

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego
„Dobry posiłek w szpitalu”

	29.09.2025 poniedziałek		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Kasza jagłana kukurydziana gotowana na mleku 330 ml 7 Twarożek półtłusty z jogurtem kefirem 30 g 7 Ser żółty 20 g 7 Kiełbasa szynkowa 40 g Sałata 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Kasza jagłana kukurydziana gotowana na mleku 330 ml 7 Twarożek chudy z jogurtem naturalnym 30 g 7 dżem 20 g Sałata 20 g Wędlina drobiowa 20 g Szynka 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 20 g Sałata 20 g Wędlina drobiowa 20 g Szynka 20 g Pomidor parzony 50 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Sałata 10 g Pomidor 20 g Mozzarella 20 g 7 Słonecznik 10 g Kiełki 5 g
OBIAD	Zupa ogórkowa 330 ml 7 Spaghetti bolognese z serem 400 g 1, 3, 7 Surówka z kapusty pekińskiej 80 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ogórkowa 330 ml 7 Kasza jęczmienna gotowana 100 g 1 Pieczeń rzymska w sosie śmietanowym 140 g 1, 3, 7 Warzywa gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ogórkowa 330 ml 7 Kasza jęczmienna gotowana 100 g 1 Pieczeń rzymska w sosie śmietanowym 140 g 1, 3, 7 Warzywa gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml
KOLACJA	Sałata 20 g Ogórek kiszony 80 g Pasta mięsna 40 g Szynka 30 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Sałata lodowa 20 g Pomidor parzony 100 g Pasta mięsna 30 g Szynka drobiowa 20 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata lodowa 20 g Pomidor parzony 100 g Pasta mięsna 30 g Szynka drobiowa 20 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata napar bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Ciastka zbożowe 30 g 1, 3, 7, 8	Kefir naturalny 150 ml 7 Biszkopty 30 g 1, 3	Kefir naturalny 150 ml 7 Biszkopty 30 g 1, 3
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 1789 kcal; Białko ogółem: 77,5 g; Tłuszcz: 74 g; Kw. tł. nasy.: 26,2 g; Węglowodany ogółem: 207 g; W tym cukry: 28,3 g; Błonnik pok.: 22,9 g; Sól: 9,6 g;	Wartość energetyczna: 1932 kcal; Białko ogółem: 84,4 g; Tłuszcz: 82,4 g; Kw. tł. nasy.: 29,3 g; Węglowodany ogółem: 220 g; W tym cukry: 39,9 g; Błonnik pok.: 14,9 g; Sól: 9,8 g;	Wartość energetyczna: 2011 kcal; Białko ogółem: 80,8 g; Tłuszcz: 83,2 g; Kw. tł. nasy.: 29,3 g; Węglowodany ogółem: 243,9 g; W tym cukry: 45 g; Błonnik pok.: 19,3 g; Sól: 9,4 g;

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego
„Dobry posiłek w szpitalu”

	30.09.2025 wtorek		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
I ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 330 ml 1, 7 Serek kanapkowy naturalny 30 g 7 Wędlina wieprzowa 40 g Parówka drobiowa gotowana na ciepło 50 g Sałata 20 g Rzodkiewka 80 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Kawa zbożowa 250 ml	Płatki owsiane na mleku 330 ml 1, 7 Serek kanapkowy naturalny 30 g 7 Wędlina wieprzowa 40 g Parówka drobiowa gotowana na ciepło 50 g Sałata 20 g Pomidor parzony 60 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Kawa zbożowa 250 ml	Serek kanapkowy naturalny 30 g 7 Wędlina wieprzowa 40 g Parówka drobiowa gotowana na ciepło 50 g Sałata 20 g Pomidor parzony 60 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Kawa zbożowa 250 ml
II ŚNIADANIE			Jogurt naturalny 150 g 7
OBIAD	Krupnik polski 330 ml 1, 7 Ziemniaki gotowane 200 g Kurczak pieczony w piecu 140 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g Kompot owocowy 250 ml	Krupnik polski 330 ml 1, 7 Ziemniaki gotowane 200 g Kurczak gotowany w sosie koperkowym 140 g 1, 7 Surówka z marchwi 100 g Kompot owocowy 250 ml	Krupnik polski 330 ml 1, 7 Ziemniaki gotowane 200 g Kurczak gotowany w sosie koperkowym 140 g 1, 7 Surówka z marchwi 100 g Kompot owocowy 250 ml
KOLACJA	Sałata 20 g Pomidor mini 80 g Serek fromage 25 g 7 Paszтет drobiowy 30 g 3 Masło 20 g 7 Polędwica sopocka 20 g Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Sałata 20 g Pomidor parzony 80 g Serek fromage 25 g 7 Paszтет drobiowy 30 g 3 Wędlina drobiowa 40 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Sałata 20 g Pomidor parzony 80 g Serek fromage 25 g 7 Paszтет drobiowy 30 g 3 Wędlina drobiowa 40 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Sok pomidorowy 250 ml	Sok pomidorowy 250 ml	Sok pomidorowy 250 ml
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 1702kcal; Białko ogółem: 80,9 g; Tłuszcz: 67,4 g; Kw. tł. nasy.: 24,4 g; Węglowodany ogółem: 202,7 g; W tym cukry: 56,6 g; Błonnik pok.: 30,2 g; Sól: 7,2 g;	Wartość energetyczna: 1971 kcal; Białko ogółem: 90,2 g; Tłuszcz: 79,8 g; Kw. tł. nasy.: 32,7 g; Węglowodany ogółem: 230,9 g; W tym cukry: 36 g; Błonnik pok.: 17,9 g; Sól: 8,1 g;	Wartość energetyczna: 1946 kcal; Białko ogółem: 78 g; Tłuszcz: 84,6 g; Kw. tł. nasy.: 42,7 g; Węglowodany ogółem: 228,8 g; W tym cukry: 34,1 g; Błonnik pok.: 23,7 g; Sól: 7,8 g;

	01.10.2025 środa		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Kaszka manna gotowana na mleku 330 ml 1, 7 serek kanapkowy 30 g 7 Ser żółty 20 g 7 Wędlina wieprzowa 40 g Sałata 20 g Pomidor mini 80 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Kaszka manna gotowana na mleku 330 ml 1, 7 serek kanapkowy 30 g 7 Wędlina drobiowa 40 g Dżem z czarnej porzeczki 30 g Sałata 20 g Pomidor parzony 100 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	serek kanapkowy 30 g 7 Wędlina drobiowa 40 g Dżem z czarnej porzeczki 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			Kisiel z owocami 200 ml
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem 330 ml 7 Kasza bulgur gotowana 100g 1 Gulasz z indyka gotowany 140 g 1, 7 Buraczki gotowane z jabłkiem 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 330 ml 7 Kasza bulgur gotowana 100g 1 Gulasz z indyka gotowany 140 g 1, 7 Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 330 ml 7 Kasza bulgur gotowana 100g 1 Gulasz z indyka gotowany 140 g 1, 7 Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml
KOLACJA	Sałata 20 g Papryka 80 g Pasta rybna 40 g 4 Kiełbasa drobiowa 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 40 g 4 Kiełbasa szynkowa 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 40 g 4 Kiełbasa szynkowa 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: 1865 kcal; Białko ogółem: 127,8 g; Tłuszcz: 42,3 g; Kw. tł. nasy.: 18,7 g; Węglowodany ogółem: 266,1 g; W tym cukry: 57 g; Błonnik pok.: 31,1 g; Sól: 6,9 g;	Wartość energetyczna: 1916 kcal; Białko ogółem: 89,7 g; Tłuszcz: 64,4 g; Kw. tł. nasy.: 18,7 g; Węglowodany ogółem: 262,3 g; W tym cukry: 60,6 g; Błonnik pok.: 27,3 g; Sól: 8,5 g;	Wartość energetyczna: 1873 kcal; Białko ogółem: 76,3 g; Tłuszcz: 66,3 g; Kw. tł. nasy.: 16,9 g; Węglowodany ogółem: 255 g; W tym cukry: 57,3 g; Błonnik pok.: 29 g; Sól: 7 g;

GRUPA SCANMED

	02.10.2025 czwartek		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Otręby owsiane gotowana na mleku 330 ml 1, 7 twarożek z jogurtem naturalnym g 7 Wędlina drobiowa 40 g Jajko gotowane 52 g 3 Sałata 20 g Rzodkiewka 50 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Otręby owsiane gotowana na mleku 330 ml 1, 7 twarożek chudy z jogurtem naturalnym 30 g 7 Wędlina drobiowa 40 g Jajko gotowane 52 g 3 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 Jajko gotowane 52 g 3 Sałata 20 g Pomidor parzony 100 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Chleb graham 40 g 1 Hummus warzywny 20 g Kiełki 5 g
OBIAD	Zupa szpinakowa 350 ml 7 Naleśniki z serem waniliowym i polewą owocową 400g 1, 3, 7 Kompot owocowy 250 ml	Zupa szpinakowa 350 ml Ziemniaki gotowane 200 g Bitka wieprzowa gotowana z sosem 140 g 1, 7 Warzywa gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szpinakowa 350 ml Ziemniaki gotowane 200 g Bitka wieprzowa gotowana z sosem 140 g 1, 7 Warzywa gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml
KOLACJA	Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 100 g Serek topiony 30 g 7 Kiełbasa wieprzowa 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 30 g 7 Szynka drobiowa 40 g Pasta warzywna 20 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 30 g 7 Szynka drobiowa 40 g Pasta warzywna 20 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Koktajl owocowy na bazie kefiru 200 ml 7	Koktajl owocowy na bazie kefiru 200 ml 7	Koktajl owocowy na bazie kefiru 200 ml 7
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 1794 kcal; Białko ogółem: 86,2 g; Tłuszcz: 81,5 g; Kw. tł. nasy.: 27,5 g; Węglowodany ogółem: 186,3 g; W tym cukry: 39,8 g; Błonnik pok.: 18,5 g; Sól: 5,6 g;	Wartość energetyczna: 2025 kcal; Białko ogółem: 100,4 g; Tłuszcz: 81,9 g; Kw. tł. nasy.: 32,5 g; Węglowodany ogółem: 230,8 g; W tym cukry: 52,5 g; Błonnik pok.: 22,7 g; Sól: 4,7 g;	Wartość energetyczna: 2034 kcal; Białko ogółem: 89,3 g; Tłuszcz: 85,6 g; Kw. tł. nasy.: 32,9 g; Węglowodany ogółem: 238,4 g; W tym cukry: 46,7 g; Błonnik pok.: 27 g; Sól: 5,8 g;

	03.10.2025 piątek		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Ryż gotowany na mleku 330 ml 7 Twarożek chudy z jogurtem naturalnym 30 g 7 Ser żółty 20 g 7 Wędlina wieprzowa 40 g Sałata 20 g Papryka 50 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Ryż gotowany na mleku 330 ml 7 Twarożek chudy z kefirem 30 g 7 Dżem 20 g Wędlina drobiowa 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidor parzony 100 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Twarożek chudy z kefirem 30 g 7 Dżem 20 g Wędlina drobiowa 40 g Sałata lodowa 20 g Pomidor parzony 100 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Jabłko gotowane 150 g
OBIAD	Zupa grysikowa 350 ml 1, 7 Ziemniaki gotowane 200 g Ryba smażona panierowana 140 g 1, 4 Surówka z kapusty kiszonej 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml 1, 7 Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona w piecu z warzywami 140 g 1, 4 brokuł gotowany 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml 1, 7 Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona w piecu z warzywami 140 g 1, 4 brokuł gotowany 100 g Kompot owocowy 250 ml
KOLACJA	Sałata 20 g Ogórek kiszony 100 g Pasta twarogowo-mięsna 30 g 7 Kiełbasa żywiecka 40 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Sałata 20 g Pomidor parzony 100 g Pasta twarogowo z koperkiem 30 g 7 Kiełbasa drobiowa 40 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Sałata 20 g Pomidor parzony 100 g Pasta twarogowo z koperkiem 30 g 7 Kiełbasa drobiowa 40 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Serek homogenizowany owocowy 150 g 7	Serek homogenizowany naturalny 150 g 7	Serek homogenizowany naturalny 150 g 7
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 1784 kcal; Białko ogółem: 87,3 g; Tłuszcz: 60 g; Kw. tł. nasy.: 21,6 g; Węglowodany ogółem: 239,7 g; W tym cukry: 66,1 g; Błonnik pok.: 30,9 g; Sól: 7,5 g;	Wartość energetyczna: 1886 kcal; Białko ogółem: 93,8 g; Tłuszcz: 64,4 g; Kw. tł. nasy.: 21,9 g; Węglowodany ogółem: 249,7 g; W tym cukry: 72,2 g; Błonnik pok.: 31,6 g; Sól: 5,3 g;	Wartość energetyczna: 1982 kcal; Białko ogółem: 87 g; Tłuszcz: 67,7 g; Kw. tł. nasy.: 24,6 g; Węglowodany ogółem: 275,8 g; W tym cukry: 77,9 g; Błonnik pok.: 37,2 g; Sól: 5,7 g;

GRUPA SCANMED

	04.10.2025 sobota		
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Kluski gotowane na mleku 330 ml 1, 3, 7 Twarożek półtłusty 60 g 7 wędlna drobiowa 40 g Parówka drobiowa gotowana 50 g Ogórek małosolny 50 g Sałata 20 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Kluski gotowane na mleku 330 ml 1, 3, 7 twarożek chudy z jogurtem naturalnym 60 g 7 szynka drobiowa 40 g Parówka drobiowa gotowana 50 g Sałata 20 g Pomidor parzony 80 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	twarożek chudy z jogurtem naturalnym 60 g 7 szynka drobiowa 40 g Parówka drobiowa gotowana 50 g Sałata 20 g Pomidor parzony 80 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Kefir naturalny 150 g 7 Pieczywo chrupkie 30 g 1
OBIAD	Barszcz biały 330 ml 1, 7 Gotowane ziemniaki 200 g Pulpety gotowane wieprzowe w sosie koperkowym 140 g 1, 3, 7 Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz biały 330 ml 1, 7 Gotowane ziemniaki 200 g Pulpety drobiowo-wieprzowe gotowane w sosie koperkowym 140 g 1, 3, 7 Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz biały 330 ml 1, 7 Gotowane ziemniaki 200 g Pulpety drobiowo-wieprzowe gotowane w sosie koperkowym 140 g 1, 3, 7 Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml
KOLACJA	Sałata 20 g Pomidor koktajlowy 60 g Serek fromage 30 g 7 Paszтет drobiowy 30 g 1, 3 Kiełbasa wieprzowa 40 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Sałata 20 g Pomidor parzony 60 g Serek fromage 30 g 7 Mus jabłkowy 50 g Kiełbasa z indyka 40 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Sałata 20 g Pomidor parzony 60 g Serek fromage 30 g 7 Mus jabłkowy 50 g Kiełbasa z indyka 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: 2215 kcal; Białko ogółem: 81,5 g; Tłuszcz: 91,5 g; Kw. tł. nasy.: 38,8 g; Węglowodany ogółem: 279 g; W tym cukry: 55,2 g; Błonnik pok.: 27,6 g; Sól: 10,4 g;	Wartość energetyczna: 1902 kcal; Białko ogółem: 71,1 g; Tłuszcz: 85,5 g; Kw. tł. nasy.: 35,1 g; Węglowodany ogółem: 224,7 g; W tym cukry: 56,5 g; Błonnik pok.: 26,7 g; Sól: 8,5 g;	Wartość energetyczna: 1999 kcal; Białko ogółem: 62,2 g; Tłuszcz: 94,3 g; Kw. tł. nasy.: 33,5 g; Węglowodany ogółem: 241,8 g; W tym cukry: 69 g; Błonnik pok.: 35,5 g; Sól: 8,6 g;

GRUPA SCANMED

	05.10.2025 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 60 g 7 Szynka wieprzowa 40 g Jajko gotowane 56 g 3 Sałata 20 g Pomidor parzony 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 60 g 7 Szynka wieprzowa 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 60 g 7 Szynka wieprzowa 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			Kisiel z owocami 150 g
OBIAD	Rosół z makaronem 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 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 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 20 g Pomidor mini 80 g Serek kanapkowy 40 g 7 Wędlina drobiowa 40 g Masło 20 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Sałata 20 g Pomidor parzony 80 g Serek biały kanapkowy 40 g 7 Kiełbasa drobiowa 40 g Masło 20 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Sałata 20 g Pomidor parzony 80 g Serek biały kanapkowy 40 g 7 Kiełbasa drobiowa 40 g Masło 20 g 7 Chleb graham 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Mus owocowy 150 g	Mus owocowo-warzywny 150 g	Mus owocowo-warzywny 150 g
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 1936 kcal; Białko ogółem: 100,7 g; Tłuszcz: 72,9 g; Kw. tł. nasy.: 24,4 g; Węglowodany ogółem: 236,9 g; W tym cukry: 34,1 g; Błonnik pok.: 25,9 g; Sól: 5,6 g;	Wartość energetyczna: 1948 kcal; Białko ogółem: 97,3 g; Tłuszcz: 59,4g; Kw. tł. nasy.: 25,6 g; Węglowodany ogółem: 276,9 g; W tym cukry: 70,7 g; Błonnik pok.: 23,7 g; Sól: 4 g;	Wartość energetyczna: 1902 kcal; Białko ogółem: 94 g; Tłuszcz: 59 g; Kw. tł. nasy.: 25,5 g; Węglowodany ogółem: 267,7g; W tym cukry: 74,6 g; Błonnik pok.: 21,6 g; Sól: 4 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