

Jadłospis

Środa, 19.03.2025(Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki owsiane na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Pasta z fasoli 60g, Sałata 2 liście
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 150g (GLUTEN), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), Sałatka szwedzka 100g (GORCZYCA), Kalafior gotowany z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa 120g (JAJKO, SELER) II: Hot dog 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Banan 1szt, Woda 1szt
Środa, 19.03.2025(Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki owsiane na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Pasta pomidorowa z brokułem 60 g, Sałata 2 liście
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 150g (GLUTEN), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), Kalafior gotowany z oliwa 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml, Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g II: Bułka pszenna z twarogiem 1szt (GLUTEN, MLEKO), Banan 1szt, Woda 1szt
Środa, 19.03.2025(Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki owsiane na mleku 0,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Pasta pomidorowa z brokułem 60g (GLUTEN, SELER), Sałata 2 liście
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 150g (GLUTEN), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), Kalafior gotowany z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g II: Bułka pszenna z twarogiem 1szt (GLUTEN, MLEKO), Banan 1szt, Woda 1szt
Środa, 19.03.2025(Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki owsiane na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Pasta pomidorowa z brokułem i słonecznikiem 60 g, Sałata 2 liście
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 150g (GLUTEN), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), Kalafior gotowany z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g (SELER) II: Bułka pszenna z twarogiem 1szt (GLUTEN, MLEKO), Banan 1szt, Woda 1szt

Jadłospis

Środa, 19.03.2025(Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z fasoli 60g, Sałata 2 liście II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Pasta pomidorowa z brokułem 60g, Rzodkiewka 50g
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 150g (GLUTEN), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), Sałatka szwedzka 100g (GORCZYCA), Kalafior gotowany z oliwą 100g Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa 120g (SELER) II: Hot dog 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Gruszka 1szt, Woda 1szt
Środa, 19.03.2025(Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta pomidorowa z brokułem 60g, Sałata 2 liście II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Ser biały 40g (MLEKO), Kiwi 1szt
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 100g (GLUTEN), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), Kalafior gotowany z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 80g (SELER) II: Mus owocowo-warzywny 100% 1szt, Woda 1 szt
Środa, 19.03.2025(Dieta 6/2/S łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta pomidorowa z brokułem 60g, Sałata 2 liście II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Ser biały 40g (MLEKO), Mus owocowo-warzywny 1szt
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 150g (GLUTEN), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), Kalafior gotowany z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g II: Bułka pszenna z twarogiem 1szt (GLUTEN, MLEKO), Banan 1 szt, Woda 1szt
Środa, 19.03.2025(Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Pasta pomidorowa z brokułem 60g, Sałata 2 liście
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 100g (GLUTEN), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), Kalafior gotowany z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 80g (SELER) II: Mus owocowo-warzywny 100% 1szt, Woda 1 szt

Jadłospis

Środa, 19.03.2025(Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Płatki owsiane (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka gotowana (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Pomidor, Brokuły
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, Seler korzeń (SELER), Mięso wieprzowe, Kasza jęczmienna (GLUTEN), Kalafior, Oliwa, Śmietana (MLEKO),
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jogurt (MLEKO), Ziemniaki, Włoszczyzna (SELER), Jajko (JAJA) II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Środa, 19.03.2025(Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka gotowana (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Pomidor, Brokuły Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Marchew
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, Seler korzeń (SELER), Mięso wieprzowe, Kasza jęczmienna (GLUTEN), Kalafior, Oliwa, Śmietana (MLEKO),
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jogurt (MLEKO), Ziemniaki, Włoszczyzna (SELER), Jajko (JAJA) II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Środa, 19.03.2025(Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Płatki owsiane (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka gotowana (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Pomidor, Brokuły
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Ziemniaki, Seler korzeń (SELER), Mięso wieprzowe, Kasza jęczmienna (GLUTEN), Kalafior, Oliwa, Śmietana (MLEKO),
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jogurt (MLEKO), Ziemniaki, Włoszczyzna (SELER), Jajko (JAJA) II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Środa, 19.03.2025(Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki owsiane na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Pasta z fasoli 60g, Sałata 2 liście
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 150g (GLUTEN), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), Sałatka szwedzka 100g (GORCZYCA), Kalafior gotowany z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa 120g (JAJKO, SELER) II: Hot dog 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Banan 1szt, Orzechy włoskie 15g (ORZECZY), Woda 1szt

Jadłospis

Środa, 19.03.2025(Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki owsiane na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Pasta pomidorowa z brokułem 60 g, Sałata 2 liście
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 150g (GLUTEN), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), Kalafior gotowany z oliwa 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa na jogurcie 120g II: Bułka pszenna z twarogiem 1szt (GLUTEN, MLEKO), Banan 1szt, Woda 1szt
Środa, 19.03.2025(Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z fasoli 60g, Sałata 2 liście II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Pasta pomidorowo-brokulowa 60g, Rzodkiewka 50g
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Gulasz wieprzowy duszony 150g (GLUTEN), Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN), Sałatka szwedzka 100g (GORCZYCA), Kalafior gotowany z oliwą 100g Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Sałatka jarzynowa 120g (SELER) II: Hot dog 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Gruszka 1szt, Orzechy włoskie 15g (ORZECHE), Woda 1szt
Czwartek, 20.03.2025(Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki ryżowe na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka złocista 60g (GLUTEN, SOJA), Rukola 5g, Gotowany buraczek w plastrach 100g
Obiad	Zupa grochowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron z serem i masłem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 150g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasztet Jana 40g (GLUTEN), Ogórek zielony 100g II: Sałatka z kurczakiem, kuskusem i sosem ziołowym 1szt (GLUTEN, MLEKO), Woda 1szt
Czwartek, 20.03.2025(Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki ryżowe na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka złocista 60g (GLUTEN, SOJA), Gotowany buraczek w plastrach 100g
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron z serem i masłem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 150g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO), Cukinia pieczona z ziołami 100g II: Sałatka z kurczakiem, kuskusem i sosem ziołowym 1szt (GLUTEN, MLEKO), Woda 1szt

Jadłospis

Czwartek, 20.03.2025(Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki ryżowe na mleku 0,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Szynka złocista 60g (GLUTEN, SOJA), Gotowany buraczek w plastrach 100g
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron z serem chudym 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 150g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO), Cukinia pieczona z ziołami 100g II: Sałatka z kurczakiem, kuskusem i sosem ziołowym 1szt (GLUTEN, MLEKO), Woda 1szt
Czwartek, 20.03.2025(Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki ryżowe na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka złocista 60g (GLUTEN, SOJA), Gotowany buraczek w plastrach 100g
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron z serem i masłem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 150g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO), Cukinia pieczona z ziołami 100g II: Sałatka z kurczakiem, kuskusem i sosem ziołowym 1szt (GLUTEN, MLEKO), Woda 1szt
Czwartek, 20.03.2025(Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Szynka złocista 60g (GLUTEN, SOJA), Papryka 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Jajko 1szt (JAJA), Rukola 5g
Obiad	Zupa grochowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron pełnoziarnisty z serem i masłem bez cukru 300g (GLUTEN, MLEKO), Mus jabłkowy 150g Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Paszтет Jana 40g (GLUTEN), Ogórek zielony 100g II: Sałatka z kurczakiem, kuskusem i sosem ziołowym 1szt (GLUTEN, MLEKO), Woda 1szt
Czwartek, 20.03.2025(Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Szynka złocista 40g (GLUTEN, SOJA), Gotowany buraczek w plastrach 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Jajko 1/2 szt (JAJA), Rukola 5g
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron z serem i masłem bez cukru 300 g (GLUTEN, MLEKO), Mus jabłkowy 150g Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jogurt naturalny 80g (MLEKO), Cukinia pieczona z ziołami 100g II: Sok warzywno- owocowy 1szt, Woda 1 szt

Jadłospis

Czwartek, 20.03.2025(Dieta 6/2/S łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Szyńka złocista 40g (GLUTEN, SOJA), Gotowany buraczek w plastrach 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Jajko 1/2 szt (JAJA), Roszponka 5g
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron z serem i masłem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 150g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO), Cukinia zapiekana z ziołami 100g II: Sałatka z kurczakiem, kuskusem i sosem ziołowym 1szt (GLUTEN, MLEKO), Woda 1szt
Czwartek, 20.03.2025(Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szyńka złocista 40g (GLUTEN, SOJA), Gotowany buraczek w plastrach 100g
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron z serem i masłem 200g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 150g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jogurt naturalny 80g (MLEKO), Cukinia pieczona z ziołami 100g II: Sok warzywno-owocowy 1szt, Woda 1 szt
Czwartek, 20.03.2025(Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Płatki ryżowe, Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szyńka (GLUTEN, SOJA), Gotowany buraczek
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, Śmietana (MLEKO), Włoszczyzna (SELER), Makaron (GLUTEN, JAJA), Ser biały (MLEKO), Masło (MLEKO), Mus jabłkowy
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jogurt naturalny (MLEKO), Cukinia II: Sok warzywno-owocowy 1 szt
Czwartek, 20.03.2025(Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szyńka (GLUTEN, SOJA), Gotowany buraczek, Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Pomidor bez skóry
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ziemniaki, Śmietana (MLEKO), Włoszczyzna (SELER), Makaron (GLUTEN, JAJA), Ser biały (MLEKO), Masło (MLEKO), Mus jabłkowy
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Cukinia II: Sok warzywno-owocowy 1 szt
Czwartek, 20.03.2025(Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Płatki ryżowe, Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szyńka (GLUTEN, SOJA), Gotowany buraczek
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Ziemniaki, Śmietana (MLEKO), Włoszczyzna (SELER), Makaron (GLUTEN, JAJA), Ser biały (MLEKO), Masło (MLEKO), Mus jabłkowy
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO), Cukinia II: Sok warzywno-owocowy 1szt

Jadłospis

Czwartek, 20.03.2025(Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki ryżowe na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka złocista 60g (GLUTEN, SOJA), Rukola 5g, Gotowany buraczek w plastrach 100g
Obiad	Zupa grochowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron z serem i masłem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 150g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasztet Jana 40g (GLUTEN), Ogórek zielony 100g II: Sałatka z kurczakiem, kuskusem i sosem ziołowym 1szt (GLUTEN, MLEKO), Woda 1szt
Czwartek, 20.03.2025(Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki ryżowe na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka złocista 60g (GLUTEN, SOJA), Gotowany buraczek w plastrach 100g
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron z serem i masłem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Mus jabłkowy 150g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO), Cukinia pieczona z ziołami 100g II: Sałatka z kurczakiem, kuskusem i sosem ziołowym 1szt (GLUTEN, MLEKO), Woda 1szt
Czwartek, 20.03.2025(Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Szynka złocista 60g (GLUTEN, SOJA), Papryka 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Jajko 1szt (JAJA), Rukola 5g
Obiad	Zupa grochowa 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron pełnoziarnisty z serem i masłem bez cukru (GLUTEN, MLEKO), Mus jabłkowy 150g Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml, Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasztet Jana 40g (GLUTEN), Ogórek zielony 100g II: Sałatka z kurczakiem, kuskusem i sosem ziołowym 1szt (GLUTEN, MLEKO), Woda 1szt
Piątek, 21.03.2025(Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Serek waniliowy 60g (MLEKO), Mandarynka 1 szt
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba w cieście naleśnikowym 100g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Surówka z kiszzonej kapusty 100g, Szpinak gotowany 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z jaj ze szczypiorkiem 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sałatka z pomidora i sałaty z olejem 100g II: Rogal maślany 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), Woda 1szt

Jadłospis

Piątek, 21.03.2025(Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Serek waniliowy 60g (MLEKO), Mus warzywno-owocowy 150 ml
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba pieczona 100g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Szpinak gotowany 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z jaj na jogurcie 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sałatka z pomidora i sałaty z olejem 100g II: Rogal maślany 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), Woda 1szt
Piątek, 21.03.2025(Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 0,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Serek waniliowy 60g (MLEKO), Mus warzywno-owocowy 150 ml
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba pieczona 100g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Szpinak gotowany 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Pasta z białek na jogurcie 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sałatka z pomidora i sałaty 100g II: Rogal maślany 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), Woda 1szt
Piątek, 21.03.2025(Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Serek waniliowy 60g (MLEKO), Mus warzywno-owocowy 150 ml
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba pieczona 100g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Szpinak gotowany 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml, Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z jaj na jogurcie 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sałatka z pomidora i sałaty z olejem 100g II: Rogal maślany 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Woda 1szt
Piątek, 21.03.2025(Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek waniliowy bez cukru 60g (MLEKO), Mandarynka 1 szt, Orzechy włoskie 15g (ORZECZY) II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Ogórek kiszony 50g
Obiad	Zupa z brązowego ryżu 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba pieczona 100g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Surówka z kiszonej kapusty 200g Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z jaj ze szczypiorkiem 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sałatka z pomidora i sałaty z olejem 100g II: Rogal maślany 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Woda 1szt

Jadłospis

Piątek, 21.03.2025(Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek waniliowy bez cukru 40g, Mus warzywno-owocowy 150ml II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Polędwica sopocka 20g (GLUTEN, SOJA), Włoszczyzna gotowana 50g (SELER)
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba pieczona 80g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Kasza jaglana z masłem 200g (MLEKO), Szpinak gotowany 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z białek na jogurcie 40g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sałatka z pomidora i sałaty z olejem 100g II: Sok owocowo-warzywny 1 szt, Woda 1 szt
Piątek, 21.03.2025(Dieta 6/2/S łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek waniliowy bez cukru 60g (MLEKO), Mus warzywno-owocowy 150ml II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Polędwica sopocka 40g (GLUTEN, SOJA), Włoszczyzna gotowana 50g (SELER)
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba pieczona 100g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Szpinak gotowany 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml, Baton 100g (GLUTEN) Masło 10g (MLEKO), Pasta z jaj na jogurcie 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sałatka z pomidora i sałaty z olejem 100g II: Rogal maślany 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), Woda 1szt
Piątek, 21.03.2025(Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Serek waniliowy 60g (MLEKO), Mus warzywno-owocowy 150ml
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba pieczona 80g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Kasza jaglana z masłem 200g (MLEKO), Szpinak gotowany 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z białek na jogurcie 40g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sałatka z pomidora i sałaty z olejem 100g II: Sok owocowo-warzywny 1szt, Woda 1 szt
Piątek, 21.03.2025(Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Makaron (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Banan
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ryż, Ryba (RYBY), Ziemniaki, Szpinak, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 40ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jaja (JAJA), Jogurt naturalny (MLEKO), Pomidor bez skóry II: Sok owocowo-warzywny 1szt

Jadłospis

Piątek, 21.03.2025(Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Banan Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Polędwica sopocka (GLUTEN, MLEKO), Włoszczyzna (SELER)
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ryż, Ryba (RYBY), Ziemniaki, Szpinak, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 40ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jaja (JAJA), Jogurt naturalny (MLEKO), Pomidor bez skóry II: Sok owocowo- warzywny 1szt
Piątek, 21.03.2025(Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Makaron (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Banan
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ryż, Ryba (RYBY), Ziemniaki, Szpinak, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Koktajl kolacyjny 40ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jaja (JAJA), Jogurt naturalny (MLEKO), Pomidor bez skóry II: Sok owocowo- warzywny 1szt
Piątek, 21.03.2025(Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Serek waniliowy 60g (MLEKO), Mandarynka 1 szt, Orzechy Włoskie 15g (ORZECZY)
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba w cieście naleśnikowym 100g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Surówka z kiszonej kapusty 100g, Szpinak gotowany 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z jaj ze szczypiorkiem 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sałatka z pomidora i sałaty z olejem 100g II: Rogal maślany 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), Woda 1szt
Piątek, 21.03.2025(Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Makaron na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Serek waniliowy 60g (MLEKO), Mus warzywno-owocowy 150 ml
Obiad	Zupa ryżowa 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba pieczona 100g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Szpinak gotowany 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z jaj na jogurcie 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sałatka z pomidora i sałaty z olejem 100g II: Rogal maślany 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), Woda 1szt

Jadłospis

Piątek, 21.03.2025(Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek waniliowy bez cukru 60g (MLEKO), Mandarynka 1 szt, Orzechy włoskie 15g (ORZECZY), II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Ogórek kiszony 50g
Obiad	Zupa z brązowego ryżu 300ml (GLUTEN, SELER) Ryba pieczona 100g (GLUTEN, JAJA, RYBY), Ziemniaki 200g, Surówka z kiszonej kapusty 200g Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z jaj ze szczypiorkiem 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sałatka z pomidora i sałaty z olejem 100g II: Rogal maślany 1szt (GLUTEN, MLEKO, SEZAM), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Woda 1szt
Sobota, 22.03.2025(Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kluski lane na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Parówka Cieszyńska 100g (GLUTEN, SOJA), Ketchup 30g, Mix sałat z kalarepką 100g
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Leniwe 250g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sos koperkowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Marchew z groszkiem oprószana 100g, Brokuły 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z soczewicą i włoszczyzną 80g, Kiwi 1 szt II: Grahamka z masłem, szynką i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Woda 1szt
Sobota, 22.03.2025(Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kluski lane na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Parówka Cieszyńska 100g (GLUTEN, SOJA), Ketchup 30g, Mix sałat 5g, Marchew gotowana 100g
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Leniwe 250g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sos koperkowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Brokuły 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek homogenizowany z brzoskwinia (MLEKO) 80g, Sok owocowo-warzywny 1 szt II: Bułka pszenna z masłem, szynką i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Woda 1szt
Sobota, 22.03.2025(Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kluski lane na mleku 0.5% tł 300ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Filet zapiekany 40g, Mix sałat 5g, Marchew gotowana 100g
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Leniwe 250g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sos koperkowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Brokuły 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Serek homogenizowany z brzoskwinia 80g, Sok owocowo-warzywny 100% 1 szt II: Bułka pszenna z szynką i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Woda 1szt

Jadłospis

Sobota, 22.03.2025(Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kluski lane na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Parówka Cieszyńska 100g (GLUTEN, SOJA), Ketchup 30g, Mix sałat 5g, Marchew gotowana 100g
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Leniwe 250g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sos koperkowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Brokuły 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek homogenizowany z brzoskwinia 80g (MLEKO), Sok owocowo-warzywny 100% 1 szt II: Bułka pszenna z masłem, szynką i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Woda 1szt
Sobota, 22.03.2025(Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Parówka Cieszyńska 1 szt, Ketchup 30g, Mix sałat z kalarepką 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Filet zapiekany 40g, Ogórek zielony 50g
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Mięso drobiowe duszone 100g, Sos koperkowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Brokuły 200g Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z soczewicą i włoszczyzną 80g, Kiwi 1 szt II: Grahamka z masłem, szynką i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Woda 1szt
Sobota, 22.03.2025(Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Filet zapiekany 40g, Marchew gotowana 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Dżem 40g (MLEKO), Mix sałat 5g
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Mięso drobiowe duszone 100g (GLUTEN), Sos koperkowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Brokuły 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek homogenizowany z brzoskwinia 40g (MLEKO), Jabłko 1 szt II: Sok warzywno-owocowy 1szt, Woda 1 szt
Sobota, 22.03.2025(Dieta 6/2/S łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Parówka Cieszyńska 100g, Ketchup 30g, Marchew gotowana 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Filet zapiekany 40g (MLEKO), Mix sałat 5g
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Mięso drobiowe duszone 100g (GLUTEN), Sos koperkowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Brokuły 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek homogenizowany z brzoskwinia 80g, Sok owocowo-warzywny 100% 1 szt II: Bułka pszenna z masłem, szynką i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Woda 1szt

Jadłospis

Sobota, 22.03.2025(Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany 40g, Mix sałat 5g, Marchew gotowana 100g
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Leniwe 250g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sos koperkowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Brokuły 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek homogenizowany z brzoskwinia 40g (MLEKO), Jabłko 1 szt II: Sok warzywno- owocowy 1szt, Woda 1 szt
Sobota, 22.03.2025(Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Kluski lane (GLUTEN, JAJA), Mleko 1.5% tł. (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Filet zapiekany, Marchew
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ziemniaki, Kasza jęczmienna (GLUTEN), Leniwe (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Brokuły, Koperek, Olej rzepakowy, Jogurt (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Jabłko II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Sobota, 22.03.2025(Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Filet zapiekany, Marchew Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Pomidor
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ziemniaki, Kasza jęczmienna (GLUTEN), Leniwe (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Koperek, Brokuły, Olej rzepakowy, Jogurt (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Jabłko II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Sobota, 22.03.2025(Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Kluski lane (GLUTEN, JAJA), Mleko 1.5% tł. (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Filet zapiekany, Marchew
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ziemniaki, Kasza jęczmienna (GLUTEN), Leniwe (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Koperek, Brokuły, Olej rzepakowy, Śmietana (MLEKO),
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Jabłko II: Sok warzywno- owocowy 1szt
Sobota, 22.03.2025(Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kluski lane na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Parówka Cieszyńska 100g, Ketchup 30g, Mix sałat z kalarepką 100g
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pierogi leniwe 250g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sos koperkowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Marchew z groszkiem oprószana 100g, Brokuły 100g Kompot 200ml,
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z soczewicą i włoszczyzną 80g, Kiwi 1 szt II: Grahamka z masłem, szynką i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Woda 1szt

Jadłospis

Sobota, 22.03.2025(Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kluski lane na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Parówka Cieszyńska 100g (GLUTEN, SOJA), Ketchup 30g, Mix sałat 5g, Marchew gotowana 100g
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Leniwe 250g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sos koperkowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Brokuły 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Serek homogenizowany z brzoskwinia 80g, Sok owocowo-warzywny 100% 1 szt II: Bułka pszenna z masłem, szynką i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Woda 1szt
Sobota, 22.03.2025(Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Parówka Cieszyńska 100g, Ketchup 30g, Mix sałat z kalarepką 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Filet zapiekany 40g, Ogórek zielony 50g
Obiad	Zupa krupnik 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Mięso drobiowe duszone 100g (GLUTEN, MLEKO, JAJA), Sos koperkowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Brokuły 200g Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z soczewicy i włoszczyzny 80g, Kiwi 1 szt II: Grahamka z masłem, szynką i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Woda 1szt
Niedziela, 23.03.2025(Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza manna na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), Ogórek kiszony 100g
Obiad	Rosół z ryżem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Schab duszony 100g (GLUTEN, JAJA), Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Czerwona kapusta 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Polędwica sopocka 40g (GLUTEN, SOJA), Sałatka z selera z natką pietruszki 100g (SELER) II: Mus owocowo-warzywny 150ml, Wafle ryżowe 30g, Woda 1szt
Niedziela, 23.03.2025(Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza manna na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), Roszponka 10g
Obiad	Rosół z ryżem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Schab duszony 100g, Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Bukiet królewski z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Polędwica sopocka 40g (GLUTEN, SOJA), Sałatka z selera z natką pietruszki 100g (SELER) II: Mus owocowo-warzywny 150ml, Wafle ryżowe 30g Woda 1szt,

Jadłospis

Niedziela, 23.03.2025(Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza manna na mleku 0,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Jajecznica z białek z koperkiem na parze 70g (JAJA, MLEKO), Roszponka 10g
Obiad	Rosół z ryżem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Sztuka mięsa drobiowa gotowana 100g, Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Bukiet królewski 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Polędwica sopocka 40g (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Sałatka z selera z natką pietruszki 100g (SELER) II: Mus owocowo-warzywny 150ml, Wafle ryżowe 30g, Woda 1szt
Niedziela, 23.03.2025(Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza manna na mleku 1,5% tł. 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), Roszponka 10g
Obiad	Rosół z ryżem 300ml (SELER) Schab duszony 100g, Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Bukiet królewski z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Polędwica sopocka 40g (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Sałatka z selera z natką pietruszki 100g (SELER) II: Mus owocowo-warzywny 150ml, Wafle ryżowe 30g Woda 1szt
Niedziela, 23.03.2025(Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), Ogórek kiszony 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Serek kanapkowy 20g (MLEKO), Rzodkiewka 50g
Obiad	Rosół z brązowym ryżem 300ml (SELER) Schab duszony 100g, Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Czerwona kapusta 200g Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Polędwica sopocka 40g (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Sałatka z selera z natką pietruszki 100g (SELER) II: Mus owocowo-warzywny 150ml, Wafle ryżowe 30g, Woda 1szt
Niedziela, 23.03.2025(Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jajecznica z koperkiem 50g (JAJA), Roszponka 10g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Serek kanapkowy 20g (MLEKO), Jabłko 1 szt
Obiad	Rosół jarski z ryżem 300ml (SELER) Schab duszony 60g, Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza jęczmienna z masłem 200g (GLUTEN, MLEKO), Bukiet królewski z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Polędwica sopocka 20g (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Sałatka z selera z natką pietruszki 100g (SELER) II: Mus owocowo-warzywny 100% 1szt, Woda 1 szt

Jadłospis

Niedziela, 23.03.2025(Dieta 6/2/S łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), Roszponka 10g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Serek kanapkowy 20g (MLEKO), Jabłko bez skóry 1 szt
Obiad	Rosół z ryżem 300ml (SELER) Schab gotowany 100g, Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Bukiet królewski z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Polędwica sopocka 40g (GLUTEN, SOJA), Sałatka z selera z natką pietruszki 100g (SELER) II: Mus owocowo-warzywny 150ml, Wafle ryżowe 30g Woda 1szt
Niedziela, 23.03.2025(Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznica z koperkiem 50g (JAJA), Roszponka 10g
Obiad	Rosół jarski z ryżem 300ml (SELER) Schab gotowany 60g, Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza jęczmienna z masłem 200g (GLUTEN, MLEKO), Bukiet królewski z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Polędwica sopocka 20g (GLUTEN, SOJA), Sałatka z selera z natką pietruszki 100g (SELER) II: Mus owocowo-warzywny 100% 1szt, Woda 1 szt
Niedziela, 23.03.2025(Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Kasza manna (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jaja (JAJA), Pomidor
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ryż, Mięso gotowane, Ziemniaki, Bukiet królewski, Oliwa z oliwek, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, MLEKO), Seler (SELER), Olej rzepakowy, Jogurt naturalny II: Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt
Niedziela, 23.03.2025(Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Pomidor Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ser biały (MLEKO), Jabłko
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ryż, Mięso gotowane, Ziemniaki, Bukiet królewski, Oliwa z oliwek, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, MLEKO), Seler (SELER), Jogurt naturalny (MLEKO) II: Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt
Niedziela, 23.03.2025(Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Kasza manna (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jaja (JAJA), Pomidor
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Włoszczyzna (SELER), Ryż, Mięso gotowane, Ziemniaki, Bukiet królewski, Oliwa z oliwek, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, MLEKO), Seler (SELER), Olej rzepakowy, Jogurt naturalny II: Mus owocowo-warzywny 100% 1 szt

Jadłospis

Niedziela, 23.03.2025(Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza manna na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), Ogórek kiszony 100g <i>Alergeny: Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</i>
Obiad	Rosół z ryżem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Schab duszony 100g (GLUTEN, JAJA), Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Czerwona kapusta 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Polędwica sopocka 40g (GLUTEN, SOJA), Sałatka z selera z natką pietruszki 100g (SELER) II: Mus owocowo-warzywny 150ml, Wafle ryżowe 30g Woda 1szt
Niedziela, 23.03.2025(Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza manna na mleku 1,5% tł. 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), Roszponka 10g
Obiad	Rosół z ryżem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Schab duszony 100g, Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Bukiet królewski z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Polędwica sopocka 40g (GLUTEN, SOJA), Sałatka z selera z natką pietruszki 100g (SELER) II: Mus owocowo-warzywny 150ml, Wafle ryżowe 30g, Woda 1szt
Niedziela, 23.03.2025(Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jajecznica z koperkiem 70g (JAJA), Ogórek kiszony 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Serek kanapkowy 20g (MLEKO), Rzodkiewka 50g
Obiad	Rosół z brązowym ryżem 300ml (SELER) Schab duszony 100g, Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Czerwona kapusta 200g Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Polędwica sopocka 40g (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Sałatka z selera z natką pietruszki 100g (SELER) II: Mus owocowo-warzywny 150ml, Wafle ryżowe 30g, Woda 1szt
Poniedziałek, 24.03.2025(Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Cukinia pieczona 100g
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (MLEKO, SELER) Leczo z mięsem wieprzowym i kiełbasą 250g (GLUTEN), Ryż brązowy 200g, Surówka z marchewki z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Hummus 60g, Pomidor 100g II: Grahamka z pastą z tofu i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Woda 1szt

Jadłospis

Poniedziałek, 24.03.2025(Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1,5% tł 300ml (MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 40g, Ser biały 40g (MLEKO), Jabłko bez skóry 1szt
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 200g, Surówka z marchewki z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Filet zapiekany 60g, Pomidor bez skóry 100g II: Bułka pszenna z pastą z tofu i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Woda 1szt
Poniedziałek, 24.03.2025(Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 0,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Dżem 40g, Ser biały chudy 40g (MLEKO), Jabłko bez skóry 1szt
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 200g, Surówka z marchewki 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Filet zapiekany 60g, Pomidor bez skóry 100g II: Bułka pszenna z pastą z tofu i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Woda 1szt
Poniedziałek, 24.03.2025(Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 40g, Ser biały 40g (MLEKO), Jabłko bez skóry 1szt
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 200g, Surówka z marchewki z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Filet zapiekany 60g (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Pomidor bez skóry 100g II: Bułka pszenna z pastą z tofu i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Woda 1szt
Poniedziałek, 24.03.2025(Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Cukinia pieczona 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Ser biały 40g, Jabłko 1 szt
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN, MLEKO), Ryż brązowy 200g, Surówka z marchewki z oliwą 100g Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Hummus 60g, Pomidor 100g II: Grahamka z pastą z tofu i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Woda 1szt

Jadłospis

Poniedziałek, 24.03.2025(Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Ser biały 20g (MLEKO), Dżem 40g, Jabłko 1 szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Jajko 1/2 szt (JAJA), Sałata 2 liście
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Risotto jarzynowe 300g (SELER), Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Surówka z marchewki z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Filet zapiekany 40g, Pomidor bez skóry 100g II: Sok warzywno- owocowy 1szt, Woda 1 szt
Poniedziałek, 24.03.2025(Dieta 6/2/S łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Ser biały 40g (MLEKO), Dżem 40g, Jabłko bez skóry 1szt II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Jajko 1/2 szt (JAJA), Sałata 2 liście
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 200g, Surówka z marchewki z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Filet zapiekany 60g, Pomidor bez skóry 100g II: Bułka pszenna z pastą z tofu i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Woda 1szt
Poniedziałek, 24.03.2025(Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Ser biały 20g (MLEKO), Dżem 40g, Jabłko bez skóry 1szt
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Risotto jarzynowe 300g (SELER), Sos 100ml (GLUTEN, MLEKO), Surówka z marchewki z oliwą 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Filet zapiekany 40g, Pomidor bez skóry 100g II: Sok warzywno- owocowy 1szt, Woda 1 szt
Poniedziałek, 24.03.2025(Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Kasza kukurydziana (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Filet zapiekany, Ser biały (MLEKO), Pomidor
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ryż biały, Marchew, Mięso gotowane, Ziemniaki, Śmietana (MLEKO), Oliwa z oliwek, Mąka pszenna (GLUTEN)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Włoszczyzna (SELER), Szynka gotowana (GLUTEN, SOJA, MLEKO) II: Sok warzywno- owocowy 1 szt

Jadłospis

Poniedziałek, 24.03.2025(Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Dżem, Ser biały (MLEKO), Jabłko Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Włoszczyzna (SELER)
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Ryż brązowy, Marchew, Mięso gotowane, Ziemniaki, Śmietana (MLEKO), Oliwa z oliwek, Mąka pszenna (GLUTEN)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Filet zapiekany (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Pomidor II: Sok warzywno- owocowy 1 szt
Poniedziałek, 24.03.2025(Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Kasza kukurydziana (GLUTEN), Mleko 1,5% tł. (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Dżem, Ser biały (MLEKO), Jabłko
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Ryż biały, Marchew, Mięso gotowane, Ziemniaki, Śmietana (MLEKO), Oliwa z oliwek, Mąka pszenna (GLUTEN)
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Filet zapiekany (GLUTEN, SOJA, MLEKO), Pomidor II: Sok warzywno- owocowy 1 szt
Poniedziałek, 24.03.2025(Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Cukinia pieczona 100g, Orzechy włoskie 15g (ORZECZY)
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Leczo z mięsem wieprzowym i kielbasą 250g (GLUTEN), Ryż brązowy 200g, Surówka z marchewki z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Hummus 60g, Pomidor 100g II: Grahamka z pastą z tofu i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Woda 1szt
Poniedziałek, 24.03.2025(Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Kasza kukurydziana na mleku na mleku 1,5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 40g, Ser biały 40g (MLEKO), Jabłko bez skóry 1szt
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 200g, Surówka z marchewki z oliwą 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml, Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Filet zapiekany 60g, Pomidor 100g II: Bułka pszenna z pastą z tofu i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Woda 1szt

Jadłospis

Poniedziałek, 24.03.2025(Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Cukinia pieczona 100g, Orzechy włoskie 15g (ORZECZY) II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Ser biały 40g, Jabłko 1 szt
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Potrawka z kurczaka i warzyw 250g (GLUTEN, MLEKO), Ryż brązowy 200g, Surówka z marchewki 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Hummus 60g, Pomidor 100g II: Grahamka z pastą z tofu i sałatą 1szt (GLUTEN, MLEKO, SOJA), Woda 1szt
Wtorek, 25.03.2025(Dieta 1 podstawowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajko 2 szt (JAJA), Rukola 5g, Papryka 100g
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw z pestkami dyni 300ml (GLUTEN, MLEKO) Bitka drobiowa 100g, Sos ziołowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa z sezamem 100g (SEZAM), Buraczki z olejem rzepakowym 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml, Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Paprykarz 60g (GLUTEN, RYBY), Ogórek kiszony 100g II: Galaretka owocowa 150g (GLUTEN), Biszkopty 30g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Woda 1szt
Wtorek, 25.03.2025(Dieta 2 łatwo strawna)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajko na miękko 2 szt (JAJA), Cukinia pieczona 100g
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw 300ml (GLUTEN, MLEKO), Grzanki 10g (GLUTEN) Sztuka mięsa drobiowa duszona 100g, Sos ziołowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Buraczki z olejem rzepakowym 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z ryby i pomidorów 60g (GLUTEN, RYBY), Roszponka 10g II: Galaretka owocowa 150g (GLUTEN), Biszkopty 30g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Woda 1szt
Wtorek, 25.03.2025(Dieta 3 łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Pasta z białek 100g (JAJA, MLEKO), Pieczona cukinia 100g
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw 300ml (GLUTEN, MLEKO), Grzanki 10g (GLUTEN) Sztuka mięsa drobiowa duszona 100g, Sos ziołowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Buraczki 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Pasta z ryby i pomidorów 60g (GLUTEN, RYBY), Roszponka 10g II: Galaretka owocowa 150g (GLUTEN), Biszkopty 30g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Woda 1szt

Jadłospis

Wtorek, 25.03.2025(Dieta 4 łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajko na miękko 2 szt (JAJA), Pieczona cukinia 100g
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw 300ml (GLUTEN, MLEKO), Grzanki 10g (GLUTEN) Sztuka mięsa drobiowa duszona 100g, Sos ziołowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Buraczki z olejem rzepakowym 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z ryby i pomidorów 60g (GLUTEN, RYBY), Roszponka 10g II: Galaretką owocowa 150g (GLUTEN), Biszkopty 30g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Woda 1szt
Wtorek, 25.03.2025(Dieta 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jajko 2 szt (JAJA), Papryka 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Pasztet 20g (MLEKO), Rukola 5g
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw z pestkami dyni 300ml (GLUTEN, MLEKO) Sztuka mięsa drobiowa duszona 100g, Sos ziołowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa z sezamem 200g (SEZAM) Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Paprykarz 60g (GLUTEN, RYBY), Ogórek kiszony 100g II: Galaretką owocowa bez cukru 150g (GLUTEN), Wafle ryżowe 30g, Woda 1szt
Wtorek, 25.03.2025(Dieta 6/10/S niskobiałkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jajko na miękko 1 szt, Pieczona cukinia 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Szyńka drobiowa 20g (MLEKO), Sałata 2 liście
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw 300ml (GLUTEN, MLEKO), Grzanki 10g (GLUTEN) Sztuka mięsa drobiowa duszona 60g, Sos ziołowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 200g, Buraczki z olejem rzepakowym 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z ryby i pomidorów 60g (GLUTEN, RYBY), Roszponka 10g II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt, Woda 1 szt
Wtorek, 25.03.2025(Dieta 6/2/S łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jajko na miękko 2 szt (JAJA), Pieczona cukinia 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Szyńka drobiowa 40g (MLEKO), Sałata 2 liście
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw 300ml (GLUTEN, MLEKO), Grzanki 10g (GLUTEN) Sztuka mięsa drobiowa duszona 100g, Sos ziołowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Buraczki z olejem rzepakowym 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z ryby i pomidorów 60g (GLUTEN, RYBY), Roszponka 10g II: Galaretką owocowa 150g (GLUTEN), Biszkopty 30g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Woda 1szt

Jadłospis

Wtorek, 25.03.2025(Dieta 10 niskobiałkowa)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajko na miękko 1 szt (JAJA), Pieczona cukinia 100g
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw 300ml (GLUTEN, MLEKO), Grzanki 10g (GLUTEN) Sztuka mięsa drobiowa duszona 60g, Sos ziołowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ryż biały 200g, Buraczki z olejem rzepakowym 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z ryby i pomidorów 60g (GLUTEN, RYBY), Roszponka 10g II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt, Woda 1 szt
Wtorek, 25.03.2025(Dieta 12/1 papkowata podstawowa)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Płatki jęczmienne (GLUTEN), Mleko 1.5% tł (MLEKO), Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Pieczona cukinia
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Sztuka mięsa drobiowa duszona, Ziemniaki, Buraczki, Olej rzepakowy, Brokuł, Szpinak, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Pieczywo mieszane (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ryba duszona (GLUTEN, RYBY), Pomidor II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Wtorek, 25.03.2025(Dieta 12/6/S papkowata z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów)	
Śniadanie	Papka śniadaniowa 400ml: Mleko 1,5% tł. (MLEKO), Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Pieczona cukinia Papka II śniadanie 200ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Szynka drobiowa (GLUTEN, SOJA), Marchew gotowana
Obiad	Papka obiadowa 400ml: Bulion, Sztuka mięsa drobiowa duszona, Ziemniaki, Buraczki, Olej rzepakowy, Brokuł, Szpinak, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Papka kolacyjna 400ml: Graham (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ryba duszona (GLUTEN, RYBY), Marchew gotowana II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Wtorek, 25.03.2025(Dieta 14 płynna wzmocniona)	
Śniadanie	Koktajl śniadaniowy 400ml: Płatki jęczmienne (GLUTEN), Mleko 1.5% tł 300ml (MLEKO), Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Jajko (JAJA), Pieczona cukinia
Obiad	Koktajl obiadowy 400ml: Bulion, Sztuka mięsa drobiowa duszona, Ziemniaki, Buraczki, Olej rzepakowy, Brokuł, Szpinak, Śmietana (MLEKO)
Kolacja	Koktajl kolacyjny 400ml: Baton (GLUTEN), Masło (MLEKO), Ryba duszona (GLUTEN, RYBY), Pomidor II: Mus owocowo- warzywny 100% 1szt
Wtorek, 25.03.2025(Dieta C1 podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajko 2 szt (JAJA), Rukola 5g, Papryka 100g
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw z pestkami dyni 300ml (GLUTEN, MLEKO) Sztuka mięsa drobiowa duszona 100g, Sos ziołowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa z sezamem 100g (SEZAM), Buraczki z olejem rzepakowym 100g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Pieczywo mieszane 70g (GLUTEN), Graham 30g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Paprykarz 60g (GLUTEN, RYBY), Ogórek kiszony 100g, Jabłko 1szt II: Galaretką owocowa 150g (GLUTEN), Biskupki 30g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Woda 1szt

Jadłospis

Wtorek, 25.03.2025(Dieta C2 łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO), Płatki jęczmienne na mleku 1.5% tł 300ml (GLUTEN, MLEKO) Baton 100g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajko na miękko 2 szt (JAJA), Pieczona cukinia 100g
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw 300ml (GLUTEN, MLEKO), Grzanki 10g (GLUTEN) Sztuka mięsa drobiowa duszona 100g, Sos ziołowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Buraczki z olejem rzepakowym 200g Kompot 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Baton 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Pasta z ryby i pomidorów 60g (GLUTEN, RYBY), Roszponka 10g, Jabłko bez skóry 1szt II: Galaretka owocowa 150g (GLUTEN), Biskvity 30g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), Woda 1szt
Wtorek, 25.03.2025(Dieta C3 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji)	
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300ml (GLUTEN, MLEKO) Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Jajko 2 szt (JAJA), Papryka 100g II: Graham 50g (GLUTEN), Masło 5g (MLEKO), Pasztet 20g (GLUTEN), Rukola 5g
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw z pestkami dyni 300ml (GLUTEN, MLEKO) Sztuka mięsa drobiowa duszona 100g, Sos ziołowy 100ml (GLUTEN, MLEKO), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa z sezamem 200g (SEZAM) Kompot bez cukru 200ml
Kolacja	Herbata bez cukru 200ml Graham 100g (GLUTEN), Masło 10g (MLEKO), Paprykarz 60g (GLUTEN, RYBY), Ogórek kiszony 100g, Jabłko 1 szt II: Galaretka owocowa bez cukru 150g (GLUTEN), Wafle ryżowe 30g, Woda 1szt

Zestawienie wartości odżywczych
na dzień 19.03.2025

D1 19/03

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1849,0000	8267,2000	2334,5400	84,0090	87,6630	242,1750	1890,8700	29,3601	32,0350	14,5500	36,8610	3,3188	1,1700	1,0300
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIALKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1520,0000	6848,5500	1659,7400	59,8090	49,5530	225,3250	875,9200	24,3381	16,1900	3,5700	28,0160	2,9928	1,7200	1,9000
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1552,0000	7285,2700	1742,5200	69,4450	47,4330	256,1050	1109,9600	20,7971	17,4600	12,1500	29,9160	3,8335	1,8700	2,0900
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbięcia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1528,0000	7115,4100	1854,1400	81,0870	47,7030	268,8450	1501,4000	20,2441	16,6700	4,7900	37,9960	4,2793	2,8300	2,9300
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1552,0000	7237,2700	1796,5200	74,8450	47,4330	242,1050	1065,9600	20,8571	16,2600	12,1500	29,1160	3,6535	1,8700	2,0900
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1885,0000	8970,8500	2104,0400	80,5340	53,9880	262,7050	1311,3700	25,4031	31,0100	15,7000	32,7160	3,2538	1,7200	1,9000
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozбивcia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIALKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1860,0000	8122,6500	1897,8400	80,5990	30,9630	262,7050	1309,1200	10,1871	31,0100	15,7900	32,7160	3,0088	1,7200	1,9000
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1825,0000	9357,1500	2196,5400	90,2440	60,3480	262,4450	1293,6700	27,1841	30,3000	17,3000	29,9560	3,3008	1,2400	1,3000
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozбивcia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1849,0000	7840,8000	2324,5400	83,9590	84,4430	255,8650	2125,9700	27,0791	20,7950	3,0300	47,4010	3,4423	2,7700	2,6400
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1690,0000	7637,3500	1879,0400	71,9590	52,9830	256,4250	1177,7200	25,7451	16,7000	4,8500	35,0960	3,5368	1,7200	1,9000
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki													
	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ] [KCAL]	BIALKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1755,0000	9031,9500	2239,8400	58,9380	297,7650	1581,4700	26,0211	29,3900	7,0600	36,7260	3,5048	1,2400	1,3000
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1864,0000	8679,8500	2434,4400	86,4090	96,7080	243,9000	1891,4700	30,3441	32,3650	14,5500	37,8360	3,3188	1,1700	1,0300
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1885,0000	8970,8500	2104,0400	80,5340	53,9880	262,7050	1311,3700	25,4031	31,0100	15,7000	32,7160	3,2538	1,7200	1,9000
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1864,0000	8253,4500	2424,4400	86,3590	93,4880	257,5900	2126,5700	28,0631	21,1250	3,0300	48,3760	3,4423	2,7700	2,6400
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

**Zestawienie wartości odżywczych
na dzień 20.03.2025**

D1 20/03

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1867,0000	9104,6100	2183,2600	98,1620	69,9770	311,3550	1714,0600	31,2593	29,8360	16,8500	24,2130	3,8717	9,2200	5,4400
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1797,0000	7974,5800	1869,2200	66,6140	49,6350	312,7600	1267,4600	24,9825	30,8350	7,8900	23,2800	3,1053	8,2200	4,2400
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozбивcia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1826,0000	8636,0900	2029,4500	73,8020	54,0250	341,5600	1525,8700	27,2955	35,3150	18,6200	24,5300	3,5205	8,2200	4,2400
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1792,0000	8518,2300	2155,1700	83,4540	59,2750	350,4700	1857,5100	25,8375	33,4350	9,9800	32,4300	3,5933	8,8200	4,9900
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIALKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1826,0000	8588,0900	2083,4500	79,2020	54,0250	327,5600	1481,8700	27,3555	34,1150	18,6200	23,7300	3,3405	8,2200	4,2400
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2051,0000	8911,2100	2198,4600	98,0820	66,1270	307,1000	1539,7600	30,1593	34,2960	21,5000	22,1430	3,6308	8,9700	5,1400
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2026,0000	8063,0100	1992,2600	98,1470	43,1020	307,1000	1537,5100	14,9433	34,2960	21,5900	22,1430	3,3858	8,9700	5,1400
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIALKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONIE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2047,0000	8911,2100	2162,4600	98,0820	62,1270	307,1000	1539,7600	30,1593	34,2960	21,5000	22,1430	3,6308	8,9700	5,1400
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1572,0000	8139,5100	2068,4100	96,4420	67,1970	246,6250	1888,7100	25,5693	12,4710	5,3000	26,3330	3,9014	1,7200	1,8400
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1922,0000	8645,1800	2135,6700	74,5140	54,5000	364,0750	1678,4100	25,2115	36,0250	7,8900	31,7400	3,5158	8,2200	4,2400
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIALKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1861,0000	8608,8600	2168,7100	93,2570	66,2770	328,2300	1729,3100	27,8073	33,4710	9,9800	30,3730	3,8013	8,9700	5,1400
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki														
	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1867,0000	9104,6100	2183,2600	98,1620	69,9770	311,3550	1714,0600	31,2593	29,8360	16,8500	24,2130	3,8717	9,2200	5,4400
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONIE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2051,0000	8911,2100	2198,4600	98,0820	66,1270	307,1000	1539,7600	30,1593	34,2960	21,5000	22,1430	3,6308	8,9700	5,1400
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1634,5000	8334,8850	2115,4100	95,9045	67,3595	257,7500	1889,0850	25,5418	15,8335	5,3000	27,5830	3,9089	9,2200	5,4400
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Zestawienie wartości odżywczych
na dzień 21.03.2025

D1 21/03

Bez rozbięcia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2206,6000	7630,6300	2234,0600	99,8230	66,3040	308,7850	1373,4100	20,9268	26,2440	21,7500	26,2870	4,4113	2,4550	2,5950
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIALKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1787,4000	7774,5500	1810,4500	69,1990	47,5750	260,6100	956,2700	25,3435	25,5880	4,7200	24,3800	2,9940	6,0100	4,3600
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozбивcia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIALKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2042,8000	8154,9900	1897,7000	97,5770	42,0800	255,4550	1184,7700	19,1145	29,6100	13,9100	26,3300	3,4554	2,5500	2,7700
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1978,8000	7930,5300	1973,7200	107,1790	41,8300	264,2150	1699,6100	18,1435	28,6600	5,2700	34,5100	3,5412	2,9100	3,0900
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki														
	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2042,8000	8106,9900	1951,7000	102,9770	42,0800	241,4550	1140,7700	19,1745	28,4100	13,9100	25,5300	3,2754	2,5500	2,7700
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2333,4000	8103,7700	2227,2900	117,6090	51,2200	294,9550	1188,4300	21,1165	30,4760	21,5900	25,0900	3,5247	6,0100	4,3600
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2308,4000	7368,3200	1962,2400	116,5190	22,2550	294,3500	1227,9800	5,9005	30,4760	21,6800	25,0900	3,2605	6,0100	4,3600
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbięcia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2333,4000	8100,7700	2227,2900	117,6090	51,2200	277,5550	1185,4300	21,0415	31,5260	21,4400	25,3900	3,5172	6,0100	4,3600
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2137,4000	8120,5500	2405,2400	120,8900	77,6230	293,2000	2199,9000	25,1596	25,3830	9,6400	34,9750	6,2607	2,3700	2,4800
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki														
	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONIE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1897,4000	8180,1500	1970,1500	77,8290	49,9250	297,9700	1473,4700	25,8945	26,2580	4,7200	33,8800	3,4520	6,3700	4,6800
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2203,4000	7928,9700	2217,9900	119,9590	49,7700	313,2150	1630,2300	19,4795	30,8060	10,0700	31,3700	3,8287	6,3700	4,6800
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONIE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2220,6000	8024,3500	2333,4900	102,2150	75,3430	310,5100	1373,9500	21,9091	25,5730	21,7500	27,2150	4,4113	2,4550	2,5950
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONIE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2333,4000	8103,7700	2227,2900	117,6090	51,2200	294,9550	1188,4300	21,1165	30,4760	21,5900	25,0900	3,5247	6,0100	4,3600
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki														
	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIALKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2137,4000	8120,5500	2405,2400	120,8900	77,6230	293,2000	2199,9000	25,1596	25,3830	9,6400	34,9750	6,2607	2,3700	2,4800
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Zestawienie wartości odżywczych
na dzień 22.03.2025

D1 22/03

Bez rozбивa na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2163,0000	11036,1200	2666,7600	108,2620	93,2410	306,2700	2406,9400	37,5959	23,6260	18,3920	37,0730	5,0155	0,9800	0,8600
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1981,0000	8105,4400	1883,0200	75,7120	44,5690	275,1800	1106,6700	23,7852	20,9910	7,6420	29,8780	3,3582	11,2500	6,2900
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozбивa na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2084,4000	8830,4900	2103,4000	95,3970	54,9950	293,5400	1371,0200	24,6280	23,2750	20,6300	30,8000	3,7978	11,4950	6,6150
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozбивa na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2010,4000	8768,4300	2143,3200	103,1090	49,8050	300,7700	2037,0600	23,9780	21,4550	11,9900	38,2600	3,8276	12,0950	7,3650
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2017,4000	8907,0500	2187,1000	101,5300	55,9440	290,9400	1272,0300	25,1907	21,0910	18,0420	30,2230	3,5984	11,2100	6,2600
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozбивcia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2361,0000	11082,1400	2705,3200	111,4870	96,8390	310,7600	2562,4200	41,8127	22,3860	19,7920	29,2930	4,0078	2,2500	1,9700
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozбивa na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2246,0000	8904,9400	2195,4200	107,3520	42,7540	310,8000	1724,3700	16,1627	18,6160	19,8820	28,2330	3,7628	2,2500	1,9700
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONIE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2361,0000	11082,1400	2705,3200	111,4870	96,8390	310,7600	2562,4200	41,8127	22,3860	19,7920	29,2930	4,0078	2,2500	1,9700
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2088,0000	10287,3700	2504,6600	101,3970	81,2210	305,4700	2687,8400	33,2539	20,5510	3,6720	41,9730	5,3227	1,3300	1,2100
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki														
	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ] [KCAL]	BIALKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]	
Razem:	2201,0000	8527,6400	2042,3200	76,8820	42,6790	319,3000	1529,1700	21,6382	26,4710	4,4420	40,1180	3,9796	11,2500	6,2900
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2211,0000	9901,0400	2378,8200	96,2670	68,9890	319,3600	2526,7200	32,1737	22,0860	5,0720	35,9830	4,4672	2,2500	1,9700
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozбивcia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2163,0000	11036,1200	2666,7600	108,2620	93,2410	306,2700	2406,9400	37,5959	23,6260	18,3920	37,0730	5,0155	0,9800	0,8600
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2361,0000	11082,1400	2705,3200	111,4870	96,8390	310,7600	2562,4200	41,8127	22,3860	19,7920	29,2930	4,0078	2,2500	1,9700
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbięcia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONIE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2088,0000	10287,3700	2504,6600	101,3970	81,2210	305,4700	2687,8400	33,2539	20,5510	3,6720	41,9730	5,3227	1,3300	1,2100
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Zestawienie wartości odżywczych
na dzień 23.03.2025

D1 23/03

Bez rozбивa na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2118,4000	8154,7600	2169,8500	98,1460	65,2860	268,2850	1760,4000	22,1087	28,0170	14,5500	30,5750	3,3496	4,2000	2,3000
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki														
	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1381,0000	6653,6600	1825,2500	70,9020	62,9770	235,1440	1005,3500	25,8867	15,9170	3,1200	26,5550	2,7821	0,5300	0,4700
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1820,0000	7876,4200	1986,9300	98,2840	60,6460	252,5850	1693,2600	21,9637	18,9970	14,8700	28,1250	3,3583	1,7300	1,9700
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki														
	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1748,4000	7397,6600	2025,1500	95,1360	60,1260	270,7650	1886,2000	19,3487	20,2970	3,0300	38,2750	3,2591	10,7300	6,2900
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIALKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1720,0000	7623,4200	1926,9300	93,9840	58,6460	252,5850	1630,2600	20,7737	17,9970	11,6700	28,1250	3,2083	1,7300	1,9700
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2006,0000	7942,3600	2124,4500	99,7460	57,9660	263,5850	1304,3000	20,9477	27,5470	14,5500	30,3550	3,0736	4,0300	2,1500
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ] [KCAL]	ENERGIA OGÓŁEM [G]	BIAŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA	SÓD [MG]	KWASY	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
						NY OGÓŁEM		TŁUSZCZOWE			POKARMOWY			
						[G]		NASYCONE [G]			[G]			
Razem:	1978,0000	6819,6900	1853,6400	91,6210	31,3030	263,5850	1350,1200	4,5189	27,5470	14,6400	30,3550	3,1405	4,0300	2,1500
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2006,0000	7942,3600	2124,4500	99,7460	57,9660	263,5850	1304,3000	20,9477	27,5470	14,5500	30,3550	3,0736	4,0300	2,1500
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1958,4000	7428,9600	2087,6500	96,4160	59,2660	270,5150	1876,9000	19,6467	26,6670	4,1300	38,1750	3,3296	4,7500	2,6000
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONIE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1637,0000	7841,5100	2081,4000	77,6310	65,5810	296,1850	1776,2500	26,9882	20,2120	4,2200	39,4100	3,2186	9,7050	4,9450
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki														
	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2006,0000	7610,8600	2168,2500	99,9070	57,8120	291,7440	1507,3000	19,5767	31,1070	4,1300	38,1250	3,3646	13,0300	6,4700
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbięcia na posiłki														
	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2116,0000	8154,7600	2148,2500	98,1460	62,8860	268,2850	1760,4000	22,1087	28,0170	14,5500	30,5750	3,3496	4,2000	2,3000
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2006,0000	7942,3600	2124,4500	99,7460	57,9660	263,5850	1304,3000	20,9477	27,5470	14,5500	30,3550	3,0736	4,0300	2,1500
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozбивcia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1956,0000	7428,9600	2066,0500	96,4160	56,8660	270,5150	1876,9000	19,6467	26,6670	4,1300	38,1750	3,3296	4,7500	2,6000
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

**Zestawienie wartości odżywczych
na dzień 24.03.2025**

D1 24/03

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA	BIĄŁKO	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA	SÓD [MG]	KWASY	SACHAROZA	LAKTOZA [G]	BŁONNIK	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]	
			[KCAL]	OGÓŁEM [G]		NY OGÓŁEM		TŁUSZCZOWE			[G]				POKARMOWY
Razem:	1992,4000	8939,2300	2347,2800	93,8620	72,1800	334,1900	1646,0200	32,1939	18,0010	15,1200	31,9690	5,8058	3,9900	4,1600	
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1859,8000	7859,2900	1824,9500	47,1070	35,9540	306,3000	1123,4800	17,4005	29,0560	3,8500	31,7530	3,4046	14,7500	9,8200
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozбивcia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1760,0000	7845,7300	2053,8400	76,6080	60,4770	303,0600	1501,5000	20,7328	11,6210	13,1300	28,6930	4,2992	6,0200	5,7400
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIALKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1728,0000	8097,4500	2174,8000	80,4140	64,7270	315,7400	1671,7200	19,6678	15,0310	4,4900	42,4530	4,0946	6,8600	6,9200
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozбивcia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1880,0000	8780,9300	2291,0400	78,0280	59,4370	333,0000	1270,7000	20,9008	18,2610	13,1300	29,4930	3,5332	14,3000	9,4200
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1943,0000	9300,1100	2439,5100	88,6420	67,7270	330,5000	1567,0100	25,0773	27,3510	16,3600	24,8630	3,4100	12,7000	8,0200
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONIE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1915,0000	8364,4400	2212,0000	88,9070	42,4340	330,5000	1563,5300	9,9475	27,3510	16,1700	24,8630	3,3609	12,7000	8,0200
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1943,0000	9300,1100	2439,5100	88,6420	67,7270	330,5000	1567,0100	25,0773	27,3510	16,3600	24,8630	3,4100	12,7000	8,0200
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1930,4000	9076,8100	2446,0600	93,9920	73,2820	352,0300	1643,9600	24,1623	21,8610	6,1200	43,2230	5,0440	12,8700	8,1700
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki														
	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ] [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONIE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]	
Razem:	1949,8000	8111,0900	1994,5500	54,8970	40,7240	342,2300	1533,0800	17,6295	28,8160	3,8500	39,9930	3,8151	14,7500	9,8200
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozбивcia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIALKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1743,0000	9226,1100	2390,0100	86,5920	68,0970	338,8500	1821,1100	22,9543	28,5710	4,8400	32,0030	3,7765	12,2200	7,1600
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2187,4000	9728,0800	2537,1800	96,9820	81,9450	354,0950	1650,2200	33,2499	22,4710	15,1200	36,5440	5,8148	12,9900	8,4800
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1943,0000	9300,1100	2439,5100	88,6420	67,7270	330,5000	1567,0100	25,0773	27,3510	16,3600	24,8630	3,4100	12,7000	8,0200
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIALKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1944,4000	9686,1700	2593,4900	100,0760	86,6190	353,7550	1927,2100	29,0605	22,1910	4,8800	44,1980	5,8965	12,8700	8,1700
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Zestawienie wartości odżywczych
na dzień 25.03.2025

D1 25/03

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2412,8000	8316,0700	2306,4600	96,8880	78,6640	317,0770	1759,4700	21,4135	36,7480	14,7300	32,5690	3,8048	7,0100	5,5400
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozбивcia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIALKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	1763,0000	6563,4400	1753,1900	73,9010	49,2080	323,2800	983,8700	16,6584	26,9170	3,2100	22,1950	3,2651	0,4350	0,5050
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2112,0000	7278,8500	1953,4200	93,9690	61,3130	329,1100	1331,1300	19,1169	29,4370	11,8500	28,8050	3,7285	1,3500	1,6500
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2108,0000	7011,8900	2018,9400	102,4510	61,4430	335,3800	1888,0700	18,1099	29,5270	3,2100	37,1850	3,9903	3,1100	3,1900
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2112,0000	7230,8500	2007,4200	99,3690	61,3130	315,1100	1287,1300	19,1769	28,2370	11,8500	28,0050	3,5485	1,3500	1,6500
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2310,0000	7854,1300	2203,6200	106,5410	64,7380	346,7900	1381,1400	19,7044	41,5830	14,7300	27,4250	3,7301	6,6350	4,9050
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2221,0000	7232,2300	1828,8200	100,5360	27,4430	322,5200	1396,6900	6,2524	38,5330	15,2200	26,3250	3,7131	6,6350	4,9050
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2310,0000	7854,1300	2203,6200	106,5410	64,7380	346,7900	1381,1400	19,7044	41,5830	14,7300	27,4250	3,7301	6,6350	4,9050
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONIE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2079,0000	7404,6100	2105,9600	95,0830	65,3510	267,2470	2069,7900	19,4549	20,7470	3,2100	33,5830	3,9706	7,0100	5,5400
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki														
	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ] [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODA NY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]	
Razem:	1843,0000	6918,6400	1900,8900	81,4310	51,7980	358,8800	1515,6700	17,2034	26,6770	3,2100	30,4350	3,6651	0,4350	0,5050
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2016,0000	7402,1300	2093,1200	105,4410	59,3780	354,3850	1772,8400	17,9914	40,0130	3,2100	28,8350	3,9901	6,6350	4,9050
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2568,4000	8477,5000	2287,0900	98,5130	69,1210	330,2270	2001,4600	20,6459	40,0630	14,7300	35,2730	3,6856	16,0100	9,8600
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2490,0000	8230,3300	2293,6200	107,2610	65,4580	364,9700	1384,7400	19,7764	45,7230	14,7300	31,0250	3,7391	15,6350	9,2250
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Bez rozbicia na posiłki

	Gramy / porcje	ENERGIA [KJ]	ENERGIA [KCAL]	BIĄŁKO OGÓŁEM [G]	TŁUSZCZ [G]	WĘGLOWODANY OGÓŁEM [G]	SÓD [MG]	KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONIE [G]	SACHAROZA [G]	LAKTOZA [G]	BŁONNIK POKARMOWY [G]	SÓL [G]	GLUKOZA [G]	FRUKTOZA [G]
Razem:	2259,0000	7780,8100	2195,9600	95,8030	66,0710	285,4270	2073,3900	19,5269	24,8870	3,2100	37,1830	3,9796	16,0100	9,8600
% Normy żyw.:	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00