

Jadłospisy w dniu 2026-09-24 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026-09-24 czwartek	D01- Podstawowa	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 40 g Pasta z jaj z zieleniną 50 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Krupnik 350 ml Makaron 150 g Pulpet drobiowy 80 g Sos koperkowy 70 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka ziemniaczana 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kanapka z wędliną 80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 301,4 Białko ogółem [g] 98,8 Tłuszcz [g] 63,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 347,8 suma cukrów prostych [g] 48,7 Sód [mg] 2 810,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,4
	D02- Łatwostrawna	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 40 g Pasta z jaj z zieleniną 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Krupnik 350 ml Makaron 150 g Pulpet drobiowy 80 g Sos koperkowy 70 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka ziemniaczana 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kanapka z wędliną 80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 292,6 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 63,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 346,1 suma cukrów prostych [g] 47,4 Sód [mg] 2 814,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwostrysw. węglowodanów	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 40 g Pasta z jaj z zieleniną 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Serek wiejski 150 g	Krupnik 350 ml Makaron razowy 150 g Pulpet drobiowy 80 g Sos koperkowy 70 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka ziemniaczana 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kanapka z wędliną 80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 270,1 Białko ogółem [g] 113,5 Tłuszcz [g] 70,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Węglowodany ogółem [g] 314,2 suma cukrów prostych [g] 27,6 Sód [mg] 3 478,1 Błonnik pokarmowy [g] 37,4
	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Krupnik 350 ml Makaron 150 g Pulpet drobiowy 80 g Sos koperkowy 70 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynkowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kanapka z wędliną 80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 077,4 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 51,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 323,8 suma cukrów prostych [g] 47,3 Sód [mg] 2 599,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,5

2026-09-24 czwartek	D07 - Bogatobiałkowa	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Pasta z jaj z zieleniną 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Serek wiejski 150 g	Krupnik 350 ml Makaron 150 g Pulpet drobiowy 80 g Sos koperkowy 70 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka ziemniaczana 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kanapka z wędliną 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 320,1 Białko ogółem [g] 114,9 Tłuszcz [g] 69,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Węglowodany ogółem [g] 322,4 suma cukrów prostych [g] 26,6 Sód [mg] 3 346,1 Błonnik pokarmowy [g] 28
	P01 Podst 2-3lata	Makaron na mleku 150 g Chleb mazowiecki 50 g Masło 10g 1 szt Pasta z jaj z zieleniną 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Krupnik 150 ml Makaron 70 g Pulpet drobiowy 60 g Sos koperkowy 30 g Fasolka szparagowa gotowana 75 g Woda z cytryną 200 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynkowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kanapka z wędliną 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 594,3 Białko ogółem [g] 70,1 Tłuszcz [g] 49,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 226,7 suma cukrów prostych [g] 48,6 Sód [mg] 1 759 Błonnik pokarmowy [g] 16,8
	P01 Podst. 10-18 lat	Makaron na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Pasta z jaj z zieleniną 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Krupnik 350 ml Makaron 150 g Pulpet drobiowy 80 g Sos koperkowy 70 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka ziemniaczana 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kanapka z wędliną 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 554,8 Białko ogółem [g] 112,1 Tłuszcz [g] 70,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 Węglowodany ogółem [g] 384 suma cukrów prostych [g] 62,3 Sód [mg] 2 953,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	Makaron na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Pasta z jaj z zieleniną 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Krupnik 350 ml Makaron 150 g Pulpet drobiowy 80 g Sos koperkowy 70 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka ziemniaczana 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kanapka z wędliną 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 554,8 Białko ogółem [g] 112,1 Tłuszcz [g] 70,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 Węglowodany ogółem [g] 384 suma cukrów prostych [g] 62,3 Sód [mg] 2 953,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	D01 Podstawowa - chirurgia	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Pasta z jaj z zieleniną 50 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Krupnik 350 ml Makaron 150 g Pulpet drobiowy 80 g Sos koperkowy 70 g Seler gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka ziemniaczana 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kanapka z wędliną 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 289,1 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 347,2 suma cukrów prostych [g] 48,8 Sód [mg] 2 905,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,1

2026-09-24, czwartek

D02 Łatwostrawna - chirurgia	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 40 g Pasta z jaj z zieleniną 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Krupnik 350 ml Makaron 150 g Pulpet drobiowy 80 g Sos koperkowy 70 g Seler gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka ziemniaczana 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kanapka z wędliną 80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 280,3 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 63,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 345,5 suma cukrów prostych [g] 47,5 Sód [mg] 2 909,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
D03 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 40 g Pasta z jaj z zieleniną 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Serek wiejski 150 g	Krupnik 350 ml Makaron 150 g Pulpet drobiowy 80 g Sos koperkowy 70 g Seler gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt	Chleb razowy 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka ziemniaczana 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kanapka z wędliną 80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 257,8 Białko ogółem [g] 112,2 Tłuszcz [g] 70,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Węglowodany ogółem [g] 313,6 suma cukrów prostych [g] 27,7 Sód [mg] 3 573,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,1
D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Krupnik 350 ml Makaron 150 g Pulpet drobiowy 80 g Sos koperkowy 70 g Seler gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynkowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kanapka z wędliną 80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 065,1 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 51,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 323,2 suma cukrów prostych [g] 47,4 Sód [mg] 2 694,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,2
D01 Podstawowa - C/ZP	Makaron na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Polędwica drobiowa 40 g Pasta z jaj z zieleniną 50 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Krupnik 350 ml Makaron 150 g Pulpet drobiowy 80 g Sos koperkowy 70 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka ziemniaczana 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kanapka z wędliną 80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 563,6 Białko ogółem [g] 112,3 Tłuszcz [g] 70,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 385,7 suma cukrów prostych [g] 63,5 Sód [mg] 2 950,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,1

Jadłospisy w dniu 2026-09-24 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-24 czwartek	D02 Łatwostrawna ginekologia	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Krupnik 350 ml Makaron 150 g Pulpet drobiowy 80 g Sos koperkowy 70 g Seler gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Szynkowa 50 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kanapka z wędliną 80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 065,1 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 51,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 323,2 suma cukrów prostych [g] 47,4 Sód [mg] 2 694,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,2
	D01 Podstawowa ZOL	Makaron na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Pasta z jaj z zieleniną 50 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Krupnik 350 ml Makaron 150 g Pulpet drobiowy 80 g Sos koperkowy 70 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka ziemniaczana 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kanapka z wędliną 80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 563,6 Białko ogółem [g] 112,3 Tłuszcz [g] 70,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 385,7 suma cukrów prostych [g] 63,5 Sód [mg] 2 950,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,1
	D01 Podstawowa Ginekologia	Makaron na mleku 350 g Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Połędwica drobiowa 40 g Pasta z jaj z zieleniną 50 g Papryka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Krupnik 350 ml Makaron 150 g Pulpet drobiowy 80 g Sos koperkowy 70 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	Jogurt naturalny 150 1 szt	Chleb mazowiecki 100 g Masło 10g 1 szt Sałatka ziemniaczana 150 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kanapka z wędliną 80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 563,6 Białko ogółem [g] 112,3 Tłuszcz [g] 70,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 385,7 suma cukrów prostych [g] 63,5 Sód [mg] 2 950,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,1