

Jadłospisy w dniu 2026-03-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-03-28 sobota	D01		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Ogórek 130 g Wędlina 60 g		Zupa kapuśniak z ziemniakami 350 ml (SEL) Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos boloński 170 g (GLU, ME) Makaron gotowany 180 g (GLU)	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser biały 90 g (MLE) Pomidor 120 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 374,5 Białko ogółem [g] 138,3 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 300,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 suma cukrów prostych [g] 73,7 Sól [g] 5 Cholesterol [mg] 665,4 Sód [mg] 1 956,7
	D03		pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Wędlina 60 g Ogórek 130 g	Sok owocowy 150 g	Zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL) Sos boloński 170 g (GLU, ME) Makaron razowy gotowany 180 g (GLU) Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser biały 90 g (MLE) Pomidor 120 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 336,2 Białko ogółem [g] 132,8 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 299,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 suma cukrów prostych [g] 72 Sól [g] 4,1 Cholesterol [mg] 631,4 Sód [mg] 1 658,9
	D02		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pomidor bs 130 g Wędlina 60 g		Zupa ziemniaczana 300 g (MLE, SEL) Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos boloński 170 g (GLU, ME) Makaron gotowany 180 g (GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser biały 90 g (MLE) Pomidor bs 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 411,6 Białko ogółem [g] 141,4 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 293,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,4 suma cukrów prostych [g] 62,8 Sól [g] 4,2 Cholesterol [mg] 655,1 Sód [mg] 1 630,1

Jadłospisy w dniu 2026-03-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-03-28 sobota

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
D 02/ML		Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Filet kruchy 60 g Pomidor bs 130 g		Zupa ziemniaczana b/zab 350 g (SEL) Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos boloński 170 g (GLU, ME) Makaron gotowany 180 g (GLU)	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser biały 90 g (MLE) Pomidor bs 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczyno pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 151,2 Białko ogółem [g] 122,9 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 276,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 suma cukrów prostych [g] 46,8 Sól [g] 6,7 Cholesterol [mg] 612,2 Sód [mg] 2 164,1
	D 07	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pomidor bs 130 g Wędlina 60 g	Serek naturalny 150 g (MLE)	Zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL) Sos boloński 170 g (GLU, ME) Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Makaron gotowany 180 g (GLU)	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser biały 90 g (MLE) Pomidor bs 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczyno pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 453,8 Białko ogółem [g] 151,7 Tłuszcz [g] 81,5 Węglowodany ogółem [g] 291,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,8 suma cukrów prostych [g] 65,4 Sól [g] 4,3 Cholesterol [mg] 689 Sód [mg] 1 684,3
	D 03/ML	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Filet kruchy 60 g Ogórek 130 g	Sok owocowy 150 g	Zupa ziemniaczana b/zab 350 g (SEL) Makaron razowy gotowany 180 g (GLU) Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos boloński 170 g (GLU, ME)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka w siatce 60 g Pomidor 120 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) pieczywo żytnie 30 g (ŻYT)	Wartość energetyczna[kcal] 2 162,8 Białko ogółem [g] 116,5 Tłuszcz [g] 65,8 Węglowodany ogółem [g] 297,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 65,2 Sól [g] 8,7 Cholesterol [mg] 572,1 Sód [mg] 2 244,6

Jadłospisy w dniu 2026-03-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-03-28 sobota

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
D05		Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Wędlina 60 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Sos boloński 170 g (GLU, ME) Makaron gotowany 180 g (GLU) Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Ser biały 90 g (MLE) Pomidor bs 130 g	Ser biały 60 g (MLE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 110,4 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 44,3 Węglowodany ogółem [g] 333,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 suma cukrów prostych [g] 55,2 Sól [g] 3,2 Cholesterol [mg] 170,9 Sód [mg] 1 265,6
D11		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) twarożek z koperkiem 110 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa ziemniaczana zmiękowana 350 g (MLE, SEL) Sos boloński 170 g (GLU, ME) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser biały 90 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (MLE, JAJ) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 585,7 Białko ogółem [g] 150,4 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 308 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,1 suma cukrów prostych [g] 76,1 Sól [g] 6,2 Cholesterol [mg] 604,2 Sód [mg] 2 106,7
D 11/CU		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) twarożek z koperkiem 110 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok owocowy 150 g	zupa ziemniaczana zmiękowana 350 g (MLE, SEL) Sos boloński 170 g (GLU, ME) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser biały 90 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (MLE, JAJ) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 540,7 Białko ogółem [g] 145,9 Tłuszcz [g] 87,2 Węglowodany ogółem [g] 304,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 suma cukrów prostych [g] 73,1 Sól [g] 6 Cholesterol [mg] 578,5 Sód [mg] 2 398,2

Jadłospisy w dniu 2026-03-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-03-28 sobota	D 12		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)		zupa ziemniaczana wzmocniona zmiksowana 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurtowocowy 150 ml (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 885,3 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 85,6 Węglowodany ogółem [g] 201,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2 suma cukrów prostych [g] 57,6 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 517,6 Sód [mg] 482,5
	D 12/CU		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)	Sok owocowy 150 g	zupa ziemniaczana wzmocniona zmiksowana 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurtowocowy 150 ml (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 926,3 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 85,7 Węglowodany ogółem [g] 211,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2 suma cukrów prostych [g] 66,8 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 517,6 Sód [mg] 484,5
	D 04		Pieczynko pszenne 60 g (GLU) pieczynko żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) twarożek z koperkiem 110 g (MLE) Ogórek 130 g	Sok owocowy 150 g	Zupa kapuśniak z ziemniakami 350 ml (SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Fasolka szparagowa 150 g Sos jarski z cukinią, ciecierzycą i pomidorami 150 g (SEL)	Pieczynko pszenne 60 g (GLU) pieczynko żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 120 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 356,5 Białko ogółem [g] 110,7 Tłuszcz [g] 72,2 Węglowodany ogółem [g] 338,6 Błonnik pokarmowy [g] 44,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 suma cukrów prostych [g] 96 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 531,5 Sód [mg] 1 901

Jadłospisy w dniu 2026-03-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-03-28 sobota	D 13		Pieczyno bezglutenowe 100 g (ORZ, SOJ, SEZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Filet kruchy 60 g Pomidor bs 130 g		Zupa kapuśniak z ziemniakami 350 ml (SEL) Sos boloński b/mąki 170 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczyno bezglutenowe 100 g (ORZ, SOJ, SEZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser biały 90 g (MLE) Pomidor 120 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczyno bezglutenowe 30 g (ORZ, SOJ, SEZ)	Wartość energetyczna [kcal] 1 995,7 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 111,1 Węglowodany ogółem [g] 158,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 483,3 Sód [mg] 1 514
	D 08		Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Humus 60 g (SEZ) Pomidor bs 130 g		Zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml Fasolka szparagowa 150 g Sos jarski z cukinią, ciecierzycą i pomidorami 150 g (SEL)	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z pieczoną dynią 60 g (MLE) Pomidor bs 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 1 466,1 Białko ogółem [g] 43,3 Tłuszcz [g] 40 Węglowodany ogółem [g] 250,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20 suma cukrów prostych [g] 64,9 Sól [g] 5,6 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 2 131,2
	D 02/SZ		Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Wędlina 60 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Pomidor bs 130 g	Sok owocowy 150 g	Sos boloński 170 g (GLU, MIĘ) Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser biały 90 g (MLE) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 379,3 Białko ogółem [g] 133 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 302,2 Błonnik pokarmowy [g] 21 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 suma cukrów prostych [g] 74,3 Sól [g] 4,5 Cholesterol [mg] 316,2 Sód [mg] 1 438,7

Jadłospisy w dniu 2026-03-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-03-28 sobota

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
D 04.1	D 04.1	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Humus 110 g (SEZ) Ogórek 130 g	Sok owocowy 150 g	Sos jarski z cukinią, ciecierzą i pomidorami 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Zupa kapuśniak z ziemniakami 350 ml (SEL) Fasolka szparagowa 150 g Makaron gotowany 180 g (GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z soczewicy 90 g Pomidor 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 051,9 Białko ogółem [g] 71,2 Tłuszcz [g] 48,2 Węglowodany ogółem [g] 357,3 Błonnik pokarmowy [g] 54,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 suma cukrów prostych [g] 92,7 Sól [g] 6,9 Cholesterol [mg] 112,8 Sód [mg] 2 730,7
	D 06	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Ogórek 130 g Wędliną 60 g		Zupa kapuśniak z ziemniakami 350 ml (SEL) Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos boloński 170 g (GLU, MIE) Makaron razowy gotowany 180 g (GLU)	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser biały 90 g (MLE) Pomidor 120 g	pieczywo żytnie 50 g (ZYT) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 369,3 Białko ogółem [g] 134,9 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 307,7 Błonnik pokarmowy [g] 43 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 suma cukrów prostych [g] 74,8 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 640,6 Sód [mg] 2 073,1
	D 11/ML	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) filet kruchy rozdrobniony 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa ziemniaczana zmiękowana b/ml 350 g (SEL) Sos boloński 170 g (GLU, MIE) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Humus 90 g (SEZ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	jajko gotowane rozdrobnione 1 szt (JAJ) bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 271,5 Białko ogółem [g] 114,9 Tłuszcz [g] 75,9 Węglowodany ogółem [g] 299,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 suma cukrów prostych [g] 56,5 Sól [g] 6,9 Cholesterol [mg] 543,8 Sód [mg] 1 824,4

Jadłospisy w dniu 2026-03-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-03-28 sobota	D 11/BS		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) twarożek z koperkiem 110 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek naturalny 150 g (MLE)	zupa ziemniaczana zmięksovana 350 g (MLE, SEL) Sos boloński 170 g (GLU, ME) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser biały 90 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (MLE, JAJ) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 684,7 Białko ogółem [g] 164,4 Tłuszcz [g] 92,9 Węglowodany ogółem [g] 310,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,2 suma cukrów prostych [g] 78,5 Sól [g] 6,3 Cholesterol [mg] 617 Sód [mg] 2 139,7
	D 12/ML		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL)		zupa ziemniaczana wzmocniona zmięksovana 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 1 443,5 Białko ogółem [g] 58 Tłuszcz [g] 60,3 Węglowodany ogółem [g] 189,2 Błonnik pokarmowy [g] 44,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 suma cukrów prostych [g] 45,6 Sól [g] 3,1 Cholesterol [mg] 84,4 Sód [mg] 941,2
	D 12/BS		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (MLE)	zupa ziemniaczana wzmocniona zmięksovana 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurtowocowy 150 ml (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 1 984,3 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 89,1 Węglowodany ogółem [g] 204,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,3 suma cukrów prostych [g] 60 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 530,4 Sód [mg] 515,5