

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-04-01 środa	LORO podstawowa	<p>Platki jęczmienne na mleku 200 g (<b>MLEKO, GLU JĘCZ</b>)                      Szynkowa z indyka (Giż) 40 g                      Jajko gotowane 50 g (<b>JAJA</b>)                      Bułka pszenna (50g) 50 g                      Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                      Masło 20 g (<b>MLEKO</b>)                      Pomidor 50 g                      Liść sałaty 5 g                      Herbata b/cukru 300 g                      Papryka świeża 50 g                      Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>		<p>Zupa krem z dynii 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                      Makaron pszenny gotowany 200 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)                      Sos do spaghetti z łopatki wieprzowej (mięso 100g/sos 50ml) 150 g (<b>SELER</b>)                      Sałata z jogurtem 200 g (<b>MLEKO</b>)                      Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Kefir naturalny 1szt. 200 g (<b>MLEKO</b>)                      Herbatniki be-be 14g *2szt 1 Por (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY</b>)</p>	<p>Ser żółty Gouda 40 g (<b>MLEKO</b>)                      Sałatka śledziowa z ziemniakami i kukurydzą 70 g (<b>JAJA, RYBY, GORCZY</b>)                      Herbata b/cukru 300 g                      Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                      Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                      Rzodkiewka 50 g                      Liść sałaty 5 g                      Pomidor 50 g                      Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                      Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 377,1</b>  <b>Białko ogółem [g] 96,9</b>  <b>Tłuszcz [g] 91,9</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 295,7</b>  <b>Sól [g] 11,2</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,9</b>                      Glukoza [g] 5,3                      Fruktaza [g] 6,7                      Laktoza [g] 9,2                      Błonnik pokarmowy [g] 22,1                      suma cukrów prostych [g] 32,6                      Witamina A [mg] 1 862,9                      Witamina C [mg] 141,4                      WW [Por] 29,7                      Sód [mg] 3 944,9</p>
	LORO łatwostrawna	<p>Platki jęczmienne na mleku 200 g (<b>MLEKO, GLU JĘCZ</b>)                      Jajko gotowane 50 g (<b>JAJA</b>)                      Chleb bałnowoski psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                      Masło 20 g (<b>MLEKO</b>)                      Pomidor 100 g                      Liść sałaty 5 g                      Herbata b/cukru 300 g                      Bułka pszenna (50g) 50 g                      Gzik z zieleniną 40 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Zupa krem z dynii 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                      Makaron pszenny gotowany 200 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)                      Kompot owocowy z cukrem 300 ml                      Sos do spaghetti z łopatki wieprzowej (mięso 100g/sos 50ml) 150 g (<b>SELER</b>)                      Sałata z jogurtem 200 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Kefir rozlewany 200 g (<b>MLEKO</b>)                      Herbatniki be-be 14g *2szt 1 Por (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY</b>)</p>	<p>Wędlina Delikatesowa drobiowa 50% indyka/40% kurczak/ grubo rozdrobniona 80 g                      Herbata b/cukru 300 g                      Chleb bałnowoski psz-żył 130 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                      Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                      Liść sałaty 5 g                      Pomidor 100 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 226,2</b>  <b>Białko ogółem [g] 93,5</b>  <b>Tłuszcz [g] 77,2</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 289,8</b>  <b>Sól [g] 7,2</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1</b>                      Glukoza [g] 5,4                      Fruktaza [g] 7,8                      Laktoza [g] 18,6                      Błonnik pokarmowy [g] 21,9                      suma cukrów prostych [g] 45,5                      Witamina A [mg] 1 604,1                      Witamina C [mg] 81,2                      WW [Por] 29,2                      Sód [mg] 2 512,7</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-01 środa	LORO z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300 ml ( <b>MLEKO, GLU JĘCZ, GLUT ŻYT</b> ) Szynkowa z indyka (Giż) 40 g Jajko gotowane 50 g ( <b>JAJA</b> ) Chleb razowy psz-żyty 80 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> ) Masło 20 g ( <b>MLEKO</b> ) Pomidor 50 g Liść sałaty 5 g Herbata b/cukru 300 g Papryka świeża 50 g Bułka IG 1 szt 50 g	Kiwi 1 szt 150 g	Zupa krem z dynii 300 g ( <b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b> ) Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> ) Sałata z jogurtem 200 g ( <b>MLEKO</b> ) Sos do spaghetti z łopatką wieprzowej (mięso 100g/sos 50ml) 150 g ( <b>SELER</b> ) Kompot owocowy b/c 300 ml	Kefir rozlewany 200 g ( <b>MLEKO</b> )	Ser żółty Gouda 40 g ( <b>MLEKO</b> ) Sałatka śledziowa z ziemniakami i kukurydzą 70 g ( <b>JAJA, RYBY, GORCZY</b> ) Herbata b/cukru 300 g Chleb razowy psz-żyty 160 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> ) Masło 82% tłuszczu 20 g ( <b>MLEKO</b> ) Rzodkiewka 50 g Liść sałaty 5 g Pomidor 50 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 462,3 <b>Białko ogółem</b> [g] 92,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 94,2 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 316,9 <b>Sól</b> [g] 10,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 41,3 <b>Glukoza</b> [g] 12,6 <b>Fruktoza</b> [g] 13,7 <b>Laktoza</b> [g] 13,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 25,1 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 53,2 <b>Witamina A</b> [mg] 1 889,7 <b>Witamina C</b> [mg] 240,9 <b>WW</b> [Por] 31,8 <b>Sód</b> [mg] 3 773,9
	LORO wysokobiałkowa	Płatki jęczmienne na mleku 200 g ( <b>MLEKO, GLU JĘCZ</b> ) Jajko gotowane 50 g ( <b>JAJA</b> ) Chleb bałtownoski psz-żyty 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> ) Szynkowa z indyka (Giż) 40 g Masło 20 g ( <b>MLEKO</b> ) Pomidor 100 g Liść sałaty 5 g Herbata b/cukru 300 g Bułka pszenna (50g) 50 g Chleb razowy psz-żyty 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> )	Kiwi 1 szt 100 g	Zupa krem z dynii 300 g ( <b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b> ) Makaron pszenny gotowany 200 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ</b> ) Kompot owocowy z cukrem 300 ml Sos do spaghetti z łopatką wieprzowej (mięso 100g/sos 50ml) 150 g ( <b>SELER</b> ) Sałata z jogurtem 200 g ( <b>MLEKO</b> )	Kefir rozlewany 200 g ( <b>MLEKO</b> ) Herbatniki be-be 14g *2szt 1 Por ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY</b> )	Ser żółty Gouda 40 g ( <b>MLEKO</b> ) Sałatka śledziowa z ziemniakami i kukurydzą 100 g ( <b>JAJA, RYBY, GORCZY</b> ) Herbata b/cukru 300 g Chleb bałtownoski psz-żyty 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> ) Masło 82% tłuszczu 20 g ( <b>MLEKO</b> ) Liść sałaty 5 g Pomidor 100 g Chleb razowy psz-żyty 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> ) Chleb pszenny 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 515,7 <b>Białko ogółem</b> [g] 100,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 96,8 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 317,4 <b>Sól</b> [g] 13,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 42,9 <b>Glukoza</b> [g] 10,3 <b>Fruktoza</b> [g] 12,5 <b>Laktoza</b> [g] 17,4 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 24,5 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 55,4 <b>Witamina A</b> [mg] 1 746,1 <b>Witamina C</b> [mg] 152,6 <b>WW</b> [Por] 32 <b>Sód</b> [mg] 4 809,2
	LORO podstawowa	Kasza jaglana na mleku 200 g ( <b>MLEKO</b> ) Dżem truskawkowy 1szt 25 g Pieczeń myśliwska wieprzowa/ mięso wieprzowe 69% 60 g ( <b>SOJA</b> ) Chleb bałtownoski psz-żyty 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> ) Bułka pszenna (50g) 50 g Masło 82% tłuszczu 20 g ( <b>MLEKO</b> ) Herbata b/cukru 300 g Liść sałaty 5 g Papryka trio gotowana 100 g Chleb razowy psz-żyty 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> )		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 g ( <b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b> ) Karkówka wieprzowa pieczona - duszona 100 g Sos koperkowy 150 g ( <b>MLEKO, GLUT PSZ</b> ) Kasza jęczmienna gotowana 200 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem rzepakowym 200 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g ( <b>MLEKO</b> ) Herbatniki be-be 14g *2szt 1 Por ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY</b> )	Pasta twarogowa ze słonecznikiem 60 g ( <b>MLEKO</b> ) Połędwica drobiowa z pasieki 96% mięsa/ grubo rozdrobniona 20 g Chleb bałtownoski psz-żyty 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> ) Herbata b/cukru 300 g Masło 82% tłuszczu 20 g ( <b>MLEKO</b> ) Liść sałaty 5 g Ogórek kiszony 50 g Pomidor 50 g Chleb pszenny 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ</b> ) Chleb razowy psz-żyty 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 561,4 <b>Białko ogółem</b> [g] 96,9 <b>Tłuszcz</b> [g] 100,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 325,7 <b>Sól</b> [g] 8,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 43,1 <b>Glukoza</b> [g] 17,8 <b>Fruktoza</b> [g] 18,9 <b>Laktoza</b> [g] 13,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 26,7 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 81,5 <b>Witamina A</b> [mg] 2 807,5 <b>Witamina C</b> [mg] 262,7 <b>WW</b> [Por] 32,7 <b>Sód</b> [mg] 3 045,6

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-02 czwartek	LORO łatwostrawna						<p>Kasza jaglana na mleku 200 g (<b>MLEKO</b>)                  Pieczeń myśliwska wieprzowa/ mięso wieprzowe 69% 60 g (<b>SOJA</b>)                  Dżem truskawkowy 1szt 25 g                  Chleb bałnowoski psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Liść salaty 5 g                  Pomidor 100 g                  Bułka pszenna (50g) 50 g</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Kasza jęczmienna gotowana 200 g (<b>GLU JĘCZ</b>)                  Gulasz z nogi trybowanej w sosie śmietanowo-koperkowym 150 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Marchew gotowana 200 g                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbatniki be-be 14g *2szt 1 Por (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY</b>)</p>	<p>Pasta twarogowa ze słonecznikiem 60 g (<b>MLEKO</b>)                  Połędwica drobiowa z pasieki 96% mięsa/ grubo rozdrobniona 20 g                  Chleb bałnowoski psz-żył 130 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Liść salaty 5 g                  Pomidor 100 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 513,4  <b>Białko ogółem [g]</b> 93,6  <b>Tłuszcz [g]</b> 93,3  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 328,7  <b>Sól [g]</b> 6,6  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 47,6  <b>Glukoza [g]</b> 18,6  <b>Fruktoza [g]</b> 20,4  <b>Laktoza [g]</b> 14,5  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,5  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 88,9  <b>Witamina A [mg]</b> 3 988,9  <b>Witamina C [mg]</b> 117,5  <b>WW [Por]</b> 33,1  <b>Sód [mg]</b> 2 067,3</p>
	LORO z ograniczeniem łatwo przy. węglowodanów	Gruszka 250 g					<p>Kawa na mleku 300 ml (<b>MLEKO, GLU JĘCZ, GLUT ŻYT</b>)                  Serek Kiri kostka 17 g (<b>MLEKO</b>)                  Pieczeń myśliwska wieprzowa/ mięso wieprzowe 69% 60 g (<b>SOJA</b>)                  Chleb razowy psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Liść salaty 5 g                  Papryka trio gotowana 100 g                  Bułka IG 1 szt 1 g</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Karkówka wieprzowa pieczona - duszona 100 g                  Kasza jęczmienna gotowana 200 g (<b>GLU JĘCZ</b>)                  Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, z olejem rzepakowym 200 g                  Kompot owocowy b/c 300 ml                  Sos koperkowy 150 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbatniki be-be 14g *2szt 1 Por (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY</b>)</p>	<p>Pasta twarogowa ze słonecznikiem 60 g (<b>MLEKO</b>)                  Wędlina połędwica z pasieki drobiowa 20 g                  Chleb razowy psz-żył 130 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Liść salaty 5 g                  Ogórek kiszony 50 g                  Pomidor 50 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 452,6  <b>Białko ogółem [g]</b> 93,8  <b>Tłuszcz [g]</b> 103,2  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 308  <b>Sól [g]</b> 7,9  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 44,6  <b>Glukoza [g]</b> 9,2  <b>Fruktoza [g]</b> 18,5  <b>Laktoza [g]</b> 19,7  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,7  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 67,8  <b>Witamina A [mg]</b> 1 712,4  <b>Witamina C [mg]</b> 277,5  <b>WW [Por]</b> 31,1  <b>Sód [mg]</b> 2 979</p>
	LORO wysokobiałkowa	Gruszka 250 g					<p>Kasza jaglana na mleku 200 g (<b>MLEKO</b>)                  Pieczeń myśliwska wieprzowa/ mięso wieprzowe 69% 60 g (<b>SOJA</b>)                  Dżem truskawkowy 1szt 25 g                  Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Liść salaty 5 g                  Papryka trio gotowana 100 g                  Bułka pszenna (50g) 50 g                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Karkówka wieprzowa pieczona - duszona 100 g                  Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, z olejem rzepakowym 200 g                  Kasza jęczmienna gotowana 200 g (<b>GLU JĘCZ</b>)                  Sos koperkowy 150 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Kompot owocowy b/c 250 ml</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbatniki be-be 14g *2szt 1 Por (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY</b>)</p>	<p>Pasta twarogowa ze słonecznikiem 80 g (<b>MLEKO</b>)                  Wędlina połędwica z pasieki drobiowa 20 g                  Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Liść salaty 5 g                  Pomidor 100 g                  Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 705,7  <b>Białko ogółem [g]</b> 102,2  <b>Tłuszcz [g]</b> 102,5  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 353,9  <b>Sól [g]</b> 7,4  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 43,9  <b>Glukoza [g]</b> 21,2  <b>Fruktoza [g]</b> 30,6  <b>Laktoza [g]</b> 14,3  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,3  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 99  <b>Witamina A [mg]</b> 1 734,9  <b>Witamina C [mg]</b> 296,9  <b>WW [Por]</b> 35,6  <b>Sód [mg]</b> 2 638,3</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-03 piątek	LORO podstawowa	<p>Płatki owsiane na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT OWIES</b>)                  Pasta z jajka ze szczypiorkiem i jogurtem 65 g (<b>JAJA, MLEKO</b>)                  Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Liść salaty 5 g                  Serek Tartare śmietankowy 1szt/20g 1 szt                  Bułka pszenna (50g) 50 g                  Marchewka mini gotowana 100 g                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>		<p>Zupa pomidorowa z makaronem 300 g (<b>GLUTEN, MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Filetr z morszczuka panierowany, pieczony 100 g (<b>JAJA, MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 200 g                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p>	<p>Sok jabłko-wiśnia 1 szt                  wafle ryżowe 1szt/10g 50 g</p>	<p>Ser żółty Gouda 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Wędlina poledwica Ani drobiowa z kurcząt 40 g (<b>GLUTEN, JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SEZAM</b>)                  Salátka warzywna z rukoli, ze świeżych warzyw, olejem 100 g                  Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 615,7  <b>Białko ogółem [g]</b> 86,3  <b>Tłuszcz [g]</b> 116,2  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 312,5  <b>Sól [g]</b> 8,5  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 48,7  <b>Glukoza [g]</b> 8,2  <b>Fruktoza [g]</b> 13,3  <b>Laktoza [g]</b> 8,2  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,5  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 48,3  <b>Witamina A [mg]</b> 3 878  <b>Witamina C [mg]</b> 113,4  <b>WW [Por]</b> 31,2  <b>Sód [mg]</b> 3 261,4</p>
	LORO łatwostrawna	<p>Płatki owsiane na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT OWIES</b>)                  Pasta z jaj i twarogu 65 g (<b>JAJA, MLEKO</b>)                  Serek Tartare śmietankowy 1szt/20g 1 szt                  Chleb bałnowoski psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Marchewka mini gotowana 100 g                  Liść salaty 5 g                  Bułka pszenna (50g) 50 g</p>		<p>Zupa pomidorowa z makaronem 300 g (<b>GLUTEN, MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Pulpet rybny z łososia parowany 100 g (<b>JAJA, RYBY, GLUT PSZ</b>)                  Sos pietruszkowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 200 g                  Kompot owocowy b/c 250 ml</p>	<p>Sok jabłko-wiśnia 1 szt                  wafle ryżowe 1szt/10g 50 g</p>	<p>Serek wiejski 150 g (<b>MLEKO</b>)                  Pasta warzywna z gotowanych warzyw z ziołami 70 g (<b>SELER</b>)                  Liść salaty 5 g                  Pomidor 100 g                  Chleb bałnowoski psz-żył 130 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 737,3  <b>Białko ogółem [g]</b> 101,6  <b>Tłuszcz [g]</b> 115,3  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 326,2  <b>Sól [g]</b> 11,4  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 49  <b>Glukoza [g]</b> 7,9  <b>Fruktoza [g]</b> 12,4  <b>Laktoza [g]</b> 12,4  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,3  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 64  <b>Witamina A [mg]</b> 3 040,1  <b>Witamina C [mg]</b> 107,5  <b>WW [Por]</b> 32,9  <b>Sód [mg]</b> 3 881,7</p>
	LORO z ograniczeniem łatwo przy. węglowodanów	<p>Kawa na mleku 300 ml (<b>MLEKO, GLUT JĘCZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Pasta z jajka ze szczypiorkiem i jogurtem 65 g (<b>JAJA, MLEKO</b>)                  Serek Tartare śmietankowy 1szt/20g 1 szt                  Chleb razowy psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Marchewka mini gotowana 100 g                  Liść salaty 5 g                  Bułka IG 1 szt 50 g</p>	<p>Budyń na mleku bez cukru 200 ml (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem brazowym 300 g (<b>GLUTEN, MLEKO, SELER, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Pulpet rybny z łososia parowany 100 g (<b>JAJA, RYBY, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 200 g                  Sos pietruszkowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Sok jabłko-wiśnia 1 szt                  wafle ryżowe 1szt/10g 50 g</p>	<p>Salátka warzywna z rukoli, ze świeżych warzyw, olejem 100 g                  Ser żółty Gouda 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Wędlina poledwica Ani drobiowa z kurcząt 40 g (<b>GLUTEN, JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SEZAM</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb razowy psz-żył 130 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Herbata b/cukru 300 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 915,3  <b>Białko ogółem [g]</b> 105,1  <b>Tłuszcz [g]</b> 132,8  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 326,2  <b>Sól [g]</b> 10,8  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 54,6  <b>Glukoza [g]</b> 7,9  <b>Fruktoza [g]</b> 12,3  <b>Laktoza [g]</b> 22,6  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,1  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 70,3  <b>Witamina A [mg]</b> 4 021,4  <b>Witamina C [mg]</b> 116,5  <b>WW [Por]</b> 32,6  <b>Sód [mg]</b> 4 300,4</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-03 piątek	LORO wysokobiałkowa	<p>Platki owsiane na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT OWIES</b>)                  Chleb bałtownoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Pasta z jajka ze szczypiorkiem i jogurtem 80 g (<b>JAJA, MLEKO</b>)                  Serek Tartare śmietankowy 1szt/20g 1 szt                  Herbata b/cukru 300 g                  Liść salaty 5 g                  Bułka pszenna (50g) 50 g                  Marchewka mini gotowana 100 g                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>		<p>Zupa pomidorowa z makaronem 300 g (<b>GLUTEN, MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Pulpet rybny z łososia parowany 100 g (<b>JAJA, RYBY, GLUT PSZ</b>)                  Sos pietruszkowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 200 g                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p>	<p>Sok jabłko-wiśnia 1 szt                  wafle ryżowe 1szt/10g 50 g</p>	<p>Ser żółty Gouda 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Sałatka warzywna z rukoli, ze świeżych warzyw, olejem 100 g                  Chleb bałtownoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Wędlina poledwica Ani drobiowa z kurcząt 40 g (<b>GLUTEN, JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SEZAM</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 811,4  <b>Białko ogółem [g]</b> 102,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 128,2  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 317,4  <b>Sól [g]</b> 11,9  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 52,9  <b>Glukoza [g]</b> 8,2  <b>Fruktoza [g]</b> 13,3  <b>Laktoza [g]</b> 9,2  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,5  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 49,4  <b>Witamina A [mg]</b> 4 043  <b>Witamina C [mg]</b> 116,4  <b>WW [Por]</b> 31,8  <b>Sód [mg]</b> 4 628,1</p>
2026-04-04 sobota	LORO podstawowa	<p>Kasza manna na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Dżem truskawkowy 1szt 25 g                  Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb bałtownoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Pomidor 100 g                  Bułka pszenna (50g) 50 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Fasolka po bretońsku wegetariańska 150 g (<b>SELER, GLUT PSZ</b>)                  Surówka z marchewki i jabłka bez cukru 200 g                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p>	<p>Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 100 g (<b>MLEKO</b>)                  Banan 160 g</p>	<p>Pasta z makreli wędzonej, twarogu i szczypiorku 60 g (<b>JAJA, RYBY, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM</b>)                  Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 20 g (<b>GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Ogórek kiszony 50 g                  Chleb bałtownoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Herbata b/cukru 300 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 547,8  <b>Białko ogółem [g]</b> 73,7  <b>Tłuszcz [g]</b> 87,3  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 366,6  <b>Sól [g]</b> 8,9  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 42,1  <b>Glukoza [g]</b> 23,6  <b>Fruktoza [g]</b> 25,6  <b>Laktoza [g]</b> 16,6  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 125,7  <b>Witamina A [mg]</b> 3 706,3  <b>Witamina C [mg]</b> 109,2  <b>WW [Por]</b> 36,6  <b>Sód [mg]</b> 2 800</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-04 sobota	LORO łatwostrawna	<p>Kasza manna na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Miód wielokwiatowy 1szt/ 20g 1 g                  Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 60 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb bałnowoski psz-żyt 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Pomidor 100 g                  Bułka pszenna (50g) 50 g                  Herbata b/cukru 300 g</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Pierogi ruskie parowane z olejem 250 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA</b>)                  Mieszanka królewska gotowana (brokuł, kalafior, march.) z olejem 200 g (<b>SELER</b>)                  Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 100 g (<b>MLEKO</b>)                  Banan 160 g</p>	<p>Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 80 g (<b>GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb bałnowoski psz-żyt 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Pomidor 100 g                  Liść sałaty 5 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 654,1  <b>Białko ogółem [g]</b> 85,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 100,8  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 343,7  <b>Sól [g]</b> 9,1  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 46,8  <b>Glukoza [g]</b> 9,7  <b>Fruktoza [g]</b> 10,6  <b>Laktoza [g]</b> 18,3                  Błonnik pokarmowy [g] 25,9                  suma cukrów prostych [g] 77                  Witamina A [mg] 1 141,5                  Witamina C [mg] 147,6                  WW [Por] 34,7                  Sód [mg] 1 733,7</p>
	LORO z ograniczeniem łatwo przy. węglowodanów	<p>Kawa na mleku 300 ml (<b>MLEKO, GLU JĘCZ, GLUT ŻYT</b>)                  Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Sałatka warzywna ze świeżych warzyw z olejami i pestkami dyni 150 g                  Chleb razowy psz-żyt 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Bułka IG 1 szt 50 g</p>	<p>Jabłko 1szt 120 g</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Fasolka po bretońsku wegetariańska 150 g (<b>SELER, GLUT PSZ</b>)                  Surówka z marchewki i jabłka bez cukru 200 g                  Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (<b>MLEKO</b>)                  Banan 160 g</p>	<p>Pasta z makreli wędzonej, twarogu i szczypiorku 60 g (<b>JAJA, RYBY, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM</b>)                  Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 20 g (<b>GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb razowy psz-żyt 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Kalafior z sosem czosnkowym 100 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 781,1  <b>Białko ogółem [g]</b> 83,7  <b>Tłuszcz [g]</b> 116,5  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 345,7  <b>Sól [g]</b> 8,6  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 48,6  <b>Glukoza [g]</b> 15,1  <b>Fruktoza [g]</b> 20,5  <b>Laktoza [g]</b> 21,2                  Błonnik pokarmowy [g] 39                  suma cukrów prostych [g] 97,9                  Witamina A [mg] 3 743,9                  Witamina C [mg] 147                  WW [Por] 34,6                  Sód [mg] 2 832,4</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-04 sobota	LORO wysokobiałkowa	<p>Kasza manna na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 60 g (<b>MLEKO</b>)                  Dżem truskawkowy 1szt 25 g                  Pomidor 100 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb bałtownoski psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Bułka pszenna (50g) 50 g                  Chleb razowy psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Jabłko 1szt 120 g</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Surówka z marchewki i jabłka bez cukru 200 g                  Fasolka po bretońsku wegetarińska 150 g (<b>SELER, GLUT PSZ</b>)                  Kompot owocowy b/c 250 ml</p>	<p>Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 100 g (<b>MLEKO</b>)                  Banan 160 g</p>	<p>Pasta z makreli wędzonej, twarogu i szczypiorku 60 g (<b>JAJA, RYBY, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM</b>)                  Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 20 g (<b>GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb bałtownoski psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Ogórek kiszony 100 g                  Chleb razowy psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 659,8  <b>Białko ogółem [g]</b> 77,3  <b>Tłuszcz [g]</b> 90,7  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 378,8  <b>Sól [g]</b> 10,5  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 44,1  <b>Glukoza [g]</b> 25,7  <b>Fruktoza [g]</b> 31,2  <b>Laktoza [g]</b> 18,5                  Błonnik pokarmowy [g] 35,4                  suma cukrów prostych [g] 134,5                  Witamina A [mg] 3 720,7                  Witamina C [mg] 121                  WW [Por] 37,8                  Sód [mg] 3 223</p>
2026-04-05 niedziela	LORO podstawowa	<p>Płatki jęczmienne na mleku 200 g (<b>MLEKO, GLU JĘCZ</b>)                  Kielbasa biała parzona 100 g (<b>SOJA, GORCZY</b>)                  Jajko gotowane 50 g (<b>JAJA</b>)                  Cwikła z chrzanem Rolnik 20 g                  Groszek zielony z majonezem 20 g (<b>JAJA, GORCZY</b>)                  Pomidor 100 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb bałtownoski psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Bułka pszenna (50g) 1 g                  Chleb razowy psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Herbata b/cukru 300 g</p>	<p>Rosół z makaronem nitki 300 g (<b>GLUTEN, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Udko z kurczaka pieczone 1szt 180 g (<b>GORCZY</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Brukselka gotowana z olejem rzepakowym 100 g                  Surówka z buraka i jabłka z olejem rzepakowym 100 g                  Sos pieczeniowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Sok jabłkowo-jagodowy 1 szt                  Ciasto* 70 g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, ORZECHY</b>)</p>	<p>Wędlina Szynka Krucha wieprzowa/ 83% mięsa 40 g                  Sałatka ryżowa (ryż brązowy), wędlina dorbiowa, jogurt naturalny 100 g (<b>JAJA, SOJA, MLEKO</b>)                  Rzodkiew biała tarta z jogurtem 100 g (<b>MLEKO</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb bałtownoski psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)                  Chleb razowy psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Herbata b/cukru 300 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 707,9  <b>Białko ogółem [g]</b> 114,7  <b>Tłuszcz [g]</b> 120  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 300,5  <b>Sól [g]</b> 9,6  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 48,5  <b>Glukoza [g]</b> 4,9  <b>Fruktoza [g]</b> 6,6  <b>Laktoza [g]</b> 7,8                  Błonnik pokarmowy [g] 30,6                  suma cukrów prostych [g] 47,1                  Witamina A [mg] 1 360,9                  Witamina C [mg] 171,3                  WW [Por] 30,2                  Sód [mg] 3 713,5</p>	

2026-04-05 niedziela	LORO łatwostrawna	<p>Płatki jęczmienne na mleku 200 g (<b>MLEKO, GLU JĘCZ</b>)                  Jajko gotowane 50 g (<b>JAJA</b>)                  Wędlina polędwica z pasieki drobiowa 40 g                  Pomidor 100 g                  Chleb bałtownoski psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Bułka pszenna (50g) 1 g</p>	<p>Rosół z makaronem nitki 300 g (<b>GLUTEN, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Udko z kurczaka gotowane 1szt 180 g                  Sos pieczeniowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 200 g                  Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Ciasto* 70 g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, ORZECHY</b>)                  Sok jabłkowo-jagodowy 1 szt</p>	<p>Wędlina Szynkowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 60 g                  Serek Tartare śmietankowy 1szt/20g 1 szt                  Chleb bałtownoski psz-żył 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Pomidor 100 g                  Liść sałaty 5 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 576,7  <b>Białko ogółem [g]</b> 99,2  <b>Tłuszcz [g]</b> 113,4  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 291,6  <b>Sól [g]</b> 9,9  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 42,7  <b>Glukoza [g]</b> 4,2  <b>Fruktoza [g]</b> 5,7  <b>Laktoza [g]</b> 6,9  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 53,1  <b>Witamina A [mg]</b> 1 218,6  <b>Witamina C [mg]</b> 89,5  <b>WW [Por]</b> 29,5  <b>Sód [mg]</b> 3 209,9</p>	
	LORO z ograniczeniem łatwo przy. węglowodanów	<p>Kakao na mleku bez cukru 250 ml (<b>MLEKO</b>)                  Kielbasa biała parzona 100 g (<b>SOJA, GORCZY</b>)                  Jajko gotowane 50 g (<b>JAJA</b>)                  Groszek zielony z majonezem 20 g (<b>JAJA, GORCZY</b>)                  Cwikła z chrzanem Rolnik 20 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb razowy psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Bułka IG 1 szt 50 g</p>	<p>Kisiel bez cukru 200 ml</p>	<p>Rosół z makaronem razowym 300 ml (<b>GLUTEN, SELER, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Udko z kurczaka gotowane 1szt 180 g                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Brukselka gotowana z olejem rzepakowym 100 g                  Sos pieczeniowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Surówka z buraka i jabłka z olejem rzepakowym 100 g                  Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Sok jabłkowo-jagodowy 1 szt                  Ciasteczka zbożowe 1szt /25g 1 szt (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT OWIES, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p>Wędlina Szynka Krucha wieprzowa/ 83% mięsa 40 g                  Sałatka ryżowa (ryż brązowy), wędlina drobiowa, jogurt naturalny 100 g (<b>JAJA, SOJA, MLEKO</b>)                  Rzodkiew biała tarta z jogurtem 100 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb razowy psz-żył 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Liść sałaty 5 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 631,3  <b>Białko ogółem [g]</b> 109,1  <b>Tłuszcz [g]</b> 115,1  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 325,2  <b>Sól [g]</b> 9,3  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 50,3  <b>Glukoza [g]</b> 3,3  <b>Fruktoza [g]</b> 4,7  <b>Laktoza [g]</b> 6,5  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,5  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 57,5  <b>Witamina A [mg]</b> 1 006,6  <b>Witamina C [mg]</b> 144,7  <b>WW [Por]</b> 32,7  <b>Sód [mg]</b> 3 685,6</p>
	LORO wysokobiałkowa	<p>Płatki jęczmienne na mleku 200 g (<b>MLEKO, GLU JĘCZ</b>)                  Kielbasa biała parzona 100 g (<b>SOJA, GORCZY</b>)                  Jajko gotowane 50 g (<b>JAJA</b>)                  Cwikła z chrzanem Rolnik 20 g                  Groszek zielony z majonezem 20 g (<b>JAJA, GORCZY</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb bałtownoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Bułka pszenna (50g) 1 g</p>	<p>Kisiel ze śmietaną 200 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Rosół z makaronem nitki 300 g (<b>GLUTEN, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Udko z kurczaka pieczone 1szt 180 g (<b>GORCZY</b>)                  Sos pieczeniowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Brukselka gotowana z olejem rzepakowym 100 g                  Surówka z buraka i jabłka z olejem rzepakowym 100 g                  Kompot owocowy b/c 250 ml</p>	<p>Sok jabłkowo-jagodowy 1 szt                  Ciasto* 50 g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, ORZECHY</b>)</p>	<p>Sałatka ryżowa (ryż brązowy), wędlina drobiowa, jogurt naturalny 100 g (<b>JAJA, SOJA, MLEKO</b>)                  Wędlina Szynka Krucha wieprzowa/ 83% mięsa 40 g                  Rzodkiew biała tarta z jogurtem 100 g (<b>MLEKO</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb bałtownoski psz-żył 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Herbata b/cukru 300 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 875,3  <b>Białko ogółem [g]</b> 115,3  <b>Tłuszcz [g]</b> 127,4  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 320,3  <b>Sól [g]</b> 10,5  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 53,5  <b>Glukoza [g]</b> 3,5  <b>Fruktoza [g]</b> 4,7  <b>Laktoza [g]</b> 8,7  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,8  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 58,3  <b>Witamina A [mg]</b> 1 310,1  <b>Witamina C [mg]</b> 146,7  <b>WW [Por]</b> 32,2  <b>Sód [mg]</b> 3 836,1</p>

2026-04-06 poniedziałek	LORO podstawowa	<p>Kasza kuskus na mleku 200 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Chleb bałtownoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Salatka jarzynowa (Grześ) 100 g (<b>JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM</b>)</p> <p>Wędlina schab ojca Grzegorza wieprzowa/82% mięso wieprzowe 40 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)</p> <p>Bułka pszenna (50g) 1 g</p> <p>Cukinia gotowana z ziołami 100 g</p> <p>Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>		<p>Żurek 300 ml (<b>GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)</p> <p>Ziemniaki gotowane 230 g</p> <p>Schab wieprzowy gotowany/parowany 100 g</p> <p>Sos pieczeniowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty ze szczypiorkiem i jogurtem 200 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Kompot owocowy b/c 250 ml</p>	<p>Ciasto* 70 g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, ORZECHY</b>)</p> <p>Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Serek wiejski 50 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Jajko gotowane 50 g (<b>JAJA</b>)</p> <p>Majonez 10 g (<b>JAJA, GORCZY</b>)</p> <p>Salatka szwedzka 100 g</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Chleb bałtownoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 795,2</p> <p><b>Białko ogółem [g]</b> 101,1</p> <p><b>Tłuszcz [g]</b> 139,7</p> <p><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 288,7</p> <p><b>Sól [g]</b> 8,2</p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 46,9</p> <p><b>Glukoza [g]</b> 6,5</p> <p><b>Fruktoza [g]</b> 6,1</p> <p><b>Laktoza [g]</b> 12,6</p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 24,9</p> <p><b>suma cukrów prostych [g]</b> 55,6</p> <p><b>Witamina A [mg]</b> 1 206,1</p> <p><b>Witamina C [mg]</b> 154,7</p> <p><b>WW [Por]</b> 28,8</p> <p><b>Sód [mg]</b> 2 902,4</p>
	LORO łatwastrawna	<p>Kasza kuskus na mleku 200 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Wędlina schab ojca Grzegorza wieprzowa/82% mięso wieprzowe 40 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)</p> <p>Pasta twarogowa z mlekiem i cynamonem 40 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Cukinia gotowana z ziołami 100 g</p> <p>Chleb bałtownoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Bułka pszenna (50g) 1 g</p> <p>Liść sałaty 5 g</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p>	<p>Zupa grysikowa 300 ml (<b>SELER, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Schab wieprzowy gotowany/parowany 100 g</p> <p>Sos pieczeniowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Ziemniaki gotowane 200 g</p> <p>Dynia gotowana z olejem i ziołami 200 g</p> <p>Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Ciasto* 70 g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, ORZECHY</b>)</p> <p>Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Jajko gotowane 50 g (<b>JAJA</b>)</p> <p>Serek wiejski 50 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Liść sałaty 5 g</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Chleb bałtownoski psz-żył 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 400,7</p> <p><b>Białko ogółem [g]</b> 104</p> <p><b>Tłuszcz [g]</b> 102,9</p> <p><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 265,2</p> <p><b>Sól [g]</b> 10,5</p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 42,4</p> <p><b>Glukoza [g]</b> 3,5</p> <p><b>Fruktoza [g]</b> 4,8</p> <p><b>Laktoza [g]</b> 12,6</p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 18,2</p> <p><b>suma cukrów prostych [g]</b> 41,4</p> <p><b>Witamina A [mg]</b> 1 135</p> <p><b>Witamina C [mg]</b> 67,1</p> <p><b>WW [Por]</b> 26,6</p> <p><b>Sód [mg]</b> 3 640,9</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-06 poniedziałek	LORO z ograniczeniem łatwo przys. węglowodanów	<p>Kawa na mleku z cukrem 200 ml (<b>MLEKO, GLU JĘCZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Salatka jarzynowa (Grześ) 100 g (<b>JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM</b>)</p> <p>wędlina szynka ojca Grzegorza wieprzowa/ 85% mięsa wieprzowego 40 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)</p> <p>Cukinia gotowana z ziołami 100 g</p> <p>Chleb razowy psz-żyt 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Bułka IG 50 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Żurek 300 ml (<b>GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)</p> <p>Schab wieprzowy gotowany/parowany 100 g</p> <p>Ziemniaki gotowane 200 g</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty ze szczypiorkiem i jogurtem 200 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Sos pieczeniowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Ciasto* 70 g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, ORZECHY</b>)</p> <p>Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Serek wiejski 50 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Jajko gotowane 50 g (<b>JAJA</b>)</p> <p>Majonez 10 g (<b>JAJA, GORCZY</b>)</p> <p>Salatka szwedzka 100 g</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Chleb razowy psz-żyt 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 3 068,1</p> <p><b>Białko ogółem [g]</b> 109</p> <p><b>Tłuszcz [g]</b> 146,3</p> <p><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 332,8</p> <p><b>Sól [g]</b> 8,1</p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 48,4</p> <p><b>Glukoza [g]</b> 6,6</p> <p><b>Fruktoza [g]</b> 6,3</p> <p><b>Laktoza [g]</b> 19,4</p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26,5</p> <p><b>suma cukrów prostych [g]</b> 68,5</p> <p><b>Witamina A [mg]</b> 1 228,6</p> <p><b>Witamina C [mg]</b> 153,6</p> <p><b>WW [Por]</b> 33,2</p> <p><b>Sód [mg]</b> 3 156,1</p>
	LORO wysokobiałkowa	<p>Kasza kuskus na mleku 200 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Salatka jarzynowa (Grześ) 100 g (<b>JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM</b>)</p> <p>wędlina szynka ojca Grzegorza wieprzowa/ 85% mięsa wieprzowego 40 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)</p> <p>Cukinia gotowana z ziołami 100 g</p> <p>Chleb bałtownoski psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Bułka pszenna (50g) 1 g</p> <p>Liść salaty 5 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Żurek 300 ml (<b>GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)</p> <p>Ziemniaki gotowane 200 g</p> <p>Schab wieprzowy gotowany/parowany 100 g</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty ze szczypiorkiem i jogurtem 200 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Kompot owocowy b/c 300 ml</p> <p>Sos pieczeniowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 2 szt</p> <p>Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Serek wiejski 50 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Jajko gotowane 50 g (<b>JAJA</b>)</p> <p>Majonez 10 g (<b>JAJA, GORCZY</b>)</p> <p>Salatka szwedzka 100 g</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Chleb bałtownoski psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Chleb razowy psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 648,6</p> <p><b>Białko ogółem [g]</b> 100,5</p> <p><b>Tłuszcz [g]</b> 135,4</p> <p><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 284,8</p> <p><b>Sól [g]</b> 7,5</p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 46,3</p> <p><b>Glukoza [g]</b> 8,3</p> <p><b>Fruktoza [g]</b> 6,7</p> <p><b>Laktoza [g]</b> 17,3</p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,8</p> <p><b>suma cukrów prostych [g]</b> 103,3</p> <p><b>Witamina A [mg]</b> 1 193,3</p> <p><b>Witamina C [mg]</b> 155,9</p> <p><b>WW [Por]</b> 28,4</p> <p><b>Sód [mg]</b> 2 636,9</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-07 wtorek	LORO podstawowa	<p>Płatki owsiane na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT OWIES</b>)                  Wędlina Szynekowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 40 g                  Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Bułka pszenna (50g) 50 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Liść sałaty 5 g                  Pomidor 100 g                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>		<p>Zupa wiejska z ziemniakami 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Gołąbek z mięsem wieprzowym parowany 150 g (<b>JAJA</b>)                  Sos pomidorowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 200 g (<b>SELER</b>)                  Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Banan 160 g                  Kefir rozlewany 100 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Twaróg - plastry 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (<b>SOJA, MLEKO</b>)                  Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Brokuly gotowane z bułką tartą i masłem 100 g (<b>GLUT PSZ</b>)                  Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 587,7  <b>Białko ogółem [g]</b> 88,4  <b>Tłuszcz [g]</b> 100,9  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 332,3  <b>Sól [g]</b> 8,4  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 45,3  <b>Glukoza [g]</b> 12,4  <b>Fruktoza [g]</b> 15,7  <b>Laktoza [g]</b> 18,1  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,3  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 80,3  <b>Witamina A [mg]</b> 1 221  <b>Witamina C [mg]</b> 181,1  <b>WW [Por]</b> 33,3  <b>Sód [mg]</b> 2 847,9</p>
	LORO łatwostrawna	<p>Płatki owsiane na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT OWIES</b>)                  Wędlina Szynekowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 60 g                  Serek Kiri kostka 17 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb bałnowoski psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Pomidor 100 g                  Liść sałaty 5 g                  Bułka pszenna (50g) 50 g</p>		<p>Zupa wiejska z ziemniakami 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Marchew gotowana 100 g                  Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 100 g (<b>GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ</b>)                  Sos pomidorowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Banan 160 g                  Kefir rozlewany 100 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (<b>SOJA, MLEKO</b>)                  Twaróg - plastry 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb bałnowoski psz-żył 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Brokuly gotowane z bułką tartą i masłem 100 g (<b>GLUT PSZ</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 477,5  <b>Białko ogółem [g]</b> 93,2  <b>Tłuszcz [g]</b> 91,1  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 334,1  <b>Sól [g]</b> 7,9  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 46,6  <b>Glukoza [g]</b> 10,5  <b>Fruktoza [g]</b> 11,1  <b>Laktoza [g]</b> 14,4  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,8  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 64,7  <b>Witamina A [mg]</b> 2 702,4  <b>Witamina C [mg]</b> 147,2  <b>WW [Por]</b> 33,5  <b>Sód [mg]</b> 2 704</p>
	LORO z ograniczeniem łatwo przy. węglowodanów	<p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300 ml (<b>MLEKO, GLUT JĘCZ, GLUT ŻYT</b>)                  Wędlina Szynekowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 40 g                  Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb razowy psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Pomidor 100 g                  Liść sałaty 5 g                  Bułka IG 50 g</p>	<p>Jabłko 1szt 120 g</p>	<p>Zupa wiejska z ziemniakami 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Gołąbek z mięsem wieprzowym parowany 150 g (<b>JAJA</b>)                  Sos pomidorowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 200 g (<b>SELER</b>)                  Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Banan 160 g                  Kefir rozlewany 100 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (<b>SOJA, MLEKO</b>)                  Twaróg - plastry 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Brokuly gotowane z bułką tartą i masłem 100 g (<b>GLUT PSZ</b>)                  Chleb razowy psz-żył 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 626,6  <b>Białko ogółem [g]</b> 81,4  <b>Tłuszcz [g]</b> 100,8  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 341,7  <b>Sól [g]</b> 8  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 43,8  <b>Glukoza [g]</b> 14,9  <b>Fruktoza [g]</b> 22,4  <b>Laktoza [g]</b> 13,6  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33,5  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 88,6  <b>Witamina A [mg]</b> 1 202,3  <b>Witamina C [mg]</b> 191,5  <b>WW [Por]</b> 34,1  <b>Sód [mg]</b> 2 817,7</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-07 wtorek	LORO wysokobiałkowa	<p>Platki owsiane na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT OWIES</b>)                  Wędlina Szynekowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 40 g                  Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb bałtownoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Pomidor 100 g                  Liść sałaty 5 g                  Bułka pszenna (50g) 50 g                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	Jabłko 1szt 120 g	<p>Zupa wiejska z ziemniakami 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 200 g (<b>SELER</b>)                  Gołąbek z mięsem wieprzowym parowany 150 g (<b>JAJA</b>)                  Sos pomidorowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Banan 160 g                  Kefir rozlewany 100 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33% indyka, kurczak 12% 40 g (<b>SOJA, MLEKO</b>)                  Twaróg - plastry 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Brokuly gotowane z bułką tartą i masłem 100 g (<b>GLUT PSZ</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb bałtownoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 676,4  <b>Białko ogółem [g]</b> 88,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 101,4  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 347,3  <b>Sól [g]</b> 8,4  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 45,3  <b>Glukoza [g]</b> 14,9  <b>Fruktoza [g]</b> 22,4  <b>Laktoza [g]</b> 18,1                  Błonnik pokarmowy [g] 33,8                  suma cukrów prostych [g] 92,3                  Witamina A [mg] 1 226                  Witamina C [mg] 192,5                  WW [Por] 34,8                  Sód [mg] 2 850,4</p>
2026-04-08 środa	LORO podstawowa	<p>Kasza manna na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Parówka lux drobiowo wieprzowa 100 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)                  Ketchup saszetka 1szt/15g 1 szt                  Papryka świeża 50 g                  Pomidor 50 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Bułka pszenna (50g) 1 g                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Chleb bałtownoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Herbata b/cukru 300 g</p>	<p>Zupa pejszanka z ziemniakami i białą fasolą 350 g (<b>SELER, GLUT PSZ</b>)                  Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 100 g (<b>GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ</b>)                  Kluski śląskie G 200 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA</b>)                  Surówka Coleslaw 200 g (<b>JAJA, GORCZY</b>)                  Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Paluszki solone 70 g</p>	<p>Wędlina Szynekowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 40 g                  Pasta z pieczonym burakiem i twarogiem 80 g (<b>MLEKO</b>)                  Rzodkiewka 80 g                  Roszponka 20 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb bałtownoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)                  Herbata b/cukru 300 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 902,3  <b>Białko ogółem [g]</b> 89,8  <b>Tłuszcz [g]</b> 133,5  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 345,4  <b>Sól [g]</b> 8,5  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 48,3  <b>Glukoza [g]</b> 8,5  <b>Fruktoza [g]</b> 9  <b>Laktoza [g]</b> 8,3                  Błonnik pokarmowy [g] 31,8                  suma cukrów prostych [g] 53,3                  Witamina A [mg] 2 068,4                  Witamina C [mg] 242,3                  WW [Por] 34,5                  Sód [mg] 3 283,9</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-08 środa	LORO łatwostrawna	<p>Kasza manna na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Wędlina polędwica z pasieki drobiowa 60 g</p> <p>Bułka pszenna (50g) 1 g</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Liść sałaty 5 g</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Chleb bałtownoski psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p>	<p>Zupa koperkowa 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 100 g (<b>GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Dynia gotowana z olejem i ziołami 200 g</p> <p>Ryż biały gotowany 200 g</p> <p>Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Paluszki solone 70 g</p>	<p>Wędlina Szynkowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 40 g</p> <p>Pasta z pieczonym burakiem i twarogiem 80 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Rozszponka 20 g</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Chleb bałtownoski psz-żył 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 538,4</p> <p><b>Białko ogółem [g]</b> 92,8</p> <p><b>Tłuszcz [g]</b> 87,3</p> <p><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 349,4</p> <p><b>Sól [g]</b> 12,6</p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,2</p> <p><b>Glukoza [g]</b> 3,3</p> <p><b>Fruktoza [g]</b> 4,8</p> <p><b>Laktoza [g]</b> 11,4</p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,1</p> <p><b>suma cukrów prostych [g]</b> 34,1</p> <p><b>Witamina A [mg]</b> 898,3</p> <p><b>Witamina C [mg]</b> 68,7</p> <p><b>WW [Por]</b> 35,1</p> <p><b>Sód [mg]</b> 3 946,8</p>	
	LORO z ograniczeniem łatwo przy. węglowodanów	<p>Kakao na mleku bez cukru 300 ml (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Parówka lux drobiowo wieprzowa 100 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)</p> <p>Ketchup saszetka 1szt/15g 1 szt</p> <p>Chleb razowy psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Papryka świeża 50 g</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Bułka IG 1 szt 50 g</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p>	<p>Kisiel bez cukru 200 ml</p>	<p>Zupa pejszanka z ziemniakami i białą fasolą 300 g (<b>SELER, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 100 g (<b>GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Ryż brązowy gotowany 200 g</p> <p>Surówka Coleslaw 200 g (<b>JAJA, GORCZY</b>)</p> <p>Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Paluszki solone 1 szt</p>	<p>Wędlina Szynkowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 40 g</p> <p>Pasta z pieczonym burakiem i twarogiem 80 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Chleb razowy psz-żył 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Rzodkiewka 80 g</p> <p>Rozszponka 20 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 3 247,6</p> <p><b>Białko ogółem [g]</b> 94,9</p> <p><b>Tłuszcz [g]</b> 131,3</p> <p><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 437,3</p> <p><b>Sól [g]</b> 9,5</p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 44</p> <p><b>Glukoza [g]</b> 7,8</p> <p><b>Fruktoza [g]</b> 8,3</p> <p><b>Laktoza [g]</b> 7,3</p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 40,1</p> <p><b>suma cukrów prostych [g]</b> 64,7</p> <p><b>Witamina A [mg]</b> 1 928,5</p> <p><b>Witamina C [mg]</b> 218,8</p> <p><b>WW [Por]</b> 43,6</p> <p><b>Sód [mg]</b> 3 798</p>
	LORO wysokobiałkowa	<p>Kasza manna na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Parówka lux drobiowo wieprzowa 100 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)</p> <p>Ketchup saszetka 1szt/15g 1 szt</p> <p>Chleb bałtownoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Papryka świeża 50 g</p> <p>Bułka pszenna (50g) 1 g</p> <p>Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p>	<p>Kisiel z cukrem 200 ml</p>	<p>Zupa pejszanka z ziemniakami i białą fasolą 350 g (<b>SELER, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 100 g (<b>GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Surówka Coleslaw 200 g (<b>JAJA, GORCZY</b>)</p> <p>Ryż brązowy gotowany 230 g</p> <p>Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Paluszki solone 1 szt</p>	<p>Wędlina Szynkowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 40 g</p> <p>Pasta z pieczonym burakiem i twarogiem 80 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Chleb bałtownoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Rzodkiewka 80 g</p> <p>Rozszponka 20 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 3 187,9</p> <p><b>Białko ogółem [g]</b> 96,6</p> <p><b>Tłuszcz [g]</b> 129,1</p> <p><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 424,4</p> <p><b>Sól [g]</b> 9,3</p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 44,1</p> <p><b>Glukoza [g]</b> 8,1</p> <p><b>Fruktoza [g]</b> 8,6</p> <p><b>Laktoza [g]</b> 8,3</p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 40,6</p> <p><b>suma cukrów prostych [g]</b> 67,2</p> <p><b>Witamina A [mg]</b> 1 976,4</p> <p><b>Witamina C [mg]</b> 224,2</p> <p><b>WW [Por]</b> 42,3</p> <p><b>Sód [mg]</b> 3 617,1</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-09 czwartek	LORO podstawowa	<p>Platki jęczmienne na mleku 200 g (<b>MLEKO, GLU JĘCZ</b>)                  Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 40 g (<b>GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY</b>)                  Pasta z grochu 40 g                  Pomidor 90 g                  Szpinak liście 10 g                  Chleb bałtownoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Bułka pszenna (50g) 50 g</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Kasza gryczana gotowana 200 g                  Bioderko pieczone z uda kurczaka 100 g (<b>GORCZY</b>)                  Sos śmietanowo-cebulowy 100 g (<b>MLEKO</b>)                  Surówka z białej kapusty z kukurydzą i olejem 200 g                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Salceson drobiowo - wieprzowy 40 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)                  Twaróg - plastry 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Kalafior z sosem czosnkowym 100 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb bałtownoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 432,6  <b>Białko ogółem [g]</b> 93,1  <b>Tłuszcz [g]</b> 95,5  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 310,9  <b>Sól [g]</b> 9,3  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 38,3  <b>Fruktoza [g]</b> 7  <b>Fruktoza [g]</b> 8,1  <b>Laktoza [g]</b> 13,2  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,2  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 51,4  <b>Witamina A [mg]</b> 825,2  <b>Witamina C [mg]</b> 183,7  <b>WW [Por]</b> 31,1  <b>Sód [mg]</b> 3 095,7</p>
	LORO łatwostrawna	<p>Platki jęczmienne na mleku 200 g (<b>MLEKO, GLU JĘCZ</b>)                  Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 60 g (<b>GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY</b>)                  Serek Kiri kostka 17 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb bałtownoski psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Bułka pszenna (50g) 50 g                  Herbata b/cukru 300 g                  Szpinak liście 10 g                  Pomidor 90 g</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Bioderko gotowane z uda kurczaka 100 g                  Kompot owocowy b/c 300 ml                  Mieszanka królewska gotowana (brokuł, kalafior, march.) z olejem 200 g (<b>SELER</b>)                  Kasza jęczmienna gotowana 200 g (<b>GLU JĘCZ</b>)                  Sos śmietanowo-cebulowy 100 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Salceson drobiowo - wieprzowy 40 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)                  Twaróg - plastry 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb bałtownoski psz-żył 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Kalafior gotowany z ziołami 100 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 340,9  <b>Białko ogółem [g]</b> 89,3  <b>Tłuszcz [g]</b> 94,2  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 302,2  <b>Sól [g]</b> 9,2  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 38,2  <b>Glukoza [g]</b> 4,7  <b>Fruktoza [g]</b> 6  <b>Laktoza [g]</b> 13,1  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,3  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 43  <b>Witamina A [mg]</b> 968,6  <b>Witamina C [mg]</b> 160,3  <b>WW [Por]</b> 30,4  <b>Sód [mg]</b> 2 589,6</p>
	LORO z ograniczeniem łatwo przy. węglowodanów	<p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300 ml (<b>MLEKO, GLU JĘCZ, GLUT ŻYT</b>)                  Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 40 g (<b>GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY</b>)                  Pasta z grochu 40 g                  Pomidor 90 g                  Szpinak liście 10 g                  Chleb razowy psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Bułka IG 1 szt 50 g                  Herbata b/cukru 300 g</p>	<p>Maślanka 200 ml (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Kasza gryczana gotowana 200 g                  Bioderko gotowane z uda kurczaka 100 g                  Kompot owocowy b/c 300 ml                  Surówka z białej kapusty z kukurydzą i olejem 200 g                  Sos śmietanowo-cebulowy 100 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Twaróg - plastry 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Salceson drobiowo - wieprzowy 40 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)                  Chleb razowy psz-żył 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Kalafior z sosem czosnkowym 100 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 449,5  <b>Białko ogółem [g]</b> 93,6  <b>Tłuszcz [g]</b> 97,3  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 308,9  <b>Sól [g]</b> 8,7  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,8  <b>Glukoza [g]</b> 6,6  <b>Fruktoza [g]</b> 7,2  <b>Laktoza [g]</b> 18,8  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,9  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 53,8  <b>Witamina A [mg]</b> 820,5  <b>Witamina C [mg]</b> 181,3  <b>WW [Por]</b> 30,9  <b>Sód [mg]</b> 2 995,8</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-09 czwartek	<p>LORO wysokobiałkowa</p> <p>Platki jęczmienne na mleku 200 g (<b>MLEKO, GLU JĘCZ</b>)                  Pasta z grochu 40 g                  Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 40 g (<b>GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY</b>)                  Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Pomidor 90 g                  Szpinak liście 10 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Bułka pszenna (50g) 50 g</p>	<p>Maślanka 200 ml (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Bioderko pieczone z uda kurczaka 100 g (<b>GORCZY</b>)                  Kompot owocowy b/c 300 ml                  Mieszanka królewska gotowana (brokuł, kalafior, march.) z olejem 200 g (<b>SELER</b>)                  Kasza jęczmienna gotowana 200 g (<b>GLU JĘCZ</b>)                  Sos śmietanowo-cebulowy 100 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Salceson drobiowo - wieprzowy 40 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)                  Twaróg - plastry 60 g (<b>MLEKO</b>)                  Kalafior z sosem czosnkowym 100 g (<b>MLEKO</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)                  Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 418,1  <b>Białko ogółem [g]</b> 97,7  <b>Tłuszcz [g]</b> 96,1  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 301,2  <b>Sól [g]</b> 8,3  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 39,3  <b>Glukoza [g]</b> 4,7  <b>Fruktoza [g]</b> 6  <b>Laktoza [g]</b> 23,3  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,5  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 53,8  <b>Witamina A [mg]</b> 1 013,8  <b>Witamina C [mg]</b> 162,5  <b>WW [Por]</b> 30,3  <b>Sód [mg]</b> 2 735,4</p>
2026-04-10 piątek	<p>LORO podstawowa</p> <p>Kasza manna na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Ser żółty Gouda 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Jajko gotowane 50 g (<b>JAJA</b>)                  Bułka pszenna (50g) 50 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Ogórek kiszony 50 g                  Liść sałaty 5 g                  Pomidor 50 g</p>		<p>Zupa ryżowa z ryżem brazowym i groszkiem 300 ml (<b>SELER</b>)                  Śledź w śmietanie z warzywami 200 g (<b>JAJA, RYBY, MLEKO, GORCZY</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 200 g                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p>	<p>Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 100 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>ser topiony 25g 25 g (<b>MLEKO</b>)                  Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 40 g                  Miód wielokwiatowy 1szt/ 20g 20 g                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Sałatka szwedzka 100 g                  Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 936  <b>Białko ogółem [g]</b> 100,6  <b>Tłuszcz [g]</b> 145,7  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 306,1  <b>Sól [g]</b> 30,1  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 56,6  <b>Glukoza [g]</b> 3,8  <b>Fruktoza [g]</b> 5,4  <b>Laktoza [g]</b> 11,8  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,2  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 72,3  <b>Witamina A [mg]</b> 1 356,7  <b>Witamina C [mg]</b> 78,8  <b>WW [Por]</b> 30,7  <b>Sód [mg]</b> 11 393,1</p>
	<p>LORO łatwostrawna</p> <p>Kasza manna na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Jajko gotowane 50 g (<b>JAJA</b>)                  Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Pomidor 100 g                  Liść sałaty 5 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb bałnowoski psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Bułka pszenna (50g) 1 g</p>		<p>Zupa ryżowa 300 g (<b>SELER</b>)                  Pierogi ruskie parowane z olejem 250 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA</b>)                  Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 200 g                  Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 100 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 60 g                  Pomidor w ćwiartki 100 g                  Chleb bałnowoski psz-żył 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Miód wielokwiatowy 1szt/ 20g 20 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 486,2  <b>Białko ogółem [g]</b> 76,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 96,8  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 322,6  <b>Sól [g]</b> 8,5  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 45,5  <b>Glukoza [g]</b> 4,2  <b>Fruktoza [g]</b> 5,6  <b>Laktoza [g]</b> 15  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 24,3  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 64,1  <b>Witamina A [mg]</b> 1 207,7  <b>Witamina C [mg]</b> 78,7  <b>WW [Por]</b> 32,5  <b>Sód [mg]</b> 1 805,3</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-01 do dnia 2026-04-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-10 piątek	LORO z ograniczeniem łatwo przys. węglowodanów	Herbata b/cukru 300 g Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Ogórek kiszony 50 g Pomidor 50 g Liść sałaty 5 g Chleb razowy psz-żył 80 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Bułka IG 1 szt 50 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300 ml (MLEKO, GLU JĘCZ, GLUT ŻYT)	Jogurt naturalny 200 g (MLEKO)	Zupa ryżowa z ryżem brązowym i groszkiem 300 ml (SELER) Śledź w śmietanie z warzywami 200 g (JAJA, RYBY, MLEKO, GORCZY) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 200 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Serek homogenizowany waniliowy 1szt 150 g (MLEKO)	ser topiony 25g 25 g (MLEKO) Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 60 g Sałatka szwedzka 100 g Chleb razowy psz-żył 160 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 300 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 983,5 Białko ogółem [g] 112,1 Tłuszcz [g] 159,4 Węglowodany ogółem [g] 279,5 Sól [g] 30,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 62 Glukoza [g] 3,4 Fruktoza [g] 4,4 Laktoza [g] 12,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,3 suma cukrów prostych [g] 60,2 Witamina A [mg] 1 367,4 Witamina C [mg] 76,8 WW [Por] 28,1 Sód [mg] 11 492,8
	LORO wysokobiałkowa	Kasza manna na mleku 200 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Pomidor 100 g Liść sałaty 5 g Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 300 g Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żył 40 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Bułka pszenna (50g) 1 g	Jogurt naturalny 200 g (MLEKO)	Zupa ryżowa z ryżem brązowym i groszkiem 300 ml (SELER) Śledź w śmietanie z warzywami 200 g (JAJA, RYBY, MLEKO, GORCZY) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 200 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 100 g (MLEKO)	ser topiony 25g 25 g (MLEKO) Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 40 g Chleb pszenny 40 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 300 g Chleb razowy psz-żył 40 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Sałatka szwedzka 100 g Miód wielokwiatowy 1szt/ 20g 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 903 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 148,9 Węglowodany ogółem [g] 286,7 Sól [g] 28,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 58,9 Glukoza [g] 4 Fruktoza [g] 5,2 Laktoza [g] 18,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,4 suma cukrów prostych [g] 77,5 Witamina A [mg] 1 434,2 Witamina C [mg] 88,9 WW [Por] 28,8 Sód [mg] 10 915,5

IMPEL Zielona Góra

Zyty 26, 65-001, Zielona Góra

### **Oznaczenia alergenów:**

GLUTEN - Zboża zawierające gluten ,  
SKOR - Skorupiaki i pochodne,  
JAJA - Jaja i pochodne,  
RYBY - Ryby i pochodne,  
ORZESZEK - Orzeszki ziemne i pochodne,  
SOJA - Soja i pochodne,  
MLEKO - Mleko i pochodne,  
ORZECHY - Orzechy,  
SELER - Seler i pochodne,  
GORCZY - Gorczyca i pochodne,  
SEZAM - Nasiona sezamu i pochodne,  
SIARKA - Dwutlenek siarki, siarczyny,  
ŁUBIN - Łubin i pochodne,  
MIĘCZAK - Mięczaki i pochodne,  
GLUT PSZ - GLUTEN PSZENICA ,  
GLU JEĆCZ - GLUTEN JEĆCZMIENŃ ,  
GLUT OWIES - GLUTEN Z OWSA ,  
GLUT ŻYT - GLUTEN ŻYTO ,