

is dla diety: d. o kont zaw kw tŁ
na dzień: 2026-09-08
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: Ryż na mleku (zupa gotowana) **(7)**, Masło roślinne , polędwica sopocka , Pomidor , Herbata bez cukru , Twarożek z papryką **(7)**, Chleb graham **(1, 3)**,

2. śniadanie: Jabłko ,

Obiad: Pulpet drobiowy w sosie gotowany na parze (**1, 3, 9**), Kompot bez cukru , Kasza gryczana (gotowana) , Zupa dyniowa krem z zacierką (gotowana) (**1, 9**), Surówka wiosenna z

Kolacja: Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) (**1, 7**), Herbata z cukrem , Pasztetowa drobiowa 60 M , Ogórek kiszony , Masło roślinne , Chleb graham (**1, 3**),

Posiłek nocny: Serek wiejski ,

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

[illegible]

Jadłospis dla diety: łatwostrawna
na dzień: 2026-09-08
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

- Śniadanie:** chleb zwykły (1), Masło roślinne , polędwica sopocka , sałata , Herbata z cukrem , Ryż na mleku (zupa gotowana) (7),
- 2. śniadanie:** Jabłko ,
- Obiad:** Pulpet drobiowy w sosie gotowany na parze (1, 9), Kompot , Ziemniaki gotowane , Zupa dyniowa krem z zacierką (gotowana) (1, 9), Surówka wiosenna z jogurtem (7, 10),
- Podwieczorek:** Jogurt naturalny (7),
- Kolacja:** Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) (1, 7), Herbata z cukrem , chleb zwykły (1), Masło roślinne , polędwica drobiowa , pomidor ,
- Posiłek nocny:** Serek wiejski ,

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

Lp	Opis	Wartość energetyczna [kcal]	Białko ogółem	Tłuszcz	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem	Węglowodany ogółem	Błonnik pokarmowy	Sól
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	538,40	24,20	11,80	4,50	0,00	86,30	4,90
2	2. śniadanie	75,00	0,60	0,60	0,10	0,00	18,10	3,00
3	Obiad	785,80	38,70	23,20	7,00	0,00	112,20	13,30
4	Podwieczor	72,00	4,30	2,00	1,20	0,00	9,20	0,00
5	Kolacja	574,10	25,50	12,20	4,20	0,00	94,00	6,50
6	Posiłek	97,00	0,00	1,70	3,30	0,00	2,00	0,00
7	Cały dzień	2142,20	93,30	51,50	20,30	0,00	321,80	27,70

Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bogatobiałkowa
na dzień: 2026-09-08
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

- Śniadanie:** chleb zwykły (1), Masło roślinne , polędwica sopocka , sałata , Herbata z cukrem , serek homogenizowany , zupa płynna b/ml + mięso (1, 3, 9),
- 2. śniadanie:** Sałatka owocowa ,
- Obiad:** Pulpet drobiowy w sosie gotowany na parze (1, 3, 9), Kompot , Ziemniaki gotowane , Zupa dyniowa krem z zacierką (gotowana) (1, 9), Surówka wiosenna z jogurtem (7, 10),
- Podwieczorek:** Jogurt naturalny (7),
- Kolacja:** Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) (1, 7), Pomidor , Herbata z cukrem , chleb zwykły (1), Masło roślinne , Polędwica drobiowa 40 M ,
- Posiłek nocny:** Sałatka jarzynowa z warzyw gotowanych -100 g Dieta M (7, 9),

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

Lp	Opis	Wartość energetyczna[kcal]	Białko ogółem	Tłuszcz	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem	Węglowodany ogółem	Błonnik pokarmowy	Sól
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	1009,60	54,20	31,30	5,10	0,00	133,10	10,50
2	2. śniadanie	72,80	0,50	0,20	0,00	0,00	17,80	1,40
3	Obiad	634,50	29,10	10,90	3,50	0,00	111,60	13,10
4	Podwieczor	72,00	4,30	2,00	1,20	0,00	9,20	0,00
5	Kolacja	563,00	23,40	12,10	4,20	0,00	93,60	6,40
6	Posiłek	50,10	1,90	0,60	0,20	0,00	11,10	3,30
7	Cały dzień	2401,90	113,40	57,00	14,20	0,00	376,30	34,80

Oznaczenia alergenów:

- 1 - *Zboża zawierające gluten ,*
- 2 - *Skorupiaki i pochodne,*
- 3 - *Jaja i pochodne,*
- 4 - *Ryby i pochodne,*
- 5 - *Orzeszki ziemne i pochodne,*
- 6 - *Soja i pochodne,*
- 7 - *Mleko i pochodne,*
- 8 - *Orzechy,*
- 9 - *Seler i pochodne,*
- 10 - *Gorczyca i pochodne,*
- 11 - *Nasiona sezamu i pochodne,*
- 12 - *Dwutlenek siarki, siarczyny,*
- 13 - *Łubin i pochodne,*
- 14 - *Mięczaki i pochodne,*

