

Jadłospis dla diety: Łątwostarwna dziecięca
na dzień: 2026-09-15
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

- Śniadanie:** Zupa mleczna z makaronem (gotowana) (1, 3, 7), bułka bagietka (1), masło śmietankowe (7), Polędwica drobiowa 40 M , Herbata z cukrem , Ogórek świeży - plasterki ,
- 2. śniadanie:** Gruszka ,
- Obiad:** Zupa grysikowa gotowana (1, 9), Bitka wieprzow gotowana w sosie ziołowym (1, 9), Kompot , Bukiet warzyw gotowanych (1), Ziemniaki gotowane ,
- Podwieczorek:** Kisiel z jabłkiem ,
- Kolacja:** Polędwica sopocka , Kasza manna na mleku (zupa gotowana) (1, 7), Pomidor , masło śmietankowe 17g , bułka bagietka (1), Herbata z cukrem ,
- Posiłek nocny:** Sok jabłkowy ,

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	453,50	20,70	13,40	7,90	0,00	63,50	1,60
2	2. śniadanie	87,00	0,90	0,30	0,10	0,00	21,60	3,10
3	Obiad	780,60	39,20	19,70	5,20	0,00	118,00	12,40
4	Podwieczor	124,10	0,10	0,10	0,00	0,00	30,90	0,40
5	Kolacja	403,00	20,60	7,50	3,80	0,00	64,50	1,90
6	Posiłek	82,00	0,20	0,20	0,00	0,00	20,00	0,00
7	Cały dzień	1930,20	81,60	41,20	16,90	0,00	318,60	19,50

Jadłospis dla diety: łatwostrawna
na dzień: 2026-09-15
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

- Śniadanie:** Zupa mleczna z makaronem (gotowana) **(1, 3, 7)**, chleb zwykły **(1)**, Masło roślinne ,
polędwica drobiowa , Herbata z cukrem , Ogórek świeży - plasterki ,
- 2. śniadanie:** Jogurt owocowy **(7)**,
- Obiad:** Zupa grysikowa gotowana **(1, 9)**, Bitka wieprzow gotowana w sosie ziołowym **(1, 9)**,
Kompot , bukiet z warzyw gotowanych , Ziemniaki gotowane ,
- Podwieczorek:** Kisiel z jabłkiem ,
- Kolacja:** Herbata , Parówki na gotowane gorąco z ketchupem **(1)**, Kasza manna na mleku (zupa
gotowana) **(1, 7)**, pomidor , chleb zwykły **(1)**, Masło roślinne ,
- Posiłek nocny:** Sok jabłkowy ,

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	498,80	23,50	10,60	3,90	0,00	79,60	4,00
2	2. śniadanie	61,00	3,70	1,50	0,90	0,00	8,20	0,30
3	Obiad	737,90	38,60	19,60	5,10	0,00	107,30	13,30
4	Podwieczor	124,10	0,10	0,10	0,00	0,00	30,90	0,40
5	Kolacja	718,50	19,30	28,70	10,10	0,00	98,10	4,80
6	Posiłek	82,00	0,20	0,20	0,00	0,00	20,00	0,00
7	Cały dzień	2222,30	85,40	60,70	20,10	0,00	344,20	22,90

Łatwostrawna z
o dr. tłuszczu (wątrobowa. trzustkowa)
2026-09-15
Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: zupa płynna b/m (gotowana) **(9)**, bułka bagietka **(1)**, Masło roślinne , polędwica drobiowa

Obiad: Zupa grysikowa gotowana (**1, 9**), Bitka wieprzow gotowana w sosie ziołowym (**1, 9**), Kompot , Ziemniaki gotowane , Buraczki gotowane (**1, 7**),

Kolacja: polędwica sopocka , Herbata bez cukru , bułka bagietka (**1**), Masło roślinne , zupa płynna

Posiłek nocny: Kanapka z wędliną **(1, 3)**,

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

[illegible]

Jadłospis dla diety: cukrzycowa 1800
na dzień: 2026-09-15
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

- Śniadanie:** polędwica drobiowa , Chleb graham (**1, 3**), Masło roślinne , Herbata bez cukru , Ogórek
świeży - plasterki , Rzodkiewka M ,
- 2. śniadanie:** Kefir (**7**),
- Obiad:** Zupa szczawiowa gotowana (**1, 3, 7, 9**), Bitka wieprzowa gotowana w sosie jarzynowym
(**1, 7, 9**), Ziemniaki gotowane , Kompot , Surówka z kapusty kolorowej (**10**),
- Podwieczorek:** Jogurt naturalny (**7**),
- Kolacja:** Masło roślinne 20g , polędwica sopocka , pomidor , Chleb graham (**1, 3**), Herbata bez
cukru , Fasolka szparagowa gotowana (**1**),
- Posiłek nocny:** Sok pomidorowy M ,

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	328,00	18,80	7,30	1,90	0,00	50,00	6,80
2	2. śniadanie	50,00	3,40	2,00	1,20	0,00	4,70	0,00
3	Obiad	936,10	54,50	36,10	9,50	0,00	105,10	13,50
4	Podwieczor	72,00	4,30	2,00	1,20	0,00	9,20	0,00
5	Kolacja	476,60	22,70	16,60	4,80	0,00	64,10	10,00
6	Posiłek	36,00	1,60	0,40	0,10	0,00	7,60	2,20
7	Cały dzień	1898,70	105,20	64,50	18,60	0,00	240,80	32,40

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,*

