

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego
„Dobry posiłek w szpitalu”

	19.05.2025 poniedziałek		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Otręby na mleku 330 ml 1, 7 Twarożek półtłusty na jogurcie naturalnym 30 g 7 wędlina żywiecka 40 g Ser żółty 20 g 7 Sałata 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Otręby na mleku 330 ml 1, 7 Twarożek chudy z jogurtem naturalnym 30 g 7 dżem niskosłodzony 20 g Polędwica drobiowa 40 g Sałata 20 g Pomidor parzony 50 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Twarożek chudy z jogurtem naturalnym 30 g 7 dżem niskosłodzony 20 g Polędwica drobiowa 40 g Sałata 20 g Pomidor parzony 50 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Jogurt naturalny 150 g 7 Orzechy 20 g 5
OBIAD	Zupa ogórkowa zabelana 330 ml 1, 7 Kasza gryczana gotowana 100 g Pieczeń rzymska pieczona w sosie jarzynowym 140 g 1, 3, 7 Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ogórkowa zabelana 330 ml 1, 7 Kasza gryczana gotowana 100 g Pieczeń rzymska pieczona w sosie jarzynowym 140 g 1, 3, 7 Warzywa gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ogórkowa zabelana 330 ml 1, 7 Kasza gryczana gotowana 100 g Pieczeń rzymska pieczona w sosie jarzynowym 140 g 1, 3, 7 Warzywa gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml
KOLACJA	Sałata 20 g Papryka czerwona 80 g Pasta mięsna 30 g Wędlina z szynki 40 g Serek topiony 20 g 7 Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Sałata 20 g Pomidor parzony 100 g Pasta mięsna chuda 30 g Hummus wielowarzywny 30 g Wędlina drobiowa 20 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 20 g Pomidor parzony 100 g Pasta mięsna chuda 30 g Hummus wielowarzywny 30 g Wędlina drobiowa 20 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata napar bez cukru 250 ml
POSIEŁEK NOCNY	Sok pomidorowy 250 ml	Sok pomidorowy 250 ml	Sok pomidorowy 250 ml
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 2146 kcal; Białko ogółem: 85 g; Tłuszcz: 97 g; Kw. tł. nasy.: 44 g; Węglowodany ogółem: 215 g; W tym cukry: 45 g; Błonnik pok.: 38 g; Sól: 12 g;	Wartość energetyczna: 2058 kcal; Białko ogółem: 94 g; Tłuszcz: 72 g; Kw. tł. nasy.: 31 g; Węglowodany ogółem: 235 g; W tym cukry: 68 g; Błonnik pok.: 28 g; Sól: 9,7 g;	Wartość energetyczna: 2214 kcal; Białko ogółem: 99 g; Tłuszcz: 75; Kw. tł. nasy.: 31 g; Węglowodany ogółem: 254 g; W tym cukry: 86 g; Błonnik pok.: 35 g; Sól: 9,7 g;

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego
„Dobry posiłek w szpitalu”

	20.05.2025 wtorek		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 330 ml 1, 7 Serek almette 30 g 7 Wędlina wieprzowa 40 g Parówka drobiowa gotowana na ciepło 50 g Sałata 20 g Sałatka ogórkowa 80 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 330 ml 1, 7 Serek almette naturalny 30 g 7 Polędwica drobiowa 40 g Parówka z szynki gotowana 50 g Sałata 20 g Pomidor parzony 60 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Serek almette naturalny 30 g 7 Polędwica drobiowa 40 g Parówka z szynki gotowana 50 g Sałata 20 g Pomidor parzony 60 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Chleb graham 40 g 1 Masło 5 g 7 Sałata 5 g Paszтет drobiowy 20 g 1 Ogórek małosolny 30 g Kiełki 5 g
OBIAD	Zupa parzybroda 330 ml 7 Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet drobiowy smażony 140 g 1, 3 Mizeria 100 g 7 Kompot owocowy 250 ml	Zupa parzybroda 330 ml Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet drobiowy pieczony w piecu podany w sosie pietruszkowym 140 g 1, 3 brokuł gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa parzybroda 330 ml Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet drobiowy pieczony w piecu podany w sosie pietruszkowym 140 g 1, 3 brokuł gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml
KOLACJA	Sałata 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Serek fromage 25 g 7 Paszтет drobiowy 30 g 1, 3 Masło 20 g 7 Wędlina krakowska sucha 20 g Chleb żytni 80 g 1 Kawa inka bez cukru 250 ml	Sałata 20 g Pomidor parzony 80 g Serek fromage 25 g 7 Mus jabłkowy 60 g Szynka gotowana 40 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Kawa inka bez cukru 250 ml	Sałata 20 g Pomidor parzony 80 g Serek fromage 25 g 7 Mus jabłkowy 60 g Szynka gotowana 40 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Kawa inka bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Koktajl wieloowocowy na bazie kefiru 150 g 7	Koktajl wieloowocowy na bazie kefiru 150 g 7	Koktajl wieloowocowy na bazie kefiru 150 g 7
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 2263 kcal; Białko ogółem: 64 g; Tłuszcz: 98 g; Kw. tł. nasy.: 38 g; Węglowodany ogółem: 225 g; W tym cukry: 64 g; Błonnik pok.: 37 g; Sól: 12 g;	Wartość energetyczna: 2048 kcal; Białko ogółem: 84 g; Tłuszcz: 62; Kw. tł. nasy.: 31 g; Węglowodany ogółem: 212 g; W tym cukry: 58 g; Błonnik pok.: 30 g; Sól: 11 g;	Wartość energetyczna: 2182 kcal; Białko ogółem: 91 g; Tłuszcz: 64; Kw. tł. nasy.: 33 g; Węglowodany ogółem: 231 g; W tym cukry: 68 g; Błonnik pok.: 32 g; Sól: 12 g;

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego
„Dobry posiłek w szpitalu”

	21.05.2025 środa		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKROW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe gotowane na mleku 330 ml 7 Twarożek półtłusty Z jogurtem naturalnym 30 g 7 Szynek wieprzowy 40 g Ser żółty 20 g 7 Sałata rukola 20 g Ogórek zielony 100 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Płatki ryżowe gotowane na mleku 330 ml 7 Twarożek chudy z jogurtem naturalnym 30 g 7 Wędlina drobiowa 40 g Hummus z cukiinii 30 g Sałata 20 g Pomidor parzony 100 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Twarożek chudy z jogurtem naturalnym 30 g 7 Wędlina drobiowa 40 g Hummus z cukiinii 30 g Sałata 20 g Pomidor parzony 100 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Salatka z pomidora, mozzarelli i słonecznika z kiełkami 150 g 7
OBIAD	Barszcz czerwony bez zabielenia 330 ml Naleśniki z serem waniliowym i polewą owocową 140 g 1, 3, 7 Kompot owocowy 250 ml	Barszcz czerwony bez zabielenia 330 ml Ryż brązowy gotowany 100 g Udko gotowane w sosie jarzynowym 140 g 1, 7 surówka z marchewki i jabłka 100 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz czerwony bez zabielenia 330 ml Ryż brązowy gotowany 100 g Udko gotowane w sosie jarzynowym 140 g 1, 7 surówka z marchewki i jabłka 100 g Kompot owocowy 250 ml
KOLACJA	Sałata 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Pasta rybna 40 g 4 Kiełbasa żywiecka chuda 40 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Sałata 20 g Pomidor parzony 80 g Pasta rybna z tuńczyka 40 g 4 Polędwica drobiowa 40 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Sałata 20 g Pomidor parzony 80 g Pasta rybna z tuńczyka 40 g 4 Polędwica drobiowa 40 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Jogurt owocowy 150 g 7	Jogurt naturalny 150 g 7	Jogurt naturalny 150 g 7
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 2276 kcal; Białko ogółem: 94 g; Tłuszcz: 103 g; Kw. tł. nasy.: 47 g; Węglowodany ogółem: 202 g; W tym cukry: 51 g; Błonnik pok.: 35 g; Sól: 11 g;	Wartość energetyczna: 2069 kcal; Białko ogółem: 92 g; Tłuszcz: 64 g; Kw. tł. nasy.: 27 g; Węglowodany ogółem: 220 g; W tym cukry: 55 g; Błonnik pok.: 32 g; Sól: 10 g;	Wartość energetyczna: 2279 kcal; Białko ogółem: 103 g; Tłuszcz: 74 g; Kw. tł. nasy.: 30 g; Węglowodany ogółem: 223 g; W tym cukry: 55 g; Błonnik pok.: 33 g; Sól: 12 g;

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego
„Dobry posiłek w szpitalu”

	22.05.2025 czwartek		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Musli na mleku 330 ml 1, 7 Almette serek 30 g 7 Polędwica sopocka 40 g Jajko gotowane 52 g 3 Sałata roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 100 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Musli na mleku 330 ml 1, 7 Serek almette naturalny 60 g 7 Polędwica z indyka 40 g Jajko gotowane 52 g 3 Sałata roszponka 20 g Pomidor parzony 100 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Serek almette naturalny 60 g 7 Polędwica z indyka 40 g Jajko gotowane 52 g 3 Sałata roszponka 20 g Pomidor parzony 100 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Jogurt naturalny 150 g 7 Migdały 10 g 5
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 350 ml 7 Ziemniaki gotowane 200 g Sztuka mięsa pieczona w piecu podana z sosem chrzanowym kremowym 140 g 1, 7 Surówka z kapusty pekińskiej z fasolą czerwoną 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml Ziemniaki gotowane 200 g Sztuka mięsa pieczona w piecu podana z sosem chrzanowym kremowym 140 g 1 bukiet warzyw gotowany 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml Ziemniaki gotowane 200 g Sztuka mięsa pieczona w piecu podana z sosem chrzanowym kremowym 140 g 1 bukiet warzyw gotowany 100 g Kompot owocowy 250 ml
KOLACJA	Sałata lodowa 20 g Papryka kolorowa 100 g Serek kanapkowy z ziołami 30 g 7 Kiełbasa krakowska parzona 40 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Sałata lodowa 20 g Pomidor parzony 100 g Serek kanapkowy z ziołami 30 g 7 Kiełbasa wieprzowa 40 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Sałata lodowa 20 g Pomidor parzony 100 g Serek kanapkowy z ziołami 30 g 7 Kiełbasa wieprzowa 40 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Mus warzywno-owocowy 100 g	Smoothie seler naciowy i pietruszka 250 ml 9	Smoothie seler naciowy i pietruszka 250 ml 9
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 2016 kcal; Białko ogółem: 92 g; Tłuszcz: 66 g; Kw. tł. nas.: 32 g; Węglowodany ogółem: 201 g; W tym cukry: 54 g; Błonnik pok.: 33 g; Sól: 9 g;	Wartość energetyczna: 2084 kcal; Białko ogółem: 104 g; Tłuszcz: 64 g; Kw. tł. nas.: 29 g; Węglowodany ogółem: 199 g; W tym cukry: 58 g; Błonnik pok.: 29 g; Sól: 9 g;	Wartość energetyczna: 2204 kcal; Białko ogółem: 102 g; Tłuszcz: 59 g; Kw. tł. nas.: 27 g; Węglowodany ogółem: 224 g; W tym cukry: 73 g; Błonnik pok.: 29 g; Sól: 10 g;

	23.05.2025 piątek		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Kasza manna gotowana na mleku 330 ml 1, 7 Twarożek chudy z kefirem 30 g 7 Ser żółty 20 g 7 Wędlina szynkowa 40 g Sałata 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Ogórek kiszony 40 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Kasza manna gotowana na mleku 330 ml 1, 7 Twarożek chudy z jogurtem naturalnym 60 g 7 Dżem niskosłodzony 30 g Wędlina drobiowa 40 g Sałata 20 g Pomidor parzony 100 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Twarożek chudy z jogurtem naturalnym 60 g 7 Dżem niskosłodzony 30 g Wędlina drobiowa 40 g Sałata 20 g Pomidor parzony 100 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Kisiel z owocami 250 g
OBIAD	Zupa jarzynowa zabieleną 330 ml 7 Pierogi leniwe z sosem bananowym 400 g 1, 3, 7 Surówka z marchwi 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa bez zabielenia 330 ml Kasza bulgur gotowana 100 g 1 Gulasz z indyka gotowany 140 g 1, 7 Brokuły gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa bez zabielenia 330 ml Kasza bulgur gotowana 100 g 1 Gulasz z indyka gotowany 140 g 1, 7 Brokuły gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml
KOLACJA	Sałata roszponka 20 g Ogórek zielony 80 g Pasta mięsna 40 g Kiełbasa żywiecka 40 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Kawa inka bez cukru 250 ml	Sałata roszponka 20 g Pomidor parzony 80 g Pasta twarogowa chuda 40 g 7 Kiełbasa z piersi kurczaka 40 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Kawa inka bez cukru 250 ml	Sałata roszponka 20 g Pomidor parzony 80 g Pasta twarogowa chuda 40 g 7 Kiełbasa z piersi kurczaka 40 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Kawa inka bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Koktajl szpinakowy na jogurcie naturalnym 250 g 7	Koktajl szpinakowy na jogurcie naturalnym 250 g 7	Koktajl szpinakowy na jogurcie naturalnym 250 g 7
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 2184 kcal; Białko ogółem: 103 g; Tłuszcz: 83 g; Kw. tł. nasy.: 36 g; Węglowodany ogółem: 206 g; W tym cukry: 61 g; Błonnik pok.:30 g; Sól: 11 g;	Wartość energetyczna: 1980 kcal; Białko ogółem: 99 g; Tłuszcz: 67 g; Kw. tł. nasy.: 28 g; Węglowodany ogółem: 205 g; W tym cukry: 60 g; Błonnik pok.:26 g; Sól: 12 g;	Wartość energetyczna: 2021 kcal; Białko ogółem: 105 g; Tłuszcz: 63 g; Kw. tł. nasy.: 26 g; Węglowodany ogółem: 087 g; W tym cukry: 55 g; Błonnik pok.: 28 g; Sól: 12 g;

GRUPA SCANMED

	24.05.2025 sobota		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Klusieczki babuni gotowane na mleku 330 ml 1, 3, 7 serek biały półtłusty 60 g 7 Polędwica wieprzowa 40 g Parówka gotowana 50 g Sałata lodowa 20 g Ogórek małosolny 80 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Klusieczki babuni gotowane na mleku 330 ml 1, 3, 7 serek biały chudy 60 g 7 Polędwica drobiowa parzona 40 g Parówka z szynki gotowana 50 g Sałata lodowa 20 g Pomidor parzony 80 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	serek biały chudy 60 g 7 Polędwica drobiowa parzona 40 g Parówka z szynki gotowana 50 g Sałata lodowa 20 g Pomidor parzony 80 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Chleb graham 30 g 1 Mus warzywny 20 g Pomidor 20 g Słonecznik 5 g
OBIAD	Barszcz biały z jajkiem 330 ml 1, 3, 7 Gotowane ziemniaki 200 g Pulpety gotowane w sosie pomidorowym 140 g 1, 3, 7 Buraczki gotowane z jabłkiem 100 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz biały zabieleny 330 ml 1, 7 Gotowane ziemniaki 200 g Pulpety gotowane w sosie pomidorowym 140 g 1, 3, 7 Buraczki gotowane z jabłkiem 100 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz biały zabieleny 330 ml 1, 7 Gotowane ziemniaki 200 g Pulpety gotowane w sosie pomidorowym 140 g 1, 3, 7 Buraczki gotowane z jabłkiem 100 g Kompot owocowy 250 ml
KOLACJA	Sałata rukola 20 g Pomidor koktajlowy 60 g Serek fromage 30 g 7 Paszтет drobiowy pieczony 30 g 1, 3 Szynka wieprzowa 40 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Sałata rukola 20 g Pomidor parzony 60 g Serek fromage 30 g 7 Mus jabłkowy 20 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Sałata rukola 20 g Pomidor parzony 60 g Serek fromage 30 g 7 Mus jabłkowy 20 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Jogurt owocowy 150 g 7	Jogurt naturalny 150 g 7	Jogurt naturalny 150 g 7
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 2172 kcal; Białko ogółem: 105 g; Tłuszcz: 74 g; Kw. tł. nasy.: 33 g; Węglowodany ogółem: 205 g; W tym cukry: 60 g; Błonnik pok.: 33 g; Sól: 12 g;	Wartość energetyczna: 2255 kcal; Białko ogółem: 104 g; Tłuszcz: 72 g; Kw. Tł. Nasy.: 33 g; Węglowodany ogółem: 212 g; W tym cukry: 57 g; Błonnik pok.: 32 g; Sól: 12 g.	Wartość energetyczna: 2284 kcal; Białko ogółem: 100 g; Tłuszcz: 64 g; Kw. tł. nasy.: 31 g; Węglowodany ogółem: 222 g; W tym cukry: 70 g; Błonnik pok.: 30 g; Sól: 8 g.

GRUPA SCANMED

	25.05.2025 niedziela		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Płatki kukurydziane na mleku 330 ml 7 Serek almette naturalny 60 g 7 Szynka wieprzowa 40 g Jajko gotowane 56 g 3 Sałata 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 330 ml 7 Serek almette naturalny 60 g 7 Szynka z indyka 40 g Jajko gotowane 56 g 3 Sałata 20 g Pomidor parzony 80 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Serek almette naturalny 60 g 7 Szynka z indyka 40 g Jajko gotowane 56 g 3 Sałata 20 g Pomidor parzony 80 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Sałatka z ogórka kiszzonego, sałaty, pomidora, migdałów i kiełków 200 g 5
OBIAD	Rosół z makaronem i zieleniną 300 ml 1, 3, 9 Ryż biały gotowany 100 g Potrawka drobiowa gotowana 200 g 1, 3, 7 Marchewka z groszkiem gotowana 150 g Kompot owocowy 250 ml	Rosół z makaronem i zieleniną 300 ml 1, 3, 9 Ryż biały gotowany 100 g Potrawka drobiowa gotowana 200 g 1, 3, 7 Marchewka z groszkiem gotowana 150 g Kompot owocowy 250 ml	Rosół z makaronem i zieleniną 300 ml 1, 3, 9 Ryż biały gotowany 100 g Potrawka drobiowa gotowana 200 g 1, 3, 7 Marchewka z groszkiem gotowana 150 g Kompot owocowy 250 ml
KOLACJA	Sałata lodowa 20 g Pomidor parzony 80 g Serek kanapkowy 40 g 7 Ser żółty 20 g 7 Wędlina drobiowa 40 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Sałata lodowa 20 g Pomidor parzony 80 g Serek biały chudy z ziołami 40 g 7 Ser mozzarella 20 g 7 Polędwica drobiowa 40 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Sałata lodowa 20 g Pomidor parzony 80 g Serek biały chudy z ziołami 40 g 7 Ser mozzarella 20 g 7 Polędwica drobiowa 40 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Mus warzywny 150 g	Mus warzywny 150 g	Mus warzywny 150 g
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 2029 kcal; Białko ogółem: 91 g; Tłuszcz: 70 g; Kw. tł. nasy.: 31 g; Węglowodany ogółem: 236 g; W tym cukry: 65 g; Błonnik pok.: 26 g; Sól: 11 g.	Wartość energetyczna: 2112 kcal; Białko ogółem: 102 g; Tłuszcz: 64 g; Kw. tł. nasy.: 33 g; Węglowodany ogółem: 242 g; W tym cukry: 61 g; Błonnik pok.: 24 g; Sól: 10 g.	Wartość energetyczna: 2198 kcal; Białko ogółem: 107 g; Tłuszcz: 66 g; Kw. tł. nasy.: 31 g; Węglowodany ogółem: 243 g; W tym cukry: 67 g; Błonnik pok.: 30 g; Sól: 11 g.

Alergeny:

1. Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) i produkty pochodne
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne, orzechy arachidowe i produkty pochodne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy: migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy brazylijskie, orzechy pistacjowe i produkty pochodne
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/ w przeliczeniu na SO₂
13. Łubin i produkty pochodne
14. Mięczaki i produkty pochodne