

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-04-11		
Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Jogurt owocowy 125g 1szt , Rogal maślany 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Twarożek waniliowy 50g (MLEKO), Dżem 50g 2szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), Cukier 10g ,	Zupa grysikowa z zieleciną 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA), Dorsz parowany z ziołami 100g (RYBY), Ziemniaki 250g , Warzywa po grecku 150g (SELER), Kompot owocowy 250ml (S02), Cukier 5g ,	Baton pszenny 120g (PSZENICA), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 50g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Pomidor 30g , Sałata 20g , Herbata 250ml , Cukier 5g , Posiłek nocny: Mus owocowy 150g 1Por ,
Wartości odżywcze: Energia: 2282.69 kcal; Energia: 8475.87 kJ; Białko ogółem: 78.98 g; białko zwierzęce: 52.75 g; białko roślinne: 28.04 g; Tłuszcz: 79.43 g; Węglowodany ogółem: 323.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.74 g; Sód: 2097.91 mg; Potas: 3044.45 mg; Wapń: 302.10 mg; Fosfor: 983.54 mg; Błonnik pokarmowy: 15.30 g; suma cukrów prostych: 120.52 g; Woda: 783.34 g; Popiół: 12.79 g;		
piątek 2025-04-11		
Dieta: MURCKI Z OGR. ŁAT. WĘGLOWODANÓW		
Jogurt naturalny 150g 1szt (MLEKO), Chleb razowy 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Twarożek z burakiem 50g (MLEKO, SELER), Ogórek kiszony 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN),	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400ml (PSZENICA, SELER, SOJA), Dorsz panierowany 100g (JAJA, PSZENICA, RYBY, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki 250g , Surówka z kapusty kiszonej i marchewki 200g , Kompot owocowy 250ml (S02),	Chleb razowy 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 50g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Ogórek kiszony 50g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2392.79 kcal; Energia: 9179.39 kJ; Białko ogółem: 93.85 g; białko zwierzęce: 61.73 g; białko roślinne: 32.12 g; Tłuszcz: 90.21 g; Węglowodany ogółem: 327.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.97 g; Sód: 3247.68 mg; Potas: 4757.40 mg; Wapń: 728.48 mg; Fosfor: 1419.71 mg; Błonnik pokarmowy: 29.08 g; suma cukrów prostych: 76.41 g; Woda: 1409.50 g; Popiół: 21.75 g;		
piątek 2025-04-11		
Dieta: MURCKI PODSTAWOWA		
Jogurt owocowy 125g 1szt , Rogal maślany 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Twarożek waniliowy 50g (MLEKO), Dżem 50g 2szt , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), Cukier 10g ,	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400ml (PSZENICA, SELER, SOJA), Dorsz panierowany 100g (JAJA, PSZENICA, RYBY, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki 250g , Surówka z kapusty kiszonej i marchewki 150g , Kompot owocowy 250ml (S02), Cukier 5g ,	Chleb zwykły 120g (PSZENICA, ŻYTO), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Schab ze spiżarni 50g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Ogórek kiszony 50g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2403.57 kcal; Energia: 9233.16 kJ; Białko ogółem: 83.59 g; białko zwierzęce: 54.86 g; białko roślinne: 28.73 g; Tłuszcz: 86.35 g; Węglowodany ogółem: 344.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.55 g; Sód: 2585.73 mg; Potas: 4182.00 mg; Wapń: 451.09 mg; Fosfor: 1145.86 mg; Błonnik pokarmowy: 25.40 g; suma cukrów prostych: 120.77 g; Woda: 1155.13 g; Popiół: 17.73 g;		
sobota 2025-04-12		
Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Jogurt owocowy 125g 1szt , Baton pszenny 130g (PSZENICA), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Parówki z szynki 80g , Ketchup 17g 1szt (GLUTEN), Pomidor 30g , Sałata 20g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), Cukier 10g ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400ml (SELER, SOJA), Gulasz z żołądków drobiowych 200g (PSZENICA, SELER), Ryż biały 150g , Brokuły parowane 150g , Kompot owocowy 250ml (S02), Cukier 5g ,	Baton pszenny 120g (PSZENICA), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g , Pomidor 50g , Herbata 250ml , Cukier 5g , Posiłek nocny: Owsianka w tubce 150g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2429.34 kcal; Energia: 9828.78 kJ; Białko ogółem: 89.04 g; białko zwierzęce: 54.16 g; białko roślinne: 32.88 g; Tłuszcz: 104.74 g; Węglowodany ogółem: 301.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.44 g; Sód: 6065.20 mg; Potas: 2616.83 mg; Wapń: 399.31 mg; Fosfor: 1011.25 mg; Błonnik pokarmowy: 20.93 g; suma cukrów prostych: 66.78 g; Woda: 867.88 g; Popiół: 22.11 g;		
sobota 2025-04-12		
Dieta: MURCKI Z OGR. ŁAT. WĘGLOWODANÓW		
Jogurt naturalny 150g 1szt (MLEKO), Chleb razowy 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Parówki z szynki 80g , Ketchup 17g 1szt (GLUTEN), Ogórek zielony 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN),	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400ml (SELER, SOJA), Gulasz z żołądków drobiowych 200g (PSZENICA, SELER), Ryż brązowy 150g , Surówka wiosenna 150g , Kompot owocowy 250ml (S02),	Chleb razowy 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Serek kanapkowy 50g , Rzodkiewka 50g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Owsianka w tubce 150g 1szt (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2327.82 kcal; Energia: 9375.54 kJ; Białko ogółem: 90.85 g; białko zwierzęce: 60.36 g; białko roślinne: 28.49 g; Tłuszcz: 100.46 g; Węglowodany ogółem: 291.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.40 g; Sód: 6093.86 mg; Potas: 2801.50 mg; Wapń: 661.21 mg; Fosfor: 1313.12 mg; Błonnik pokarmowy: 28.32 g; suma cukrów prostych: 53.16 g; Woda: 990.44 g; Popiół: 24.29 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-04-17 Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Jogurt owocowy 125g 1szt , Baton pszenny 130g (PSZENICA), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Krakowska parzona 50g , Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, ŻYTO, JEŃCZMIEN), Cukier 10g ,	Zupa jarzynowa z makaronem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA), Pulpet wieprzowy duszony 100g (MLEKO, JAJA, PSZENICA, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), Ziemniaki 250g , Marchewka plastry gotowana 150g (SELER), Kompot owocowy 250ml (S02), Cukier 5g ,	Baton pszenny 120g (PSZENICA), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Serek włoski 50g , Pomidor 30g , Sałata 20g , Herbata 250ml , Cukier 5g , Posiłek nocny: Drożdżówka z budyniem 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO),
Wartości odżywcze: Energia: 2494.60 kcal; Energia: 10220.14 kJ; Białko ogółem: 80.74 g; białko zwierzęce: 38.90 g; białko roślinne: 41.84 g; Tłuszcz: 87.77 g; Węglowodany ogółem: 364.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.41 g; Sód: 2653.88 mg; Potas: 3337.05 mg; Wapń: 327.34 mg; Fosfor: 1058.03 mg; Błonnik pokarmowy: 22.37 g; suma cukrów prostych: 62.75 g; Woda: 862.54 g; Popiół: 13.75 g;		
czwartek 2025-04-17 Dieta: MURCKI Z OGR. ŁAT. WĘGLOWODANÓW		
Jogurt naturalny 150g 1szt (MLEKO), Chleb razowy 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŃCZMIEN), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Krakowska parzona 50g , Papryka czerwona 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, ŻYTO, JEŃCZMIEN),	Zupa jarzynowa z makaronem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA), Pulpet wieprzowy duszony 100g (MLEKO, JAJA, PSZENICA, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), Ziemniaki 250g , Surówka colesław 150g (GLUTEN, JAJA, SELER, SEZAM), Kompot owocowy 250ml (S02),	Chleb razowy 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŃCZMIEN), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Serek włoski 50g , Pomidor 50g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt (GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2408.69 kcal; Energia: 9823.98 kJ; Białko ogółem: 82.05 g; białko zwierzęce: 45.61 g; białko roślinne: 36.44 g; Tłuszcz: 88.62 g; Węglowodany ogółem: 344.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.04 g; Sód: 2435.07 mg; Potas: 3826.92 mg; Wapń: 603.11 mg; Fosfor: 1267.12 mg; Błonnik pokarmowy: 26.66 g; suma cukrów prostych: 70.65 g; Woda: 1097.39 g; Popiół: 15.97 g;		
czwartek 2025-04-17 Dieta: MURCKI PODSTAWOWA		
Jogurt owocowy 125g 1szt , Chleb zwykły 130g (PSZENICA, ŻYTO), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Krakowska parzona 50g , Papryka czerwona 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, ŻYTO, JEŃCZMIEN), Cukier 10g ,	Zupa jarzynowa z makaronem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA), Kotlet mielony wieprzowy 100g (MLEKO, JAJA, PSZENICA, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), Ziemniaki 250g , Surówka colesław 150g (GLUTEN, JAJA, SELER, SEZAM), Kompot owocowy 250ml (S02), Cukier 5g ,	Chleb zwykły 120g (PSZENICA, ŻYTO), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Serek włoski 50g , Pomidor 50g , Herbata 250ml , Cukier 5g , Posiłek nocny: Drożdżówka z budyniem 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO),
Wartości odżywcze: Energia: 2423.99 kcal; Energia: 9886.28 kJ; Białko ogółem: 79.75 g; białko zwierzęce: 38.80 g; białko roślinne: 40.95 g; Tłuszcz: 82.68 g; Węglowodany ogółem: 363.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.14 g; Sód: 2568.32 mg; Potas: 3454.32 mg; Wapń: 375.31 mg; Fosfor: 1126.27 mg; Błonnik pokarmowy: 26.47 g; suma cukrów prostych: 59.67 g; Woda: 912.87 g; Popiół: 14.96 g;		
piątek 2025-04-18 Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Jogurt owocowy 125g 1szt , Baton pszenny 130g (PSZENICA), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Szynka drobiowa gotowana 50g (SELER, GORCZYCA), Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, ŻYTO, JEŃCZMIEN), Cukier 10g ,	Zupa brokułowa z ryżem 400ml (PSZENICA, SELER, SOJA), Pulpet rybny z łososia 100g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki 250g , Szpinak na ciepło 150g , Kompot owocowy 250ml (S02), Cukier 5g ,	Baton pszenny 120g (PSZENICA), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Pasta z białek jaja z jogurtem i koperkiem 50g (MLEKO, JAJA), Pomidor 30g , Sałata 20g , Herbata 250ml , Cukier 5g , Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny NFC 1 szt. 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2102.12 kcal; Energia: 8531.81 kJ; Białko ogółem: 78.43 g; białko zwierzęce: 41.82 g; białko roślinne: 36.61 g; Tłuszcz: 72.97 g; Węglowodany ogółem: 299.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.07 g; Sód: 2412.89 mg; Potas: 3418.58 mg; Wapń: 374.38 mg; Fosfor: 1113.78 mg; Błonnik pokarmowy: 19.69 g; suma cukrów prostych: 51.64 g; Woda: 950.18 g; Popiół: 15.50 g;		
piątek 2025-04-18 Dieta: MURCKI Z OGR. ŁAT. WĘGLOWODANÓW		
Jogurt naturalny 150g 1szt (MLEKO), Chleb razowy 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŃCZMIEN), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Ser żółty półtłusty 50g (MLEKO), Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, ŻYTO, JEŃCZMIEN),	Zupa brokułowa z ryżem 400ml (PSZENICA, SELER, SOJA), Kotlet rybny z łososia 100g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki 250g , Surówka z marchewki i pora 150g , Kompot owocowy 250ml (S02),	Chleb razowy 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŃCZMIEN), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane kl. L 1szt (JAJA), Ogórek konserwowy 50g (S02), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Sok pomidorowy 1 szt. 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2246.02 kcal; Energia: 8912.83 kJ; Białko ogółem: 85.96 g; białko zwierzęce: 54.68 g; białko roślinne: 33.33 g; Tłuszcz: 92.17 g; Węglowodany ogółem: 290.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.85 g; Sód: 4149.95 mg; Potas: 3923.60 mg; Wapń: 1027.86 mg; Fosfor: 1594.63 mg; Błonnik pokarmowy: 26.80 g; suma cukrów prostych: 41.19 g; Woda: 1214.00 g; Popiół: 20.92 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-04-18		
Dieta: MURCKI PODSTAWOWA		
Jogurt owocowy 125g 1szt , Chleb zwykły 130g (PSZENICA, ŻYTO), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Ser żółty półtłusty 50g (MLEKO), Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), Cukier 10g ,	Zupa brokułowa z ryżem 400ml (PSZENICA, SELER, SOJA), Kotlet rybny z łososia 100g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO), Ziemniaki 250g , Surówka z marchewki i pora 150g , Kompot owocowy 250ml (S02), Cukier 5g ,	Chleb zwykły 120g (PSZENICA, ŻYTO), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Jajko gotowane kl. L 1szt (JAJA), Ogórek konserwowy 50g (S02), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny NFC 1 szt. 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2248.08 kcal; Energia: 9000.72 kJ; Białko ogółem: 79.85 g; białko zwierzęce: 47.36 g; białko roślinne: 34.53 g; Tłuszcz: 89.90 g; Węglowodany ogółem: 302.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.14 g; Sód: 3802.25 mg; Potas: 3567.90 mg; Wapń: 775.32 mg; Fosfor: 1403.84 mg; Błonnik pokarmowy: 25.36 g; suma cukrów prostych: 47.79 g; Woda: 1105.57 g; Popiół: 19.70 g;		
sobota 2025-04-19		
Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Jogurt owocowy 125g 1szt , Baton pszenny 130g (PSZENICA), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Parówki z szynki 80g , Ketchup 17g 1szt (GLUTEN), Pomidor 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), Cukier 10g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (SELER, SOJA), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (ŚMIETANKA), Banan 150g , Kompot owocowy 250ml (S02), Cukier 5g ,	Baton pszenny 120g (PSZENICA), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Twarożek z ziołami 50g (MLEKO, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), Pomidor 30g , Sałata 20g , Herbata 250ml , Cukier 5g , Posiłek nocny: Galaretką z owocami 135g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2331.49 kcal; Energia: 9475.33 kJ; Białko ogółem: 60.67 g; białko zwierzęce: 27.64 g; białko roślinne: 33.04 g; Tłuszcz: 69.54 g; Węglowodany ogółem: 378.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.94 g; Sód: 3202.48 mg; Potas: 2601.38 mg; Wapń: 303.16 mg; Fosfor: 813.65 mg; Błonnik pokarmowy: 20.12 g; suma cukrów prostych: 123.43 g; Woda: 768.64 g; Popiół: 15.37 g;		
sobota 2025-04-19		
Dieta: MURCKI Z OGR. ŁAT. WĘGLOWODANÓW		
Jogurt naturalny 150g 1szt (MLEKO), Chleb razowy 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Parówki z szynki 80g , Ketchup 17g 1szt (GLUTEN), Ogórek kiszony 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN),	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400ml (SELER, SOJA, OWIES), Risotto z warzywami w sosie pieczarkowym 300g (PSZENICA, SELER), Pomarańcza 200g , Kompot owocowy 250ml (S02),	Chleb razowy 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Twarożek ze szczypiorkiem 50g (MLEKO), Rzodkiewka 50g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g 1szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2471.37 kcal; Energia: 10303.92 kJ; Białko ogółem: 88.62 g; białko zwierzęce: 51.46 g; białko roślinne: 37.16 g; Tłuszcz: 102.38 g; Węglowodany ogółem: 328.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.68 g; Sód: 3900.72 mg; Potas: 3273.06 mg; Wapń: 805.81 mg; Fosfor: 1404.40 mg; Błonnik pokarmowy: 31.91 g; suma cukrów prostych: 77.05 g; Woda: 1100.95 g; Popiół: 20.89 g;		
sobota 2025-04-19		
Dieta: MURCKI PODSTAWOWA		
Jogurt owocowy 125g 1szt , Chleb zwykły 130g (PSZENICA, ŻYTO), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Parówki z szynki 80g , Ketchup 17g 1szt (GLUTEN), Ogórek kiszony 50g , Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), Cukier 10g ,	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400ml (SELER, SOJA, OWIES), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (ŚMIETANKA), Pomarańcza 200g , Kompot owocowy 250ml (S02), Cukier 5g ,	Chleb zwykły 120g (PSZENICA, ŻYTO), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Twarożek ze szczypiorkiem 50g (MLEKO), Rzodkiewka 50g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretką z owocami 135g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2325.82 kcal; Energia: 9442.84 kJ; Białko ogółem: 63.33 g; białko zwierzęce: 27.95 g; białko roślinne: 35.38 g; Tłuszcz: 75.98 g; Węglowodany ogółem: 368.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.35 g; Sód: 3653.12 mg; Potas: 2561.90 mg; Wapń: 408.00 mg; Fosfor: 970.28 mg; Błonnik pokarmowy: 28.20 g; suma cukrów prostych: 107.95 g; Woda: 841.75 g; Popiół: 17.45 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-04-20 Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Żurek 300ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŻYTO), Baton pszenny 130g (PSZENICA), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Kielbasa biała na ciepło 100g (SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane kl. L 1szt (JAJA), Buraki gotowane 50g, Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), Cukier 10g, Babka piaskowa 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO),	Rosół z makaronem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA), Ćwiartka z kurczaka gotowana 260g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g, Marchewka oprószana 150g (PSZENICA), Kompot owocowy 250ml (S02), Cukier 5g, Podwieczorek: Ciasto 100g,	Baton pszenny 120g (PSZENICA), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Szynka drobiowa 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), Sałatka jarzynowa z jogurtem 100g (SELER), Herbata 250ml, Cukier 5g, Posiłek nocny: Deser budyniowy 175g 1szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 3400.18 kcal; Energia: 13901.50 kJ; Białko ogółem: 168.46 g; białko zwierzęce: 122.13 g; białko roślinne: 46.34 g; Tłuszcz: 125.29 g; Węglowodany ogółem: 424.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.73 g; Sód: 3857.22 mg; Potas: 5016.72 mg; Wapń: 497.25 mg; Fosfor: 2158.79 mg; Błonnik pokarmowy: 27.93 g; suma cukrów prostych: 106.01 g; Woda: 1376.20 g; Popiół: 21.22 g;		
niedziela 2025-04-20 Dieta: MURCKI Z OGR. ŁAT. WĘGLOWODANÓW		
Żurek 300ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŻYTO), Chleb razowy 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Kielbasa biała na ciepło 100g (SELER, GORCZYCA), Jajko gotowane kl. L 1szt (JAJA), Ćwikła 50g (S02), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN),	Rosół z makaronem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA), Ćwiartka z kurczaka pieczona 260g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g, Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 150g, Kompot owocowy 250ml (S02),	Chleb razowy 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Szynka drobiowa 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), Sałatka jarzynowa 100g (SELER), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Serek wiejski 200g 1szt (MLEKO, ŚMIETANKA),
Wartości odżywcze: Energia: 2782.16 kcal; Energia: 10883.86 kJ; Białko ogółem: 151.97 g; białko zwierzęce: 114.71 g; białko roślinne: 37.26 g; Tłuszcz: 112.62 g; Węglowodany ogółem: 295.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.46 g; Sód: 3919.13 mg; Potas: 5098.63 mg; Wapń: 498.23 mg; Fosfor: 2080.02 mg; Błonnik pokarmowy: 30.95 g; suma cukrów prostych: 42.03 g; Woda: 1410.12 g; Popiół: 22.07 g;		
niedziela 2025-04-20 Dieta: MURCKI PODSTAWOWA		
Żurek 300ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŻYTO), Chleb zwykły 130g (PSZENICA, ŻYTO), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Kielbasa biała na ciepło 100g (SELER, GORCZYCA), Ćwikła 50g (S02), Kawa zbożowa 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), Cukier 10g, Jajko gotowane kl. L 1szt (JAJA), Babka piaskowa 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SEZAM, ŻYTO),	Rosół z makaronem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA), Ćwiartka z kurczaka pieczona 260g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Ziemniaki 250g, Marchewka z groszkiem oprószana 150g (PSZENICA, SELER), Kompot owocowy 250ml (S02), Cukier 5g, Podwieczorek: Ciasto 100g,	Chleb zwykły 120g (PSZENICA, ŻYTO), Masło extra 15g (ŚMIETANKA), Szynka drobiowa 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), Sałatka jarzynowa 100g (SELER), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Deser budyniowy 175g 1szt (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 3298.23 kcal; Energia: 13475.30 kJ; Białko ogółem: 169.93 g; białko zwierzęce: 121.87 g; białko roślinne: 48.06 g; Tłuszcz: 116.73 g; Węglowodany ogółem: 423.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.03 g; Sód: 4278.87 mg; Potas: 5295.70 mg; Wapń: 514.04 mg; Fosfor: 2272.07 mg; Błonnik pokarmowy: 34.94 g; suma cukrów prostych: 99.38 g; Woda: 1415.19 g; Popiół: 23.52 g;		