

Jadłospisy w dniu 2026-07-23 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-07-23 czwartek	D01		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Pomidor 130 g Parówki 2 szt ketchup 20 g		Zupa botwinka 350 ml Kotletmielony pieczony 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Surówka colesław 150 g (JAJ)	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g Pasta z zielonego groszku 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) twaróg (ser biały) 60 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 336,3 Białko ogółem [g] 129,4 Tłuszcz [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 327 Błonnik pokarmowy [g] 57 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 suma cukrów prostych [g] 62,8 Sól [g] 5,3 Cholesterol [mg] 266,2 Sód [mg] 1 536,1
	D03		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Parówki 2 szt Pomidor 130 g ketchup 20 g	Serek naturalny 150 g (MLE)	Zupa botwinka 350 ml Ziemniaki gotowane 180 g Kotletmielony pieczony 110 g (GLU, MIĘ) Kompot owocowy 250 ml Surówka colesław 150 g (JAJ)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g Pasta z zielonego groszku 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) twaróg (ser biały) 60 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 411 Białko ogółem [g] 142,5 Tłuszcz [g] 74,1 Węglowodany ogółem [g] 326,5 Błonnik pokarmowy [g] 61,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 suma cukrów prostych [g] 65,7 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 279 Sód [mg] 1 589,8
	D02		kajzerka 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Pomidor bs 130 g Parówki 2 szt ketchup 20 g		Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Kotletmielony got.na parze 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Bukiet warzyw 150 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g Pasta z zielonego groszku 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) twaróg (ser biały) 60 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 249,6 Białko ogółem [g] 121,9 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 300,1 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 suma cukrów prostych [g] 48 Sól [g] 4,9 Cholesterol [mg] 293,4 Sód [mg] 1 909,6

Jadłospisy w dniu 2026-07-23 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-07-23 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
D 02/M/L		kajzerka 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) Parówki 2 szt Pomidor bs 130 g		Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Kotlet mielony got.na parze 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Bukiet warzyw 150 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g Pasta z zielonego groszku 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 055,8 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 282,6 Błonnik pokarmowy [g] 37 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 suma cukrów prostych [g] 59,2 Sól [g] 6,1 Cholesterol [mg] 279,1 Sód [mg] 2 405,7
	D 07	kajzerka 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Pomidor bs 130 g Parówki 2 szt ketchup 20 g	Serek naturalny 150 g (MLE)	Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Kotlet mielony got.na parze 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Bukiet warzyw 150 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g Pasta z zielonego groszku 130 g	twaróg (ser biały) 60 g (MLE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 303,3 Białko ogółem [g] 135,5 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 292 Błonnik pokarmowy [g] 38,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 41,6 Sól [g] 5 Cholesterol [mg] 306,2 Sód [mg] 1 940,8
	D 03/M/L	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Parówki 2 szt Pomidor 130 g ketchup 20 g	Sok owocowy 150 g	bars zczch ukraiński z ziemniakami b/ml 400 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Jabłko 80 g Kompot owocowy 250 ml Surówka colesław 150 g (JAJ) Bukiet warzyw 150 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g Pasta z zielonego groszku 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 478 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 50,8 Węglowodany ogółem [g] 455,3 Błonnik pokarmowy [g] 102,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 suma cukrów prostych [g] 167,1 Sól [g] 8,8 Cholesterol [mg] 151,2 Sód [mg] 2 997,6

Jadłospisy w dniu 2026-07-23 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-07-23 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
D05		kajzerka 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 5 g (<i>MLE</i>) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g Kefir 150 ml (<i>MLE</i>) Filet kruchy 40 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kotlet mielony got.na parze 110 g (<i>MIĘ</i>) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Ryżanka z zieleniną 350 g (<i>SEL</i>) Bukiet warzyw 150 g	Bułka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 5 g (<i>MLE</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor 130 g Szynka chłopska 60 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 775 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 44,5 Węglowodany ogółem [g] 255,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3 suma cukrów prostych [g] 46,3 Sól [g] 4,1 Cholesterol [mg] 190,5 Sód [mg] 1 261,7
D11		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>MLE</i>) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g Kakao na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) Kasza manna na mleku 250 ml (<i>MLE, GLU</i>) parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g		Ryżanka z zieleniną 350 g (<i>SEL</i>) kotlet mielony rozdrobniony 110 g (<i>MIĘ</i>) ziemniaki puree 180 g Kompot owocowy 250 ml bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>MLE</i>) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (<i>MLE</i>) Dżem 25 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 487,4 Białko ogółem [g] 130,3 Tłuszcz [g] 81,3 Węglowodany ogółem [g] 339 Błonnik pokarmowy [g] 46,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 suma cukrów prostych [g] 76,4 Sól [g] 4,9 Cholesterol [mg] 303,3 Sód [mg] 1 543,9
D11/CU		bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>MLE</i>) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g Kakao na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) Kasza manna na mleku 250 ml (<i>MLE, GLU</i>) parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g	Serek naturalny 150 g (<i>MLE</i>)	Ryżanka z zieleniną 350 g (<i>SEL</i>) ziemniaki puree 180 g Kompot owocowy 250 ml bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>MLE</i>) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (<i>MLE</i>) Pasta z zielonego groszku 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 298,6 Białko ogółem [g] 109,5 Tłuszcz [g] 68,1 Węglowodany ogółem [g] 345,5 Błonnik pokarmowy [g] 51,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 suma cukrów prostych [g] 75,2 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 189,6 Sód [mg] 1 883,8

Jadłospisy w dniu 2026-07-23 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-07-23 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
D 12		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)		Ryżanka z zieleniną wzmocniona 350 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 564,8 Białko ogółem [g] 58,1 Tłuszcz [g] 63,5 Węglowodany ogółem [g] 205,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 suma cukrów prostych [g] 66,2 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 439,9 Sód [mg] 457,2
	D 12/CU	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (MLE)	Ryżanka z zieleniną wzmocniona 350 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 663,8 Białko ogółem [g] 72,1 Tłuszcz [g] 67 Węglowodany ogółem [g] 208,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 suma cukrów prostych [g] 68,6 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 452,7 Sód [mg] 490,2
	D 04	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) parówka wege 120 g Pomidor 130 g	Serek naturalny 150 g (MLE)	Zupa botwinka 350 ml Kotlet jajeczny 110 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka colesław 150 g (JAJ)	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser żółty 60 g (MLE) Pasta z zielonego groszku 130 g	twaróg (ser biały) 60 g (MLE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 544,8 Białko ogółem [g] 121,4 Tłuszcz [g] 87,2 Węglowodany ogółem [g] 347,4 Błonnik pokarmowy [g] 59,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 suma cukrów prostych [g] 64 Sól [g] 7,9 Cholesterol [mg] 497,5 Sód [mg] 1 270,7

Jadłospisy w dniu 2026-07-23 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-07-23 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
D 13		Pieczyno bezglutenowe 100 g (ORZ, SOJ, SEZ) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) parówki drobiowe 120 g Pomidor bs 130 g ketchup 20 g		Zupa botwinka 350 ml Kotlet mielony b/glutenu 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Surówka colesław 150 g (JAJ)	Pieczyno bezglutenowe 100 g (ORZ, SOJ, SEZ) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g Pasta z zielonego groszku 130 g	twaróg (ser biały) 60 g (MLE) Pieczyno bezglutenowe 30 g (ORZ, SOJ, SEZ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 145 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 117,5 Węglowodany ogółem [g] 200,3 Błonnik pokarmowy [g] 43,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 suma cukrów prostych [g] 55,8 Sól [g] 3 Cholesterol [mg] 274,9 Sód [mg] 1 214,4
	D 08	kajzerka 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) parówka wege 50 g Pomidor bs 130 g		Kotlet warzywny 80 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Bukiet warzyw 150 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 110 g Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 615,3 Białko ogółem [g] 49,8 Tłuszcz [g] 48,4 Węglowodany ogółem [g] 265,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 suma cukrów prostych [g] 70,5 Sól [g] 6,3 Cholesterol [mg] 101,6 Sód [mg] 1 936,5
	D 02/SZ	kajzerka 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g Kefir 150 ml (MLE) Filet kruchy 60 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Pomidor bs 130 g	Serek naturalny 150 g (MLE)	Kotlet mielony got.na parze 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Bukiet warzyw 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 033 Białko ogółem [g] 123,3 Tłuszcz [g] 68,1 Węglowodany ogółem [g] 253,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 47,3 Sól [g] 4,4 Cholesterol [mg] 260,4 Sód [mg] 1 229,8

Jadłospisy w dniu 2026-07-23 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-07-23 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
D 04.1		kajzerka 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) parówka wege 120 g Pomidor 130 g	Sok owocowy 150 g	Kotlet warzywny 110 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml barszcz ukraiński z ziemniakami b/ml 400 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka colesław z olejem 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta zbrokuta i cukinii 110 g Pasta z zielonego groszku 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 741,4 Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 480,8 Błonnik pokarmowy [g] 102,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 suma cukrów prostych [g] 181 Sól [g] 10,7 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 2 943,4
	D 06	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Pomidor 130 g parówki drobiowe 120 g ketchup 20 g		Zupa botwinka 350 ml Kotlet mielony got.na parze 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Surówka colesław 150 g (JAJ)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g Pasta z zielonego groszku 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) twaróg (ser biały) 60 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 414,1 Białko ogółem [g] 136,6 Tłuszcz [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 317,9 Błonnik pokarmowy [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 suma cukrów prostych [g] 63,4 Sól [g] 6 Cholesterol [mg] 308,5 Sód [mg] 1 857,7
	D 11/ML	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g Sok wielowarzywny 250 ml(SEL)		Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) kotlet mielony rozdrobniony 110 g (MIE) ziemniaki puree 180 g Kompot owocowy 250 ml bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta zbrokuta i cukinii 100 g Pasta z zielonego groszku 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 044,3 Białko ogółem [g] 106,6 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 312,7 Błonnik pokarmowy [g] 49,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 suma cukrów prostych [g] 71,9 Sól [g] 6,6 Cholesterol [mg] 267,1 Sód [mg] 2 207,4

Jadłospisy w dniu 2026-07-23 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-07-23 czwartek	D 11/BS		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kasza manna na mleku 250 ml (MLE, GLU) parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g	Serek naturalny 150 g (MLE)	Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) kotlet mielony rozdrobniony 110 g (ME) ziemniaki puree 180 g Kompot owocowy 250 ml bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (MLE) Dżem 25 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 586,4 Białko ogółem [g] 144,3 Tłuszcz [g] 84,8 Węglowodany ogółem [g] 341,8 Błonnik pokarmowy [g] 46,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,4 suma cukrów prostych [g] 78,8 Sól [g] 5 Cholesterol [mg] 316,1 Sód [mg] 1 576,9
	D 12/ML		zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		Ryżanka z zieleniną wzmocniona 350 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 490,9 Białko ogółem [g] 46,3 Tłuszcz [g] 55,6 Węglowodany ogółem [g] 212,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 suma cukrów prostych [g] 44 Sól [g] 1,7 Cholesterol [mg] 14 Sód [mg] 111
	D 12/BS		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (MLE)	Ryżanka z zieleniną wzmocniona 350 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 663,8 Białko ogółem [g] 72,1 Tłuszcz [g] 67 Węglowodany ogółem [g] 208,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 suma cukrów prostych [g] 68,6 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 452,7 Sód [mg] 490,2