

na dzień: 2026-09-26
dla kuchni: Kuchnia EŁK

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 , sałata ,
2. śniadanie:	Mandarynka ,
Obiad:	Zupa krem z groszku zielonego (7, 9), Kompot , Klops drobiowy na parze w sosie (1, 9), Kalefian gotowana (1)
Podwieczorek:	Sok owocowy ,
Kolacja:	Szynka konserwowa , Zacierka na mleku (zupa gotowana) (1, 7), bułka bagietka (1), masło śmietankowe (7), Herbata z cukrem , Pomidor ,
Posiłek nocny:	Jogurt owocowy (7),

[illegible]

Jadłospis dla diety: łatwostrawna
na dzień: 2026-09-26
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

- Śniadanie:** Zupa mleczna z makaronem (gotowana) (**1, 3, 7**), chleb zwykły (**1**), Masło roślinne ,
Herbata z cukrem , polędwica drobiowa , Ogórek świeży - plasterki , sałata ,
- 2. śniadanie:** Mandarynka ,
- Obiad:** Klops drobiowy na parze w sosie (**1, 9**), Kompot , Zupa krem z groszku zielonego (**7, 9**),
Brokuły gotowane , Ziemniaki gotowane ,
- Podwieczorek:** Sok owocowy ,
- Kolacja:** Pomidor , Zacierka na mleku (zupa gotowana) (**1, 7**), Herbata z cukrem , Masło
roślinne , chleb zwykły (**1**), Serdelki na gorąco z ketchupem ,
- 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	551,80	24,90	10,90	4,00	0,00	91,30	5,10
2	2. śniadanie	36,00	0,50	0,20	0,00	0,00	9,00	1,50
3	Obiad	733,00	43,00	16,80	2,70	0,00	110,10	15,60
4	Podwieczor	82,00	0,20	0,20	0,00	0,00	20,00	0,00
5	Kolacja	665,50	39,50	21,40	8,10	0,00	81,50	5,30
6	Posiłek	97,00	0,00	1,70	3,30	0,00	2,00	0,00
7	Cały dzień	2165,30	108,10	51,10	18,20	0,00	313,90	27,50

Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bogatobiałkowa
na dzień: 2026-09-26
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

- Śniadanie:** zupa płynna b/ml + mięso (1, 3, 9), chleb zwykły (1), masło śmietankowe (7), Ogórek świeży - plasterki , Herbata z cukrem , sałata ,
- 2. śniadanie:** Kefir (7),
- Obiad:** Klops drobiowy na parze w sosie (1, 9), Zupa krem z groszku zielonego (7, 9), Kompot , Ziemniaki gotowane , Brokuły gotowane ,
- Podwieczorek:** Kanapka z jajkiem i pomidorem (1, 3),
- Kolacja:** masło śmietankowe (7), zupa płynna b/ml + mięso (1, 3, 9), chleb zwykły (1), Herbata z cukrem , Szynka konserwowa , 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	836,10	34,70	26,60	8,40	0,00	119,60	10,70
2	2. śniadanie	50,00	3,40	2,00	1,20	0,00	4,70	0,00
3	Obiad	733,00	43,00	16,80	2,70	0,00	110,10	15,60
4	Podwieczor	281,80	16,80	13,10	3,90	0,00	25,80	3,40
5	Kolacja	898,00	44,40	28,70	9,20	0,00	120,90	10,90
6	Posiłek	97,00	0,00	1,70	3,30	0,00	2,00	0,00
7	Cały dzień	2895,90	142,30	89,00	28,70	0,00	383,10	40,60

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,*

