

## **JADŁOSPIS 28.04.2025 r. - 04.05.2025 r.**

**28.04.2025**

### **DIETA PODSTAWOWA(1)**

**ŚNIADANIE** KAKAO NA MLEKU 300ml, JAJKO 100g, MASŁO 10g, POMIDOR 50g, BUŁKA GRAHAMKA 100g, HERBATA 250ml

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

PARÓWKA 70g, MASŁO 10g, BUŁKA 50g

**OBIAD** ZUPA KALAFIOROWA 300ml, CHLEB 50g, WĄTROBA WIEPRZOWA Z CEBULKĄ 150g, SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY 150g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

**PODWIECZOREK** WĘDLINA 50g, MASŁO 10g, CHLEB 50g, HERBATA 250ml

**KOLACJA** MAKARON NA MLEKU 300ml, MIÓD 50g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, HERBATA 250ml

**POSIŁEK DODATKOWY** KEFIR 200g

Energia-2380kcal, Białko-90g, Tłuszcze-66g, Węglowodany-321g

### **DIETA ŁATWOSTRAWNA(2)**

**ŚNIADANIE** KAKAO NA MLEKU 250ml, JAJKO 100g, MASŁO 10g, POMIDOR 50g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

PARÓWKA 70g, MASŁO 10g, BUŁKA 50g

**OBIAD** ZUPA KALAFIOROWA 300ml, RISOTTO DROBIOWE Z SOSEM POMIDOROWYM 250g, HERBATA 250ml

**PODWIECZOREK** WĘDLINA 50g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

**KOLACJA** MAKARON NA MLEKU 300ml, MIÓD 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

**POSIŁEK DODATKOWY** KEFIR 200g

Energia-2050kcal, Białko-102g, Tłuszcze-60g, Węglowodany-268g

**29.04.2025**

**DIETA PODSTAWOWA(1)**

**ŚNIADANIE** PŁATKI RYŻOWE NA MLEKU 300ml, SALCESON JASNY 70g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, OGÓREK ŚWIEŻY 50g, HERBATA 250ml

**DRUGIE ŚNIADANIE** DROŻDŻÓWKA 100g

**OBIAD** ZUPA ZACIERKA 300ml, GULASZ WIEPRZOWY 100g, KASZA JĘCZMIENNA 100g, SAŁATKA Z OGÓRKÓW KISZONYCH 150g, HERBATA 250ml

**PODWIECZOREK** DŻEM 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 50g

**KOLACJA** KAWA NA MLEKU 250ml, KIEŁBASA PASZTETOWA 80g, POMIDOR 50g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

**POSIŁEK DODATKOWY** SEREK NATURALNY 150g

Energia -2330kcal, Białko -91g, Tłuszcze-70g, Węglowodany.-310g

**DIETA ŁATWOSTRAWNA(2)**

**ŚNIADANIE** PŁATKI RYŻOWE NA MLEKU 300ml, KIEŁBASA SZYMKOWA 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, SAŁATA 10g, HERBATA 250ml

**DRUGIE ŚNIADANIE** DROŻDŻÓWKA 100g

**OBIAD** ZUPA ZACIERKA 300ml, MIĘSO GULASZOWE W WARZYNACH 200g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

**PODWIECZOREK** DŻEM 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 50g

**KOLACJA** KAWA NA MLEKU 250ml, KIEŁBASA PASZTETOWA 80g, POMIDOR 5g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

**POSIŁEK DODATKOWY** SEREK NATURALNY 150g

Energia-2030kcal, Białko-96g, Tłuszcze-55g, Węglowodany-290g

**30.04.2025**

**DIETA PODSTAWOWA(1)**

**ŚNIADANIE** KAWA NA MLEKU 250ml, POŁĘDWICA SOPOCKA 50g, SAŁATA 10g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, HERBATA 250ml

**DRUGIE ŚNIADANIE** KISIEL 200g

**OBIAD** ZUPA KRUPNIK 300ml, CHLEB 50g, ZRAZ W SOSIE 100g , BURACZKI 200g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

**PODWIECZOREK** JAJKO 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 50g

**KOLACJA** KASZA MANNA NA MLEKU 300ml, DŻEM 50g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

**POSIŁEK DODATKOWY** JOGURT 150g

Energia-2355kcal, Białko-95g, Tłuszcze-70g, Węglowodany-265g

**DIETA ŁATWOSTRAWNA(2)**

**ŚNIADANIE** KAWA NA MLEKU 300ml, POŁĘDWICA SOPOCKA 50g, SAŁATA 10g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

**DRUGIE ŚNIADANIE** KISIEL 200g

**OBIAD** ZUPA KRUPNIK 300ml, WOŁOWINA MIELONA 150g, ZIEMNIAKI 200g, BURACZKI 200g, HERBATA 250ml

**PODWIECZOREK** JAJKO 50g, MASŁO 10g, CHLEB RAZOWY 50g

**KOLACJA** KASZA MANNA NA MLEKU 300ml, DŻEM 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

**DODATKOWY POSIŁEK** JOGURT 150g

Energia-2100kcal, Białko-103g, Tłuszcze-58g, Węglowodany-280g

**01.05.2025**

**DIETA PODSTAWOWA(1)**

**ŚNIADANIE** KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU 300ml, SZYNKA GOTOWANA 50g, MASŁO 10g, OGÓREK ZIELONY 50g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

**DRUGIE ŚNIADANIE** CIASTKA 80g

**OBIAD** ROSÓŁ Z MAKARONEM 300ml, KURCZAK PIECZONY 250g, SAŁATA ZE ŚMIETANĄ 100g, ZIEMNAKI 200g, HERBATA 250ml

**PODWIECZOREK** TWAROŻEK 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g

**KOLACJA** KAWA NA MLEKU 250ml, PASTA JAJECZNA Z NATKĄ PIETRUSZKI 75g, POMIDOR 50g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, HERBATA 250ml

**DODATKOWY POSIŁEK** SEREK WIEJSKI 120g

Energia-2310kcal, Białko-100g, Tłuszcze-57g, Węglowodany-288g

**DIETA ŁATWOSTRAWNA(2)**

**ŚNIADANIE** KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU 300ml, KIEŁBASA SZYNKOWA 50g, BUŁKA 100g, MASŁO 10g, HERBATA 250g

**DRUGIE ŚNIADANIE** CIASTKA 80g

**OBIAD** ROSÓŁ Z MAKARONEM 300ml, KURCZAK GOTOWANY 250g, SAŁATA ZE ŚMIETANĄ 100g, ZIEMNAKI 200g, HERBATA 250ml

**PODWIECZOREK** TWAROŻEK 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 50g

**KOLACJA** KAWA NA MLEKU 250ml, PASTA JAJECZNA Z NATKĄ PIETRUSZKI 75g, BUŁKA 100g, MASŁO 10g, HERBATA 250g

**DODATKOWY POSIŁEK** SEREK WIEJSKI 120g

Energia-2190kcal, Białko-108g, Tłuszcze-59g, Węglowodany-290g

**02.05.2025**

**DIETA PODSTAWOWA(1)**

**ŚNIADANIE** KASZA JAGLANA NA MLEKU 300ml, KONSERWA RYBNA Z CEBULKĄ 80g, OGÓREK KONSERWOWY 50g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

**DRUGIE ŚNIADANIE** BUDYŃ Z SOKIEM 200g

**OBIAD** ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM 300ml, CHLEB 50g, BIGOS 300g, ZIEMNAKI 200g, HERBATA 250ml

**PODWIECZOREK** JABŁKO GOTOWANE 200g

**KOLACJA** KAWA NA MLEKU 250ml, TWAROŻEK Z KOPERKIEM 70g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, POMIDOR 50g, HERBATA 250ml

**DODATKOWY POSIŁEK** JOGURT 150g

Energia-2400kcal Białko-98g, Tłuszcze 70g, Węglowodany-270g

**DIETA ŁATWOSTRAWNA(2)**

**ŚNIADANIE** KASZA JAGLANA NA MLEKU 300ml, POŁĘDWICA DROBIOWA 50g, SAŁATA 10g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

**DRUGIE ŚNIADANIE** BUDYŃ Z SOKIEM 200g

**OBIAD** ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM 300ml, POTRAWKA DROBIOWA 120g, ZIEMNAKI 200g, HERBATA 250ml

**PODWIECZOREK** JABŁKO GOTOWANE

**KOLACJA** KAWA NA MLEKU 250ml, TWAROŻEKZ KOPERKIEM 70g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, POMIDOR 50g, HERBATA 250ml

**DODATKOWY POSIŁEK** JOGURT 150g

Energia-2180kcal, Białko-105g, Tłuszcz-60g, Węglowodany-276g

**03.05.2025**

**DIETA PODSTAWOWA(1)**

**ŚNIADANIE** KAWA NA MLEKU 250ml, PIECZEŃ RZYMSKA 60g, POMIDOR 50g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, HERBATA 250ml

**DRUGIE ŚNIADANIE** SOK OWOCOWY 330g

**OBIAD** BARSZCZ BIAŁY Z JAJKIEM 300ml, CHLEB 50g, PULPETY Z SOSEM POMIDOROWYM 100g, SURÓWKA Z KAPUSTY CZERWONEJ 150g, ZIEMNAKI 200g, HERBATA 250ml

**PODWIECZOREK** PASZTET DROBIOWY 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 50g, HERBATA 250g

**KOLACJA** PŁATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU 300ml, PARÓWKA 70g, KETCHUP 20g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

**DODATKOWY POSIŁEK** SEREK BIELUCH 150g

Energia-2300kcal, Białko- 100g,Tłuszcze-71g, Węglowodany-288g

**DIETA ŁATWOSTRAWNA(2)**

**ŚNIADANIE** KAWA NA MLEKU 250ml, POŁĘDWICA SOPOCKA 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, POMIDOR 50g, HERBATA 250ml

**DRUGIE ŚNIADANIE** SOK OWOCOWY 330g

**OBIAD** ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM 300ml, PULPETY Z SOSEM POMIDOROWYM 100g, SURÓWKA Z MARCHWI 150g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

**PODWIECZOREK** PASZTET PIECZONY 100g, MASŁO 10g, BUŁKA 50g, HERBATA 250g

**KOLACJA** PŁATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU 300ml, PARÓWKA 70g, KETCHUP 20g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

**DODATKOWY POSIŁEK** SEREK BIELUCH 150g

Energia- 2100kcal, Białko-105g, Tłuszcze-70g, Węglowodany-270g

**04.05.2025**

**DIETA PODSTAWOWA(1)**

**ŚNIADANIE** KAWA NA MLEKU 250ml, OGONÓWKA 50g, SAŁATA 5g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, HERBATA Z CYTRYNĄ 250ml

**DRUGIE ŚNIADANIE** TWARÓG 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 50g, HERBATA 250ml

**OBIAD D. PODSTAWOWA** MANNA NA ROSOLE 300ml, CHLEB 50g, KOTLET SCHABOWY 100g, POMIDORY ZE ŚMIETANĄ 150g, ZIEMNIAKI 200g, NAPOJ OWOCOWY 250ml

**PODWIECZOREK** KIEŁBASA ŻYWIECKA 50g, MASŁO 10g, CHLEB RAZOWY 50g, HERBATA 250ml

**KOLACJA** PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 300ml, SER TOPIONY 50g, BUŁKA 100g, MASŁO 10g, HERBATA 250ml, JABŁKO 150g

**DODATKOWY POSIŁEK** KEFIR 200ml

Energia-2340kcal, Białko-102g, Tłuszcze-64g, Węglowodany-290g

**DIETA ŁATWOSTRAWNA(2)**

**ŚNIADANIE** KAWA NA MLEKU 250ml, OGONÓWKA 50g, SAŁATA 5g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

**DRUGIE ŚNIADANIE** JAJKO 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 50g, HERBATA 250ml

**OBIAD** MANNA NA ROSOLE 300ml, SCHAB W SOSIE PIETRUSZKOWYM 150g, POMIDORY ZE ŚMIETANĄ 150g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

**PODWIECZOREK** KIEŁBASA ŻYWIECKA 50g, MASŁO 10g, CHLEB RAZOWY 50g, HERBATA 250ml

**KOLACJA** PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 300ml, SER TOPIONY 50g, BUŁKA 100g, MASŁO 10g, HERBATA 250ml, JABŁKO 150g

**DODATKOWY POSIŁEK** KEFIR 200ml

Energia-2040kcal, Białko-105g, Tłuszcze-66g, Węglowodany-248g