86,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 265,1 suma cukrów prostych [g] 69,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 Sód [mg] 1 990,1</p>
<p>ŁATWOSTRAWNA</p>	<p>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 Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g</p>		<p>Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Ryba morszczuk pieczony 100 g (RYB) Sos koperkowy b/śmietany 80 ml Ziemniaki gotowane 100 g Warzywa po grecku 100 g (SEL) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Mandarynka 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 Serek wiejski lekki z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Sok jabłkowo-marchewkowy 200ml 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 283,2 Białko ogółem [g] 114,9 Tłuszcz [g] 84,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 271,7 suma cukrów prostych [g] 72 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Sód [mg] 1 853,8</p>
<p>Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</p>	<p>Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Mandarynka 150 g</p>	<p>Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba morszczuk pieczony 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 100 g Surówka z marchewki i jabłka 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 Serek wiejski lekki z koperkiem 80 g (MLE) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Chleb razowy 60 g (GLU) Margaryna Rama 10g 1 szt Serek homogenizowany naturalny 50 g (MLE) Papryka świeża 50 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 252 Białko ogółem [g] 119,4 Tłuszcz [g] 84,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 257,6 suma cukrów prostych [g] 50,5 Błonnik pokarmowy [g] 41,7 Sód [mg] 1 636,3</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-22 do dnia 2026-05-01 SZPITALE

2026-05-01 piątek	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 Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Ogórek kiszony 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 marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100 g (SEL) Warzywa po grecku 100 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Mandarynka 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 Serek wiejski lekki z koperkiem 80 g (MLE) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g	Sok jabłkowo-marchewkowy 200ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 275,6 Białko ogółem [g] 119,4 Tłuszcz [g] 86,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 265,1 suma cukrów prostych [g] 69,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 Sód [mg] 1 990,1
-------------------	---------------	---	--	---	---	--------------------------------------	--

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,