

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-11 do dnia 2026-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-04-11 sobota	LORO podstawowa	Ryż na mleku 200 ml (MLEKO) Wędlina polędwica Ani drobiowa z kurcząt 60 g (GLUTEN, JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SEZAM) Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Pomidor 50 g Papryka świeża 50 g Liść sałaty 5 g Herbata b/cukru 300 g Masło 10g 82% tłuszczu 2 szt Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Bułka pszenna (50g) 1 g Chleb razowy psz-żył 40 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)		Żurek 300 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZY) Kopytka na parze gotowe 200 g (GLUTEN) Sos pieczarkowo-śmietany 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Surówka z rzodkwi białej, marchwi z jogurtem 200 g (MLEKO) Kompot owocowy b/c 300 ml	Kasza manna na gęsto z musem truskawkowym 150 g (MLEKO, GLUT PSZ)	Paprykarz/ 40% łosoś 40 g (RYBY) Wędlina szynka gotowana Bieleśz 40 g Rzodkiewka 100 g Liść sałaty 5 g Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Chleb razowy psz-żył 40 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb pszenny 40 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Herbata b/cukru 300 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 184,2 Białko ogółem [g] 65,8 Tłuszcz [g] 81,2 Węglowodany ogółem [g] 320,3 Sól [g] 5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 Glukoza [g] 7,1 Fruktoza [g] 7,8 Laktoza [g] 18,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 59,3 Witamina A [mg] 1 681,2 Witamina C [mg] 198 WW [Por] 32,1 Sód [mg] 1 889,6
	LORO łatwastrawna	Ryż na mleku 200 ml (MLEKO) Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Wędlina polędwica Ani drobiowa z kurcząt 60 g (GLUTEN, JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SEZAM) Liść sałaty 5 g Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Chleb bałnowoski psz-żył 80 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Herbata b/cukru 300 g Bułka pszenna (50g) 1 g Pomidor 100 g		Zupa ziemniaczana z koperkiem 300 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Makaron pszenny gotowany 200 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Sos do spaghetti z łopatki wieprzowej (mięso 100g/sos 50ml) 150 g (SELER) Mieszanka królewska parowana z olejem rzep. (brokuł, kalafior, marchewka) 200 g (SELER) Kompot owocowy b/c 300 ml	Kasza manna na gęsto z musem truskawkowym 150 g (MLEKO, GLUT PSZ)	Wędlina szynka gotowana Bieleśz 40 g Jajko gotowane 50 g (JAJA) Pomidor 100 g Liść sałaty 5 g Herbata b/cukru 300 g Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Chleb bałnowoski psz-żył 160 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 229,4 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 80,4 Węglowodany ogółem [g] 308 Sól [g] 7,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 Glukoza [g] 7,7 Fruktoza [g] 9,6 Laktoza [g] 16,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 suma cukrów prostych [g] 49,1 Witamina A [mg] 1 712,8 Witamina C [mg] 170,3 WW [Por] 31 Sód [mg] 2 549,7

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-11 do dnia 2026-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-11 sobota	LORO z ograniczeniem łatwo przysw. węglowodanów	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300 ml ( <b>MLEKO, GLUT JĘCZ, GLUT ŻYT</b> ) Wędlina połędwica Ani drobiowa z kurcząt 60 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SEZAM</b> ) Serek Kiri kostka 17 g ( <b>MLEKO</b> ) Papryka świeża 50 g Pomidor 50 g Liść sałaty 5 g Masło 82% tłuszczu 20 g ( <b>MLEKO</b> ) Herbata b/cukru 300 g Chleb razowy psz-żyty 80 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> ) Bułka IG 1 szt 50 g	Budyń na mleku bez cukru 200 ml ( <b>MLEKO</b> )	Żurek 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZY</b> ) Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> ) Sos do spaghetti z łopatką wieprzowej (mięso 100g/sos 50ml) 150 g ( <b>SELER</b> ) Mieszanka królewska parowana z olejem rzep. (brokuł, kalafior, marchewka) 200 g ( <b>SELER</b> ) Kompot owocowy b/c 300 ml	Kasza manna na gęsto z musem truskawkowym 150 g ( <b>MLEKO, GLUT PSZ</b> )	Paprykarz/ 40% łośsoś 40 g ( <b>RYBY</b> ) Wędlina szynka gotowana Bieleśz 40 g Rzodkiewka 100 g Liść sałaty 5 g 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> )	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 704,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 84 <b>Tłuszcz [g]</b> 110 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 367,6 <b>Sól [g]</b> 5,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,9 <b>Glukoza [g]</b> 7,6 <b>Fruktoza [g]</b> 8,9 <b>Laktoza [g]</b> 17,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,6 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 59,2 <b>Witamina A [mg]</b> 1 631,8 <b>Witamina C [mg]</b> 227,9 <b>WW [Por]</b> 36,9 <b>Sód [mg]</b> 2 114,6
	LORO wysokobiałkowa	Ryż na mleku 200 ml ( <b>MLEKO</b> ) Wędlina połędwica Ani drobiowa z kurcząt 60 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SEZAM</b> ) Serek Kiri kostka 17 g ( <b>MLEKO</b> ) Pomidor 100 g Liść sałaty 5 g Masło 82% tłuszczu 20 g ( <b>MLEKO</b> ) Bułka pszenna (50g) 1 g Chleb razowy psz-żyty 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> ) Chleb bałtownoski psz-żyty 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> ) Herbata b/cukru 300 g	Budyń na mleku bez cukru 200 ml ( <b>MLEKO</b> )	Żurek 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZY</b> ) Makaron pszenny gotowany 200 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ</b> ) Sos do spaghetti z łopatką wieprzowej (mięso 100g/sos 50ml) 150 g ( <b>SELER</b> ) Mieszanka królewska parowana z olejem rzep. (brokuł, kalafior, marchewka) 200 g ( <b>SELER</b> ) Kompot owocowy b/c 300 ml	Kasza manna na gęsto z musem truskawkowym 150 g ( <b>MLEKO, GLUT PSZ</b> )	Paprykarz/ 40% łośsoś 40 g ( <b>RYBY</b> ) Wędlina szynka gotowana Bieleśz 40 g Rzodkiewka 100 g Liść sałaty 2 g Herbata b/cukru 300 g Margaryna 10g 10 g Chleb pszenny 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ</b> ) Chleb bałtownoski psz-żyty 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> ) Chleb razowy psz-żyty 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 441,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 85 <b>Tłuszcz [g]</b> 96,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 331,7 <b>Sól [g]</b> 5,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 26,9 <b>Glukoza [g]</b> 7,1 <b>Fruktoza [g]</b> 8,4 <b>Laktoza [g]</b> 23,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 24,9 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 63,9 <b>Witamina A [mg]</b> 1 330,6 <b>Witamina C [mg]</b> 164,6 <b>WW [Por]</b> 33,3 <b>Sód [mg]</b> 2 019,4
	LORO podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 200 g ( <b>MLEKO</b> ) Wędlina filet zapiekany 20 g Jajko gotowane 50 g ( <b>JAJA</b> ) Sos tatarski 100 g ( <b>MLEKO</b> ) Masło 82% tłuszczu 20 g ( <b>MLEKO</b> ) Pomidor 50 g Papryka świeża 50 g Liść sałaty 5 g Chleb bałtownoski psz-żyty 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> ) Chleb razowy psz-żyty 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> ) Bułka pszenna (50g) 1 g Herbata b/cukru 300 g		Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml ( <b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b> ) Sos pietruszkowy 100 g ( <b>MLEKO, GLUT PSZ</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z piersi kurczaka smażony panierowany 100 g ( <b>JAJA, GORCZY, GLUT PSZ</b> ) Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt	Ser żółty Gouda 20 g ( <b>MLEKO</b> ) Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 60 g ( <b>SOJA, MLEKO</b> ) Włoszczyzna paski gotowana 100 g ( <b>SELER</b> ) Liść sałaty 5 g Herbata b/cukru 300 g Chleb bałtownoski psz-żyty 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> ) Chleb razowy psz-żyty 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> ) Masło 82% tłuszczu 20 g ( <b>MLEKO</b> ) Chleb pszenny 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 219 <b>Białko ogółem [g]</b> 86,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 90,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 283,3 <b>Sól [g]</b> 7,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 41,7 <b>Glukoza [g]</b> 9,4 <b>Fruktoza [g]</b> 8,7 <b>Laktoza [g]</b> 10,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26,7 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 67,7 <b>Witamina A [mg]</b> 2 292,5 <b>Witamina C [mg]</b> 233,5 <b>WW [Por]</b> 28,4 <b>Sód [mg]</b> 2 700

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-11 do dnia 2026-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-12 niedziela	LORO łatwostrawna	<p>Kasza kukurydziana na mleku 200 g (<b>MLEKO</b>)                  Wędlina filet zapiekany 60 g                  Serek Kirii kostka 17 g (<b>MLEKO</b>)                  Pomidor 100 g                  Liść sałaty 5 g                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb bałtownoski psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Bułka pszenna (50g) 1 g</p>		<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Filet z piersi kurczaka gotowany/parowany 100 g                  Ziemniaki gotowane 200 g                  kalfior gotowany z olejem rzepakowym 200 g                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml                  Sos pietruszkowy 150 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt</p>	<p>Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 60 g (<b>SOJA, MLEKO</b>)                  Miód wielokwiatowy 1szt/ 20g 1 g                  Włoszczyzna paski gotowana 100 g (<b>SELER</b>)                  Liść sałaty 5 g                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb bałtownoski psz-żył 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 352,6  <b>Białko ogółem [g]</b> 96,8  <b>Tłuszcz [g]</b> 90  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 317,5  <b>Sól [g]</b> 7,2  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 38,5  <b>Glukoza [g]</b> 8,5  <b>Fruktoza [g]</b> 9,6  <b>Laktoza [g]</b> 10,2                  Błonnik pokarmowy [g] 29,2                  suma cukrów prostych [g] 70,5                  Witamina A [mg] 1 771                  Witamina C [mg] 194,2                  WW [Por] 31,9                  Sód [mg] 2 449,6</p>
	LORO z ograniczeniem łatwo przy. węglowodanów	<p>Kakao na mleku bez cukru 300 ml (<b>MLEKO</b>)                  Wędlina filet zapiekany 40 g                  Pasta z grochu 50 g                  Liść sałaty 5 g                  Pomidor 50 g                  Papryka świeża 50 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</p>	<p>Kisiel bez cukru 200 ml</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Filet z piersi kurczaka gotowany/parowany 100 g                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 200 g                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml                  Sos pietruszkowy 150 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt</p>	<p>Ser żółty Gouda 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (<b>SOJA, MLEKO</b>)                  Włoszczyzna paski gotowana 100 g (<b>SELER</b>)                  Liść sałaty 5 g                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb razowy psz-żył 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 441,3  <b>Białko ogółem [g]</b> 101  <b>Tłuszcz [g]</b> 87,2  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 337,4  <b>Sól [g]</b> 7  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 42  <b>Glukoza [g]</b> 9,9  <b>Fruktoza [g]</b> 10  <b>Laktoza [g]</b> 8,8                  Błonnik pokarmowy [g] 32,1                  suma cukrów prostych [g] 85,1                  Witamina A [mg] 2 093,3                  Witamina C [mg] 234,7                  WW [Por] 33,7                  Sód [mg] 2 804,8</p>
	LORO wysokobiałkowa	<p>Kasza kukurydziana na mleku 200 g (<b>MLEKO</b>)                  Wędlina filet zapiekany 60 g                  Pasta z grochu 50 g                  Pomidor 100 g                  Liść sałaty 5 g                  Chleb bałtownoski 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) 1 g                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p>Kisiel z cukrem 200 ml</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Filet z piersi kurczaka gotowany/parowany 100 g                  Sos pietruszkowy 150 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g                  Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt</p>	<p>Ser żółty Gouda 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 60 g (<b>SOJA, MLEKO</b>)                  Włoszczyzna paski gotowana 100 g (<b>SELER</b>)                  Liść sałaty 5 g                  Herbata b/cukru 300 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</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>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 507  <b>Białko ogółem [g]</b> 108,5  <b>Tłuszcz [g]</b> 98,2  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 319,3  <b>Sól [g]</b> 8,6  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 43  <b>Glukoza [g]</b> 9,5  <b>Fruktoza [g]</b> 8,8  <b>Laktoza [g]</b> 9,7                  Błonnik pokarmowy [g] 30                  suma cukrów prostych [g] 90,4                  Witamina A [mg] 1 879                  Witamina C [mg] 181,2                  WW [Por] 31,9                  Sód [mg] 3 286,9</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-11 do dnia 2026-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-13 poniedziałek	LORO podstawowa	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Papryka świeża 100 g</p> <p>Liść sałaty 5 g</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Chleb bałnowoski 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>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Ketchup 10 g</p> <p>Parówka lux drobiowo wieprzowa 100 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)</p> <p>Bułka pszenna (50g) 1 g</p>	<p>Zupa grochowa 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Kotlet pożarski wieprzowy pieczony 100 g (<b>GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p> <p>Surówka z marchewki z olejem rzepakowym 200 g</p> <p>Ziemniaki gotowane 200 g</p>	Jabłko 1szt 120 g	<p>Wędlina Szynka Krucha wieprzowa 40 g</p> <p>Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 40 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Chleb bałnowoski 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>Salatka warzywna ze świeżych warzyw z olejami i pestkami dyni 100 g</p> <p>Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 776,4</p> <p><b>Białko ogółem [g]</b> 81,6</p> <p><b>Tłuszcz [g]</b> 141,5</p> <p><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 297,7</p> <p><b>Sól [g]</b> 8,1</p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 54,1</p> <p><b>Glukoza [g]</b> 9,6</p> <p><b>Fruktoza [g]</b> 15,5</p> <p><b>Laktoza [g]</b> 14,7</p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,8</p> <p><b>suma cukrów prostych [g]</b> 70,3</p> <p><b>Witamina A [mg]</b> 3 980,6</p> <p><b>Witamina C [mg]</b> 225,1</p> <p><b>WW [Por]</b> 29,7</p> <p><b>Sód [mg]</b> 2 733,2</p>
	LORO łatwastrawna	<p>Kasza manna na mleku 350ml 300 ml (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Parówka lux drobiowo wieprzowa 100 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)</p> <p>Liść sałaty 5 g</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Chleb bałnowoski psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Bułka pszenna (50g) 1 g</p> <p>Ketchup 10 g</p>	<p>Zupa grysikowa 300 ml (<b>SELER, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Ziemniaki gotowane 200 g</p> <p>Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 100 g (<b>GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Sos pietruszkowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Buraczki gotowane z olejem 200 g</p> <p>Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p>	Jabłko 1szt 120 g	<p>Wędlina Szynkowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 40 g</p> <p>Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 40 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Chleb bałnowoski psz-żył 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Salatka warzywna ze świeżych warzyw z olejami i pestkami dyni 100 g</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 847</p> <p><b>Białko ogółem [g]</b> 84,3</p> <p><b>Tłuszcz [g]</b> 141,9</p> <p><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 303,2</p> <p><b>Sól [g]</b> 11,6</p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 53,5</p> <p><b>Glukoza [g]</b> 6,5</p> <p><b>Fruktoza [g]</b> 12,7</p> <p><b>Laktoza [g]</b> 15,7</p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,7</p> <p><b>suma cukrów prostych [g]</b> 68,5</p> <p><b>Witamina A [mg]</b> 980,8</p> <p><b>Witamina C [mg]</b> 96,4</p> <p><b>WW [Por]</b> 30,4</p> <p><b>Sód [mg]</b> 3 728,9</p>
	LORO z ograniczeniem łatwo przyswajalności węglowodanów	<p>Kawa zbożowa na mleku bez cukru 300 ml (<b>MLEKO, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Parówka lux drobiowo wieprzowa 100 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)</p> <p>herbata bez cukru 300 ml</p> <p>Chleb razowy psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Papryka świeża 100 g</p> <p>Liść sałaty 5 g</p> <p>Bułka IG 1 szt 50 g</p> <p>Ketchup 10 g</p>	<p>Budyń na mleku bez cukru 200 ml (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Zupa grochowa 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>Ziemniaki gotowane 200 g</p> <p>Surówka z marchewki z olejem rzepakowym 200 g</p> <p>Kompot owocowy b/c 300 ml</p> <p>Sos pietruszkowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p>	Jabłko 1szt 120 g	<p>Wędlina Szynka Krucha wieprzowa/ 83% mięsa 40 g</p> <p>Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 40 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>herbata bez cukru 300 ml</p> <p>Chleb razowy psz-żył 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Salatka warzywna ze świeżych warzyw z olejami i pestkami dyni 100 g</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-11 do dnia 2026-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-13 poniedziałek	LORO wysokobiałkowa	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Parówka lux drobiowo wieprzowa 100 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)                  Pomidor 100 g                  Liść sałaty 5 g                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb bałnowoski psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb razowy psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Bułka pszenna (50g) 1 g                  Ketchup 10 g</p>	<p>Budyń na mleku bez cukru 200 ml (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Zupa grochowa 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 100 g (<b>GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ</b>)                  Buraczki gotowane z olejem 100 g                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml                  Surówka z marchewki z olejem rzepakowym 100 g</p>	<p>Jabłko 1szt 120 g</p>	<p>Wędlina Szynka Krucha wieprzowa/ 83% mięsa 60 g                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb bałnowoski psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Sałatka warzywna ze świeżych warzyw z olejami i pestkami dyni 100 g                  Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb razowy psz-żyt 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>)</p> <p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 974,4</b>  <b>Białko ogółem [g] 92,3</b>  <b>Tłuszcz [g] 145,2</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 328</b>  <b>Sól [g] 9,2</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 56,3</b>  <b>Glukoza [g] 7,7</b>  <b>Fruktoza [g] 13,7</b>  <b>Laktoza [g] 21,8</b>                  Błonnik pokarmowy [g] 31                  suma cukrów prostych [g] 84,7                  Witamina A [mg] 2 303,8                  Witamina C [mg] 100,5                  WW [Por] 32,8                  Sód [mg] 3 181,5</p>
2026-04-14 wtorek	LORO podstawowa	<p>Płatki jęczmienne na mleku 200 g (<b>MLEKO, GLU JĘCZ</b>)                  Sałatka jarzynowa (Grześ) 70 g (<b>JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM</b>)                  Jajko gotowane 50 g (<b>JAJA</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Liść sałaty 5 g                  Chleb bałnowoski psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Chleb razowy psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Bułka pszenna (50g) 1 g                  Pomidor 100 g</p>	<p>Rosół z makaronem nitki 300 g (<b>GLUTEN, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Udko z kurczaka pieczone 1szt 180 g (<b>GORCZY</b>)                  Surówka z rzodkwi, jogurtem i szczypiorem 200 g (<b>MLEKO</b>)                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p>	<p>Koktajl mleczny z bananem i maślanką 200 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Pasta twarogowa z pietruszką 50 g (<b>MLEKO</b>)                  Wędlina Połędwica Sopotka wieprzowa/ 54% mięsa wieprzowego 40 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)                  Ogórek kiszony 100 g                  Liść sałaty 5 g                  Chleb bałnowoski psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Chleb razowy psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 211,6</b>  <b>Białko ogółem [g] 95,1</b>  <b>Tłuszcz [g] 98,1</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 240,9</b>  <b>Sól [g] 7,3</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,9</b>  <b>Glukoza [g] 5,7</b>  <b>Fruktoza [g] 6,6</b>  <b>Laktoza [g] 15,7</b>                  Błonnik pokarmowy [g] 23,3                  suma cukrów prostych [g] 44                  Witamina A [mg] 1 235                  Witamina C [mg] 97,1                  WW [Por] 24,2                  Sód [mg] 2 811,6</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-11 do dnia 2026-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-14 wtorek	LORO łatwostrawna						<p>Płatki jęczmienne na mleku 200 g (<b>MLEKO, GLU JĘCZ</b>)                  Wędlina Szykowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 30 g                  Jajko gotowane 50 g (<b>JAJA</b>)                  Masło 10g 82% tłuszczu 2 szt                  Liść sałaty 5 g                  Chleb bałtownoski psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Pomidor 100 g                  Bułka pszenna (50g) 1 g</p>	<p>Rosół z makaronem nitki 300 g (<b>GLUTEN, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Marchew gotowana 200 g                  Udko z kurczaka gotowane 1szt 180 g                  Sos jarzynowy 100 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p>	<p>Koktajl mleczny z bananem i maślanką 200 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Pasta twarogowa z pietruszką 50 g (<b>MLEKO</b>)                  Wędlina Połędwica Sopotcka wieprzowa/ 54% mięsa wieprzowego 40 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)                  Chleb bałtownoski psz-żył 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Liść sałaty 5 g                  Pomidor 100 g                  Herbata b/cukru 300 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 256,9</b>  <b>Białko ogółem [g] 102,8</b>  <b>Tłuszcz [g] 89,9</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 259,4</b>  <b>Sól [g] 8</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 52,6</b>  <b>Glukoza [g] 8,2</b>  <b>Fruktoza [g] 9,9</b>  <b>Laktoza [g] 16</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 28,3</b>  <b>suma cukrów prostych [g] 53,4</b>  <b>Witamina A [mg] 4 483,2</b>  <b>Witamina C [mg] 92,7</b>  <b>WW [Por] 26</b>  <b>Sód [mg] 2 796,5</b></p>
	LORO z ograniczeniem łatwo przy. węglowodanów	Pomarańcza 265 g	<p>Rosół z makaronem razowym 300 ml (<b>GLUTEN, SELER, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Udko z kurczaka gotowane 1szt 180 g                  Sos jarzynowy 100 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Surówka z rzodkwi, jogurtem i szczypiorem 200 g (<b>MLEKO</b>)                  Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Koktajl mleczny z bananem i maślanką 200 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Pasta twarogowa z pietruszką 50 g (<b>MLEKO</b>)                  Wędlina Połędwica Sopotcka wieprzowa/ 54% mięsa wieprzowego 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>)                  Liść sałaty 5 g                  herbata bez cukru 300 ml                  Ogórek kiszony 100 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 309,5</b>  <b>Białko ogółem [g] 93,6</b>  <b>Tłuszcz [g] 90,5</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 284,8</b>  <b>Sól [g] 8</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,8</b>  <b>Glukoza [g] 9,9</b>  <b>Fruktoza [g] 10,5</b>  <b>Laktoza [g] 12,3</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 27,2</b>  <b>suma cukrów prostych [g] 55</b>  <b>Witamina A [mg] 1 330,1</b>  <b>Witamina C [mg] 189,6</b>  <b>WW [Por] 28,5</b>  <b>Sód [mg] 3 176,2</b></p>					
	LORO wysokobiałkowa	Pomarańcza 265 g	<p>Rosół z makaronem nitki 300 g (<b>GLUTEN, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml                  Surówka z rzodkwi, jogurtem i szczypiorem 200 g (<b>MLEKO</b>)                  Udko z kurczaka gotowane 1szt 180 g</p>	<p>Koktajl mleczny z bananem i maślanką 200 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Pasta z jajka ze szczypiorkiem i jogurtem 50 g (<b>JAJA, MLEKO</b>)                  Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Ogórek kiszony 50 g                  Pomidor 100 g                  Herbata b/cukru 300 g                  Wędlina Połędwica Sopotcka wieprzowa/ 54% mięsa wieprzowego 40 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)                  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>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 219,4</b>  <b>Białko ogółem [g] 93</b>  <b>Tłuszcz [g] 90</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 264,6</b>  <b>Sól [g] 7</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,4</b>  <b>Glukoza [g] 11,4</b>  <b>Fruktoza [g] 13,1</b>  <b>Laktoza [g] 14,1</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 28</b>  <b>suma cukrów prostych [g] 62,1</b>  <b>Witamina A [mg] 1 625,7</b>  <b>Witamina C [mg] 214,3</b>  <b>WW [Por] 26,5</b>  <b>Sód [mg] 2 696,2</b></p>					

2026-04-15 środa	LORO podstawowa	<p>Płatki owsiane na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT OWIES</b>)                  Pasztet z pieca z kruszonką                  wieprz-drob/ mięso wieprzowe 36%, kurczak 17% 80 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)                  Bułka pszenna (50g) 1 g                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Marchewka mini gotowana 100 g                  Liść sałaty 5 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>)</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Karkówka wieprzowa pieczona - duszona 100 g                  Sos meksykański 100 g (<b>GLUT PSZ</b>)                  Ryż brązowy gotowany 200 g                  Kompot owocowy b/c 250 ml                  Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 200 g (<b>SELER</b>)</p>	<p>Gruszka 120 g                  Biszkopty (g) 50 g</p>	<p>Wędlina Szynekowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 30 g                  Pasta z zielonego groszku 50 g                  Papryka trio gotowana 100 g                  Liść sałaty 5 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>)                  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] 2 735,8  <b>Białko ogółem [g]</b>                  86,1  <b>Tłuszcz [g]</b> 109,9  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 360,9  <b>Sól [g]</b> 9,3  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 44,7  <b>Gluukoza [g]</b> 8,5  <b>Fruktoza [g]</b> 16,3  <b>Laktoza [g]</b> 8,4                  Błonnik pokarmowy [g] 41,2                  suma cukrów prostych [g] 59,1                  Witamina A [mg] 4 213,4                  Witamina C [mg] 203,7                  WW [Por] 36,2                  Sód [mg] 2 988,1</p>
	LORO łatwastrawna	<p>Wędlina poładwica miodowa drobiowa 60 g (<b>SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)                  Dżem truskawkowy 1szt 25 g                  Marchewka mini gotowana 100 g                  Liść sałaty 5 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                  Bułka pszenna (50g) 1 g                  Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLEKO, GLUT OWIES</b>)</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Kasza jęczmienna gotowana 230 g (<b>GLU JĘCZ</b>)                  Gulasz drobiowy z kurczaka(udziec z kurczaka) 150 g (<b>MLEKO, SELER</b>)                  Mieszanka królewska gotowana (brokuł,kalafior,march.) z olejem 200 g (<b>SELER</b>)                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p>	<p>Gruszka 120 g                  Biszkopty (g) 50 g</p>	<p>Wędlina Szynekowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 80 g                  Pomidor 100 g                  Liść sałaty 5 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</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b>                  [kcal] 2 711,1  <b>Białko ogółem [g]</b>                  95  <b>Tłuszcz [g]</b> 98,4  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 366  <b>Sól [g]</b> 8,1  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,1  <b>Gluukoza [g]</b> 19  <b>Fruktoza [g]</b> 24,8  <b>Laktoza [g]</b> 12,4                  Błonnik pokarmowy [g] 34,5                  suma cukrów prostych [g] 93,7                  Witamina A [mg] 2 670,8                  Witamina C [mg] 129,7                  WW [Por] 36,8                  Sód [mg] 2 744</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-11 do dnia 2026-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-15 środa	LORO z ograniczeniem łatwo przyswlepowodanów	<p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300 ml (<b>MLEKO, GLU JĘCZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Paszтет z pieca z kruszonką wieprz-drob/ mięso wieprzowe 36%, kurczak 17% 80 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)</p> <p>Chleb razowy psz-żyт 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Marchewka mini gotowana 100 g</p> <p>Liść sałaty 5 g</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Bułka IG 1 szt 1 g</p>	<p>Kefir rozlewany 200 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Ryż brązowy gotowany 200 g</p> <p>Karkówka wieprzowa pieczona - duszona 100 g</p> <p>Sos meksykański 100 g (<b>GLUT PSZ</b>)</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 200 g (<b>SELER</b>)</p> <p>Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Gruszka 120 g</p> <p>wafle ryżowe 1szt/10g 50 g</p>	<p>Wędlina Szynekowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 30 g</p> <p>Pasta z zielonego groszku 50 g</p> <p>Papryka trio gotowana 100 g</p> <p>Liść sałaty 5 g</p> <p>Chleb razowy psz-żyт 160 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><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 752,3</b></p> <p><b>Białko ogółem [g] 82,1</b></p> <p><b>Tłuszcz [g] 109,4</b></p> <p><b>Węglowodany ogółem [g] 370,8</b></p> <p><b>Sól [g] 9,3</b></p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,8</b></p> <p><b>Glukoza [g] 8,6</b></p> <p><b>Fruktoza [g] 16,5</b></p> <p><b>Laktoza [g] 12,1</b></p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g] 42,2</b></p> <p><b>suma cukrów prostych [g] 65,3</b></p> <p><b>Witamina A [mg] 4 221,8</b></p> <p><b>Witamina C [mg] 203,1</b></p> <p><b>WW [Por] 37,2</b></p> <p><b>Sód [mg] 3 218,1</b></p>
	LORO wysokobiałkowa	<p>Platki owsiane na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT OWIES</b>)</p> <p>Paszтет z pieca z kruszonką wieprz-drob/ mięso wieprzowe 36%, kurczak 17% 80 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)</p> <p>Chleb razowy psz-żyт 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Marchewka mini gotowana 100 g</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Liść sałaty 5 g</p> <p>Bułka pszenna (50g) 1 g</p> <p>Chleb bałtnowski psz-żyт 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p>Kefir rozlewany 200 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Ryż brązowy gotowany 200 g</p> <p>Karkówka wieprzowa pieczona - duszona 100 g</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 200 g (<b>SELER</b>)</p> <p>Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p> <p>Sos meksykański 100 g (<b>GLUT PSZ</b>)</p>	<p>Gruszka 120 g</p> <p>Biszkopty (g) 50 g</p>	<p>Wędlina Szynekowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 30 g</p> <p>Liść sałaty 5 g</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Chleb bałtnowski psz-żyт 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Chleb razowy psz-żyт 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Pasta z zielonego groszku 50 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 846,8</b></p> <p><b>Białko ogółem [g] 92,4</b></p> <p><b>Tłuszcz [g] 113,6</b></p> <p><b>Węglowodany ogółem [g] 372,8</b></p> <p><b>Sól [g] 9,5</b></p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47</b></p> <p><b>Glukoza [g] 8</b></p> <p><b>Fruktoza [g] 16,5</b></p> <p><b>Laktoza [g] 16,6</b></p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g] 40,5</b></p> <p><b>suma cukrów prostych [g] 70,4</b></p> <p><b>Witamina A [mg] 3 732,3</b></p> <p><b>Witamina C [mg] 76,2</b></p> <p><b>WW [Por] 37,4</b></p> <p><b>Sód [mg] 3 070,3</b></p>

2026-04-16 czwartek	LORO podstawowa	<p>Kasza kuskus na mleku 200 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Twaróg - plastry 55 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Dżem truskawkowy 1szt 25 g</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Liść salaty 5 g</p> <p>Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Bułka pszenna (50g) 50 g</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Papryka świeża 50 g</p>		<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Gulasz z szynki wieprzowej 150 g (<b>MLEKO, SELER</b>)</p> <p>Kasza gryczana gotowana 200 g</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 200 g</p> <p>Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p>	<p>Maślanka 200 ml (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Salatka makaronowa z szynką, papryką i kukurydzą 80 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZY, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Ser żółty Gouda 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Pomidor ze szczypiorem 100 g</p> <p>Liść salaty 5 g</p> <p>Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Herbata b/cukru 250 g</p> <p>Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 594,6</p> <p><b>Białko ogółem [g]</b> 92,9</p> <p><b>Tłuszcz [g]</b> 92,3</p> <p><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 355,7</p> <p><b>Sól [g]</b> 7</p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,1</p> <p><b>Glukoza [g]</b> 19,8</p> <p><b>Fruktoza [g]</b> 20,5</p> <p><b>Laktoza [g]</b> 19</p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,8</p> <p><b>suma cukrów prostych [g]</b> 89,2</p> <p><b>Witamina A [mg]</b> 1 364,5</p> <p><b>Witamina C [mg]</b> 254,8</p> <p><b>WW [Por]</b> 35,6</p> <p><b>Sód [mg]</b> 2 529,1</p>
	LORO łatwastrawna	<p>Kasza kuskus na mleku 200 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Twaróg - plastry 55 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Dżem truskawkowy 1szt 25 g</p> <p>Chleb bałnowoski psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Liść salaty 5 g</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Bułka pszenna (50g) 50 g</p>		<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Gulasz z szynki wieprzowej 150 g (<b>MLEKO, SELER</b>)</p> <p>Ziemniaki gotowane 200 g</p> <p>Marchew w kostkę gotowana 200 g</p> <p>Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p>	<p>Maślanka 200 ml (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Serek Kiri kostka 17 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Chleb bałnowoski psz-żył 130 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Liść salaty 5 g</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Wędlina Delikatesowa drobiowa 50% indyka/40% kurczak/ grubo rozdrobniona 60 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 240,1</p> <p><b>Białko ogółem [g]</b> 82,6</p> <p><b>Tłuszcz [g]</b> 82,5</p> <p><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 308,2</p> <p><b>Sól [g]</b> 7</p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 41,4</p> <p><b>Glukoza [g]</b> 18,9</p> <p><b>Fruktoza [g]</b> 20,7</p> <p><b>Laktoza [g]</b> 19,2</p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26,8</p> <p><b>suma cukrów prostych [g]</b> 89,1</p> <p><b>Witamina A [mg]</b> 4 128</p> <p><b>Witamina C [mg]</b> 117,3</p> <p><b>WW [Por]</b> 30,9</p> <p><b>Sód [mg]</b> 2 337,3</p>
	LORO z ograniczeniem łatwo przyswajalności węglowodanów	<p>Kawa na mleku 300 ml (<b>MLEKO, GLU JĘCZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Twaróg - plastry 80 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Chleb razowy psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Liść salaty 5 g</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Bułka IG 1 szt 50 g</p> <p>Herbata b/cukru 250 g</p> <p>Papryka świeża 50 g</p>	<p>Kisiel z jabłkiem bez cukru 200 ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Kasza gryczana gotowana 200 g</p> <p>Gulasz z szynki wieprzowej 150 g (<b>MLEKO, SELER</b>)</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 200 g</p> <p>Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p>	<p>Maślanka 200 ml (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Salatka makaronowa z szynką, papryką i kukurydzą 80 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZY, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Chleb razowy psz-żył 130 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Pomidor ze szczypiorem 100 g</p> <p>Liść salaty 5 g</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Ser żółty Gouda 20 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 591,8</p> <p><b>Białko ogółem [g]</b> 97,8</p> <p><b>Tłuszcz [g]</b> 98,9</p> <p><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 330,2</p> <p><b>Sól [g]</b> 6,2</p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 39,2</p> <p><b>Glukoza [g]</b> 8,5</p> <p><b>Fruktoza [g]</b> 9,7</p> <p><b>Laktoza [g]</b> 25,8</p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,5</p> <p><b>suma cukrów prostych [g]</b> 72,6</p> <p><b>Witamina A [mg]</b> 1 406</p> <p><b>Witamina C [mg]</b> 245,9</p> <p><b>WW [Por]</b> 33</p> <p><b>Sód [mg]</b> 2 483,5</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-11 do dnia 2026-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-16 czwartek	LORO wysokobiałkowa	<p>Kasza kuskus na mleku 200 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Twaróg - plastry 60 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb bałnowoski psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Pomidor 100 g                  Herbata b/cukru 300 g                  Liść sałaty 5 g                  Bułka pszenna (50g) 50 g                  Chleb razowy psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Dżem truskawkowy 1szt 25 g</p>	<p>Kisiel z jabłkiem bez cukru 200 ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Kasza gryczana gotowana 200 g                  Gulasz z szynki wieprzowej 200 g (<b>MLEKO, SELER</b>)                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml                  Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 200 g</p>	<p>Maślanka 200 ml (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Ser żółty Gouda 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Sałatka makaronowa z szynką, papryką i kukurydzą 80 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZY, GLUT PSZ</b>)                  Chleb bałnowoski psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Pomidor 100 g                  Herbata b/cukru 300 g                  Liść sałaty 5 g                  Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)                  Chleb razowy psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b>                  [kcal] 2 647,6  <b>Białko ogółem [g]</b>                  99,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 87,7  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 371,6                  Sól [g] 7,3  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,5                  Glukoza [g] 19,8                  Frukttoza [g] 21,2                  Laktoza [g] 19,2                  Błonnik pokarmowy [g] 28,1                  suma cukrów prostych [g] 100,3                  Witamina A [mg] 1 161,3                  Witamina C [mg] 193,5                  WW [Por] 37,2                  Sód [mg] 2 657,7</p>
2026-04-17 piątek	LORO podstawowa	<p>Płatki owsiane na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT OWIES</b>)                  Pasta z jajka 40 g (<b>JAJA, MLEKO</b>)                  Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (<b>SOJA, MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb bałnowoski psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Bułka pszenna (50g) 1 g                  Ogórek kiszony 100 g                  Liść sałaty 5 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb razowy psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Kotlet rybny z łososia pieczony 100 g (<b>JAJA, RYBY, GLUT PSZ</b>)                  Surówka z kapusty kiszonej z olejem rzepakowym 200 g                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml                  Ziemniaki gotowane 200 g</p>	<p>Jogurt naturalny 200 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Szynkowa z indyka (Giż) 40 g                  Herbata b/cukru 250 g                  Chleb bałnowoski psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Liść sałaty 5 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Marchewka w kostkę ze słonecznikiem 100 g                  Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)                  Chleb razowy psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b>                  [kcal] 2 428,8  <b>Białko ogółem [g]</b>                  89,7  <b>Tłuszcz [g]</b> 115,2  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 264,8                  Sól [g] 13,3  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 47,2                  Glukoza [g] 5,1                  Frukttoza [g] 6,8                  Laktoza [g] 18,3                  Błonnik pokarmowy [g] 26,6                  suma cukrów prostych [g] 49,5                  Witamina A [mg] 3 614,3                  Witamina C [mg] 80,7                  WW [Por] 26,3                  Sód [mg] 4 447,3</p>	

2026-04-17 piątek	LORO łatwostrawna	<p>Płatki owsiane na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT OWIES</b>)                  Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (<b>SOJA, MLEKO</b>)                  Pasta z jajka 40 g (<b>JAJA, MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb bałtownoski psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Pomidor 100 g                  Liść sałaty 5 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Bułka pszenna (50g) 1 g</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Pulpet rybny z łososia parowany 100 g (<b>JAJA, RYBY, GLUT PSZ</b>)                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml                  Cukinia gotowana z ziołami 200 g                  Sos jarzynowy 100 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g</p>	<p>Jogurt naturalny 200 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Herbata b/cukru 300 g                  Chleb bałtownoski psz-żył 130 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Szynkowa z indyka (Giż) 40 g                  Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Marchewka w kostkę ze słonecznikiem 100 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 352,2  <b>Białko ogółem [g]</b> 93,6  <b>Tłuszcz [g]</b> 102,1  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 265,6  <b>Sól [g]</b> 12,2  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 47,3  <b>Glukoza [g]</b> 7,8  <b>Fruktoza [g]</b> 10,1  <b>Laktoza [g]</b> 18,7  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26,6  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 56,9  <b>Witamina A [mg]</b> 3 087,7  <b>Witamina C [mg]</b> 97,2  <b>WW [Por]</b> 26,6  <b>Sód [mg]</b> 3 780,3</p>	
	LORO z ograniczeniem łatwo przy. węglowodanów	<p>Kawa na mleku 300 ml (<b>MLEKO, GLU JĘCZ, GLUT ŻYT</b>)                  Pasta z jajka 40 g (<b>JAJA, MLEKO</b>)                  Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (<b>SOJA, MLEKO</b>)                  Chleb razowy psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Ogórek kiszony 100 g                  Liść sałaty 5 g                  Bułka IG 1 szt 5 g                  Herbata b/cukru 300 g</p>	<p>Banan 160 g</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Pulpet rybny z łososia parowany 100 g (<b>JAJA, RYBY, GLUT PSZ</b>)                  Sos jarzynowy 100 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 200 g                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p>	<p>Jogurt naturalny 200 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Szynkowa z indyka (Giż) 40 g                  Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb razowy psz-żył 130 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Marchewka w kostkę ze słonecznikiem 100 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 477,2  <b>Białko ogółem [g]</b> 88,5  <b>Tłuszcz [g]</b> 109,6  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 283,4  <b>Sól [g]</b> 13,8  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 47,2  <b>Glukoza [g]</b> 9,9  <b>Fruktoza [g]</b> 10,7  <b>Laktoza [g]</b> 23,5  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,9  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 77,9  <b>Witamina A [mg]</b> 3 902,3  <b>Witamina C [mg]</b> 94,5  <b>WW [Por]</b> 28,3  <b>Sód [mg]</b> 4 773,3</p>
	LORO wysokobiałkowa	<p>Płatki owsiane na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT OWIES</b>)                  Pasta z jajka 40 g (<b>JAJA, MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb bałtownoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Pomidor 100 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (<b>SOJA, MLEKO</b>)                  Liść sałaty 5 g                  Bułka pszenna (50g) 1 g                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p>Banan 160 g</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Pulpet rybny z łososia parowany 120 g (<b>JAJA, RYBY, GLUT PSZ</b>)                  Sos jarzynowy 100 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml                  Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 200 g</p>	<p>Jogurt naturalny 200 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Szynkowa z indyka (Giż) 40 g                  Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Herbata b/cukru 250 g                  Chleb bałtownoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Marchewka w kostkę ze słonecznikiem 100 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] 2 602,7  <b>Białko ogółem [g]</b> 96,7  <b>Tłuszcz [g]</b> 115,4  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 297,6  <b>Sól [g]</b> 12,4  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 48,6  <b>Glukoza [g]</b> 11,1  <b>Fruktoza [g]</b> 12,3  <b>Laktoza [g]</b> 18,7  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,3  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 73,9  <b>Witamina A [mg]</b> 4 007,8  <b>Witamina C [mg]</b> 112,9  <b>WW [Por]</b> 29,6  <b>Sód [mg]</b> 4 120,7</p>

2026-04-18 sobota	LORO podstawowa	<p>Kasza kukurydziana na mleku 200 g (<b>MLEKO</b>)                  Twaróg - plastry 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb razowy 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                  Pasta warzywna z gotowanych warzyw z ziołami 100 g (<b>SELER</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Salceson drobiowy - wieprzowy 40 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)</p>	<p>Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (<b>MLEKO, SELER</b>)                  Gulasz z wątróbki drobiowej 150 g (<b>SELER, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 200 g                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p>	Banan 200 g	<p>Paprykarz/ 40% łosoś 60 g (<b>RYBY</b>)                  Serek wiejski 50 g (<b>MLEKO</b>)                  Pomidory z jogurtem 100 g (<b>MLEKO</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</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>)                  Chleb pszenny 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ</b>)                  Herbata b/cukru 300 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 527</b>  <b>Białko ogółem [g] 79</b>  <b>Tłuszcz [g] 108,6</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 309,5</b>  <b>Sól [g] 7,2</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,9</b>  <b>Glukoza [g] 10,1</b>  <b>Fruktoza [g] 10,8</b>  <b>Laktoza [g] 10,2</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 27,5</b>  <b>suma cukrów prostych [g] 76,7</b>  <b>Witamina A [mg] 8 726,7</b>  <b>Witamina C [mg] 149,4</b>  <b>WW [Por] 31,2</b>  <b>Sód [mg] 2 629,3</b></p>
	LORO łatwastrawna	<p>Kasza kukurydziana na mleku 200 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb bałnowoski psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Pasta warzywna z gotowanych warzyw z ziołami 100 g (<b>SELER</b>)                  Liść sałaty 5 g                  Twaróg - plastry 80 g (<b>MLEKO</b>)                  Bułka pszenna (50g) 50 g                  Herbata b/cukru 300 g</p>	<p>Zupa ziemniaczana z koperkiem 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Gulasz z wątróbki drobiowej 150 g (<b>SELER, GLUT PSZ</b>)                  Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 200 g                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p>	Banan 200 g	<p>Wędlina Delikatesowa drobiowa 50% indyka/40% kurczak/ grubo rozdrobniona 40 g                  Serek wiejski 50 g (<b>MLEKO</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Pomidory z jogurtem 100 g (<b>MLEKO</b>)                  Liść sałaty 5 g                  Chleb bałnowoski psz-żył 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Herbata b/cukru 300 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 513,9</b>  <b>Białko ogółem [g] 88</b>  <b>Tłuszcz [g] 97,1</b>  <b>Węglowodany ogółem [g] 317,3</b>  <b>Sól [g] 8,6</b>  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6</b>  <b>Glukoza [g] 10,1</b>  <b>Fruktoza [g] 10,9</b>  <b>Laktoza [g] 11,7</b>  <b>Błonnik pokarmowy [g] 28,8</b>  <b>suma cukrów prostych [g] 78</b>  <b>Witamina A [mg] 8 744,1</b>  <b>Witamina C [mg] 145,4</b>  <b>WW [Por] 32</b>  <b>Sód [mg] 2 905,5</b></p>

2026-04-18 sobota	LORO z ograniczeniem łatwo przyswlepowodanów	<p>Kawa na mleku 300 ml (<b>MLEKO, GLU JĘCZ, GLUT ŻYT</b>)                  Salceson drobiowo - wieprzowy 40 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)                  Chleb razowy psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Liść sałaty 5 g                  Twaróg - plastry 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Pasta warzywna z gotowanych warzyw z ziołami 100 g (<b>SELER</b>)                  Bułka IG 1 szt 50 g                  Herbata b/cukru 300 g</p>	<p>Kisiel bez cukru 200 ml</p>	<p>Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (<b>MLEKO, SELER</b>)                  Gulasz z wątróbki drobiowej 150 g (<b>SELER, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 200 g                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p>	<p>Banan 200 g</p>	<p>Paprykarz/ 40% łośoś 60 g (<b>RYBY</b>)                  Serek wiejski 50 g (<b>MLEKO</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Liść sałaty 5 g                  Pomidory z jogurtem 100 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb razowy psz-żył 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Herbata b/cukru 300 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b>                  [kcal] 2 675,5  <b>Białko ogółem [g]</b>                  79,6  <b>Tłuszcz [g]</b> 114,1  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 330,1  <b>Sól [g]</b> 7  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 42,2                  Glukoza [g] 10,1                  Fruktოza [g] 10,9                  Laktoza [g] 15,6                  Błonnik pokarmowy [g] 29,4                  suma cukrów prostych [g] 98,8                  Witamina A [mg] 8 764,1                  Witamina C [mg] 151,3                  WW [Por] 33,2                  Sód [mg] 2 708,2</p>
	LORO wysokobiałkowa	<p>Kasza kukurydziana na mleku 200 g (<b>MLEKO</b>)                  Salceson drobiowo - wieprzowy 40 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)                  Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Pasta warzywna z gotowanych warzyw z ziołami 100 g (<b>SELER</b>)                  Liść sałaty 5 g                  Twaróg - plastry 60 g (<b>MLEKO</b>)                  Bułka pszenna (50g) 50 g                  Chleb razowy psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p>Kisiel bez cukru 200 ml</p>	<p>Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (<b>MLEKO, SELER</b>)                  Gulasz z wątróbki drobiowej 150 g (<b>SELER, GLUT PSZ</b>)                  surówka z białej kapusty 200 g                  Kompot owocowy z cukrem 300 ml                  Ziemniaki gotowane 200 g</p>	<p>Pomarańcza 265 g</p>	<p>Paprykarz/ 40% łośoś 60 g (<b>RYBY</b>)                  Serek wiejski 50 g (<b>MLEKO</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>)                  Pomidory z jogurtem 100 g (<b>MLEKO</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] 2 568,6  <b>Białko ogółem [g]</b>                  82,1  <b>Tłuszcz [g]</b> 109,8  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 321,3  <b>Sól [g]</b> 6,2  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 41,3                  Glukoza [g] 12,4                  Fruktοza [g] 13,7                  Laktoza [g] 10,9                  Błonnik pokarmowy [g] 29,4                  suma cukrów prostych [g] 82,5                  Witamina A [mg] 9 505,3                  Witamina C [mg] 299,4                  WW [Por] 32                  Sód [mg] 2 260,9</p>

2026-04-19 niedziela	LORO podstawowa	<p>Kasza manna na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Wędlina Połudwica Sopotcka wieprzowa/ 54% mięsa wieprzowego 40 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)</p> <p>Pasta z białej fasoli z cebulką i jabłkiem 70 g</p> <p>Chleb bałnowoski psz-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Liść sałaty 5 g</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Buraczki gotowane w plastrach 100 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>Zupa krupnik z ziemniakami 300 g (<b>SELER, GLU JĘCZ</b>)</p> <p>Schab wieprzowy gotowany/parowany 100 g</p> <p>Ziemniaki gotowane 200 g</p> <p>Sos pieczeniowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Surówka z marchewki, jabłka, jogurtu (Surówka francuska) 100 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p>	<p>Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 100 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Wędlina kielbasa kminkowa 20 g</p> <p>Galeretka drobiowa 70 g</p> <p>Ogórek kiszony w plastry 100 g</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Liść sałaty 5 g</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Chleb bałnowoski psz-żył 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-żył 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 271,9</p> <p><b>Białko ogółem [g]</b> 103,8</p> <p><b>Tłuszcz [g]</b> 84,8</p> <p><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 276,3</p> <p><b>Sól [g]</b> 8,8</p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 38,9</p> <p><b>Glukoza [g]</b> 3,5</p> <p><b>Fruktoza [g]</b> 5,6</p> <p><b>Laktoza [g]</b> 10,8</p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,4</p> <p><b>suma cukrów prostych [g]</b> 53,2</p> <p><b>Witamina A [mg]</b> 1 819,5</p> <p><b>Witamina C [mg]</b> 53,4</p> <p><b>WW [Por]</b> 27,6</p> <p><b>Sód [mg]</b> 3 239,2</p>
	LORO łatwastrawna	<p>Kasza manna na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p> <p>Chleb bałnowoski psz-żył 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Buraczki gotowane w plastrach 100 g</p> <p>Liść sałaty 5 g</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Wędlina Delikatesowa drobiowa 50% indyka/40% kurczak/ grubo rozdrobniona 80 g</p> <p>Bułka pszenna (50g) 1 g</p>		<p>Zupa krupnik z ziemniakami 300 g (<b>SELER, GLU JĘCZ</b>)</p> <p>Schab wieprzowy gotowany/parowany 100 g</p> <p>Ziemniaki gotowane 200 g</p> <p>Mieszanka królewska gotowana (brokuł,kalafior,march.) z olejem 200 g (<b>SELER</b>)</p> <p>Kompot owocowy z cukrem 300 ml</p> <p>Sos pieczeniowy jasny 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p>	<p>Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 100 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Wędlina połędwica Ani drobiowa z kurcząt 20 g (<b>GLUTEN, JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SEZAM</b>)</p> <p>Galeretka drobiowa 70 g</p> <p>Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Liść sałaty 5 g</p> <p>Chleb bałnowoski psz-żył 160 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p> <p>Herbata b/cukru 300 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 559,9</p> <p><b>Białko ogółem [g]</b> 107,4</p> <p><b>Tłuszcz [g]</b> 115,7</p> <p><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 268,8</p> <p><b>Sól [g]</b> 7,6</p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 41,4</p> <p><b>Glukoza [g]</b> 4,7</p> <p><b>Fruktoza [g]</b> 6,7</p> <p><b>Laktoza [g]</b> 11</p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,2</p> <p><b>suma cukrów prostych [g]</b> 53,4</p> <p><b>Witamina A [mg]</b> 1 144,6</p> <p><b>Witamina C [mg]</b> 129,1</p> <p><b>WW [Por]</b> 27</p> <p><b>Sód [mg]</b> 2 651,3</p>

2026-04-19 niedziela	LORO z ograniczeniem łatwo przy. węglowodanów	<p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 300 ml (<b>MLEKO, GLU JĘCZ, GLUT ŻYT</b>)                  Wędlina Połudwica Sopotcka wieprzowa/ 54% mięsa wieprzowego 40 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)                  Pasta z białej fasoli z cebulką i jabłkiem 70 g                  Chleb razowy psz-żyt 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Liść sałaty 5 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Buraczki gotowane w plastrach 100 g                  Bułka IG 1 szt 50 g</p>	<p>Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 160 g</p>	<p>Zupa krupnik z ziemniakami 300 g (<b>SELER, GLU JĘCZ</b>)                  Schab wieprzowy gotowany/parowany 100 g                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Surówka z marchewki, jabłka, jogurtu (Surówka francuska) 200 g                  Kompot owocowy b/c 300 ml                  Sos pieczeniowy jasny 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p>	<p>Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Wędlina kielbasa kminkowa 20 g                  Galeretka drobiowa 70 g                  Ogórek kiszony w plastry 100 g                  Liść sałaty 5 g                  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>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b>                  [kcal] 2 792,7  <b>Białko ogółem [g]</b>                  109,9  <b>Tłuszcz [g]</b> 123,8  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 319,9  <b>Sól [g]</b> 8,6  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 43,8  <b>Glukoza [g]</b> 7,5  <b>Fruktoza [g]</b> 8,9  <b>Laktoza [g]</b> 5,5                  Błonnik pokarmowy [g] 37                  suma cukrów prostych [g] 61,5                  Witamina A [mg] 3 417,4                  Witamina C [mg] 101,7                  WW [Por] 31,9                  Sód [mg] 3 297</p>
	LORO wysokobiałkowa	<p>Kasza manna na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb bałnowoski psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Pasta z białej fasoli z cebulką i jabłkiem 70 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Liść sałaty 5 g                  Wędlina Połudwica Sopotcka wieprzowa/ 54% mięsa wieprzowego 40 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY</b>)                  Bułka pszenna (50g) 1 g                  Buraczki gotowane w plastrach 100 g</p>	<p>Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 160 g</p>	<p>Zupa krupnik z ziemniakami 300 g (<b>SELER, GLU JĘCZ</b>)                  Schab wieprzowy gotowany/parowany 100 g                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Surówka z marchewki, jabłka, jogurtu (Surówka francuska) 200 g (<b>MLEKO</b>)                  Kompot owocowy b/c 300 ml                  Sos pieczeniowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)</p>	<p>Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 100 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Wędlina kielbasa kminkowa 20 g                  Galeretka drobiowa 70 g                  Herbata b/cukru 300 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Ogórek kiszony w plastry 50 g                  Liść sałaty 5 g                  Chleb bałnowoski 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>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b>                  [kcal] 2 246,9  <b>Białko ogółem [g]</b>                  103,6  <b>Tłuszcz [g]</b> 84,8  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 271,9  <b>Sól [g]</b> 7,6  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 38,9  <b>Glukoza [g]</b> 6,9  <b>Fruktoza [g]</b> 8,4  <b>Laktoza [g]</b> 11,1                  Błonnik pokarmowy [g] 31,5                  suma cukrów prostych [g] 67                  Witamina A [mg] 2 815,2                  Witamina C [mg] 99                  WW [Por] 27,1                  Sód [mg] 2 730,1</p>

2026-04-20 poniedziałek	LORO podstawowa	<p>Platki owsiane na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT OWIES</b>)                  Wędlina szynka gotowana Bieleśz 40 g                  Serek wiejski 50 g (<b>MLEKO</b>)                  Bułka pszenna (50g) 50 g                  Herbata b/cukru 300 g                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Liść sałaty 5 g                  Marchewka mini gotowana 100 g                  Chleb bałnowoski psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Chleb razowy psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)</p>	<p>Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Bigos z białej kapusty z mięsem wieprzowym 150 g (<b>SELER</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Jabłko 1szt 120 g                  Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Kiwi 1 szt 75 g                  wafle ryżowe 1szt/10g 20 g</p>	<p>Fasolka szparagowa z bułka tarta i olejem 100 g (<b>GLUT PSZ</b>)                  Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 40 g                  Herbata b/cukru 300 g                  Twaróg - plastry 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Chleb bałnowoski psz-żyt 40 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Liść sałaty 5 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] 2 129,8  <b>Białko ogółem [g]</b> 65,6  <b>Tłuszcz [g]</b> 80,6  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 287,6  <b>Sól [g]</b> 5,4  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 40,4  <b>Glukoza [g]</b> 11,8  <b>Fruktoza [g]</b> 16,9  <b>Laktoza [g]</b> 10,3  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,8  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 55  <b>Witamina A [mg]</b> 2 263,6  <b>Witamina C [mg]</b> 160,8  <b>WW [Por]</b> 28,8  <b>Sód [mg]</b> 1 372</p>
	LORO łatwostrawna	<p>Platki owsiane na mleku 200 ml (<b>MLEKO, GLUT OWIES</b>)                  Wędlina szynka gotowana Bieleśz 40 g                  Serek wiejski 50 g (<b>MLEKO</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Marchewka mini gotowana 100 g                  Liść sałaty 5 g                  Bułka pszenna (50g) 50 g                  Chleb bałnowoski psz-żyt 80 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Herbata b/cukru 300 g</p>	<p>Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 100 g (<b>GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ</b>)                  Sos pomidorowy 100 g (<b>MLEKO, GLUT PSZ</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Szpinak liściasty gotowany 200 g (<b>MLEKO</b>)                  Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Kiwi 1 szt 75 g                  wafle ryżowe 1szt/10g 20 g</p>	<p>Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 40 g                  Herbata b/cukru 300 g                  Chleb bałnowoski psz-żyt 130 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Liść sałaty 5 g                  Pomidor 100 g                  Twaróg - plastry 40 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 446  <b>Białko ogółem [g]</b> 91,5  <b>Tłuszcz [g]</b> 94,5  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 311  <b>Sól [g]</b> 7,6  <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 47,3  <b>Glukoza [g]</b> 9,4  <b>Fruktoza [g]</b> 10,6  <b>Laktoza [g]</b> 14,8  <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,5  <b>suma cukrów prostych [g]</b> 52,6  <b>Witamina A [mg]</b> 3 797,8  <b>Witamina C [mg]</b> 243,5  <b>WW [Por]</b> 31,1  <b>Sód [mg]</b> 2 048,8</p>
	LORO z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Kawa na mleku 250 ml (<b>MLEKO, GLUT JECZ, GLUT ŻYT</b>)                  Wędlina szynka gotowana Bieleśz 40 g                  Chleb razowy psz-żyt 80 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                  Pomidor 100 g                  Bułka IG 1 szt 50 g                  Serek wiejski 50 g (<b>MLEKO</b>)</p>	<p>Kisiel bez cukru 200 ml</p>	<p>Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami 300 g (<b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b>)                  Bigos z białej kapusty z mięsem wieprzowym 150 g (<b>SELER</b>)                  Ziemniaki gotowane 200 g                  Jabłko 1szt 120 g                  Kompot owocowy b/c 300 ml</p>	<p>Kiwi 1 szt 75 g                  wafle ryżowe 1szt/10g 20 g</p>	<p>Fasolka szparagowa z bułka tarta i olejem 100 g (<b>GLUT PSZ</b>)                  Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 40 g                  Twaróg - plastry 40 g (<b>MLEKO</b>)                  Masło 82% tłuszczu 20 g (<b>MLEKO</b>)                  Liść sałaty 5 g                  Chleb razowy psz-żyt 130 g (<b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b>)                  Herbata b/cukru 300 g</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-11 do dnia 2026-04-20 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-20, poniedziałek	LORO wyskokobiałkowa	Płatki owsiane na mleku 200 ml ( <b>MLEKO, GLUT OWIES</b> ) Wędlina szynka gotowana Bielesz 40 g Chleb bałtownoski psz-żyt 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 Marchewka mini gotowana 100 g Bułka pszenna (50g) 50 g Chleb razowy psz-żyt 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> ) Serek wiejski 50 g ( <b>MLEKO</b> )	Kisiel bez cukru 200 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami 300 g ( <b>MLEKO, SELER, GLUT PSZ</b> ) Bigos z białej kapusty z mięsem wieprzowym 150 g ( <b>SELER</b> ) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy b/c 300 ml Jabłko 1szt 120 g	Kiwi 1 szt 75 g wafle ryżowe 1szt/10g 20 g	Fasolka szparagowa z bułką tarta i olejem 200 g ( <b>GLUT PSZ</b> ) Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 40 g Herbata b/cukru 300 g Twaróg - plastry 40 g ( <b>MLEKO</b> ) Chleb bałtownoski psz-żyt 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> ) Masło 82% tłuszczu 20 g ( <b>MLEKO</b> ) Liść sałaty 5 g Chleb pszenny 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ</b> ) Chleb razowy psz-żyt 40 g ( <b>GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 291,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 68,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 85,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 315,9 <b>Sól [g]</b> 5,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 40,8 <b>Glukoza [g]</b> 12,5 <b>Fruktoza [g]</b> 17,8 <b>Laktoza [g]</b> 10,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 suma cukrów prostych [g] 69,2 <b>Witamina A [mg]</b> 2 323,2 <b>Witamina C [mg]</b> 176,5 <b>WW [Por]</b> 31,7 <b>Sód [mg]</b> 1 415,3
--------------------------	----------------------	--	-------------------------	--	---	---	---

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 ,