

Jadłospisy w dniu 2026-07-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-07-28 wtorek	D01		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Sałatka z buraków z oliwą 130 g Wędlina 40 g		Zupa z zielonego groszku 350 g (MLE, SEL) Kluski śląskie 250 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Surówka francuska 120 g (JAJ) bitka z szynki w sosie własnym 110 g	Pieczyno 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 Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Ogórki kiszane 120 g	Pieczyno pszenne 30 g (GLU) Połędwica sopocka 30 g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 294,6 Białko ogółem [g] 110,9 Tłuszcz [g] 84,6 Węglowodany ogółem [g] 295,9 Błonnik pokarmowy [g] 46,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 57,1 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 934,6 Sód [mg] 1 489,2
	D03		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Wędlina 40 g Sałatka z buraków z oliwą 130 g	Serek naturalny 150 g (MLE)	Zupa z zielonego groszku 350 g (MLE, SEL) Kluski śląskie 250 g (GLU) Surówka francuska 120 g (JAJ) bitka z szynki w sosie własnym 110 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 Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Ogórki kiszane 120 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Połędwica sopocka 30 g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 369,3 Białko ogółem [g] 123,9 Tłuszcz [g] 88,3 Węglowodany ogółem [g] 295,5 Błonnik pokarmowy [g] 51,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 suma cukrów prostych [g] 60,1 Sól [g] 5,3 Cholesterol [mg] 947,4 Sód [mg] 1 542,9
	D02		Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kasza manna na mleku 250 ml (MLE, GLU) Sałatka z buraków z oliwą 130 g Wędlina 40 g		Zupa z zielonego groszku 350 g (MLE, SEL) Kluski śląskie 250 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana 120 g (MLE, GLU) bitka z szynki w sosie własnym 110 g	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Pomidor bs 130 g	Połędwica sopocka 30 g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR) Pieczyno pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 466,2 Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 332,9 Błonnik pokarmowy [g] 44 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 suma cukrów prostych [g] 66,7 Sól [g] 5,1 Cholesterol [mg] 957 Sód [mg] 2 040,3

Jadłospisy w dniu 2026-07-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-07-28 wtorek	D 02/ML		Kajzerka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g Herbata 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Wędlina 40 g Sałatka z buraków z oliwą 130 g		Zupa z zielonego groszku 350 g (MLE, SEL) Udko gotowane 170 g Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Pomidor bs 130 g	Galaretka owocowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 315 Białko ogółem [g] 118,1 Tłuszcz [g] 101,9 Węglowodany ogółem [g] 246,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 suma cukrów prostych [g] 54,7 Sól [g] 6,1 Cholesterol [mg] 1 033,4 Sód [mg] 2 411,7
	D 07		Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Sałatka z buraków z oliwą 130 g Wędlina 40 g	Serek naturalny 150 g (MLE)	Zupa z zielonego groszku 350 g (MLE, SEL) Kluski śląskie 250 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml bitka z szynki w sosie własnym 110 g bitka z szynki w sosie własnym 110 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Pomidor bs 130 g	Polędwica sopocka 30 g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 567 Białko ogółem [g] 137,7 Tłuszcz [g] 95,1 Węglowodany ogółem [g] 317,6 Błonnik pokarmowy [g] 45,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 suma cukrów prostych [g] 65,7 Sól [g] 5,1 Cholesterol [mg] 987,6 Sód [mg] 2 037,3
	D 03/ML		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g Herbata 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Wędlina 40 g Sałatka z buraków z oliwą 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Zupa z zielonego groszku 350 g (MLE, SEL) Udko gotowane 170 g Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Ogórki kiszzone 120 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Polędwica sopocka 30 g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 244,6 Białko ogółem [g] 123,6 Tłuszcz [g] 87,6 Węglowodany ogółem [g] 255,1 Błonnik pokarmowy [g] 41,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 suma cukrów prostych [g] 59,7 Sól [g] 7,1 Cholesterol [mg] 1 035 Sód [mg] 2 277,6

Jadłospisy w dniu 2026-07-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-07-28 wtorek	D05		Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kefir 150 ml (MLE) Wędlina 40 g Herbata 250 ml Pomidor bs 130 g		bitka z szynki w sosie własnym 110 g Kompot owocowy 250 ml Zupa z zielonego groszku 350 g (MLE, SEL) Kluski śląskie 250 g (GLU) Kluski śląskie 200 g (GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka drobiowa 60 g Pomidor bs 130 g	Galaretka owocowa 200 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 962,4 Białko ogółem [g] 86,4 Tłuszcz [g] 49,3 Węglowodany ogółem [g] 307,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4 suma cukrów prostych [g] 45,8 Sól [g] 4,4 Cholesterol [mg] 224,3 Sód [mg] 1 754,6
	D11		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) paszтет drobiowy rozdrobniony 130 g Sałatka z buraków z oliwą rozdrobniona 130 g		Zupa grysikowa zmiękowana 350 ml (GLU, SEL) Udko z kurczaka pieczone rozdrobnione 150 g ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 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 jajko gotowane rozdrobnione 2 szt (JAJ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Galaretka owocowa 200 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 439,3 Białko ogółem [g] 146,9 Tłuszcz [g] 100,7 Węglowodany ogółem [g] 259,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 suma cukrów prostych [g] 41,8 Sól [g] 3,8 Cholesterol [mg] 1 060,6 Sód [mg] 1 121,4
	D11/CU		bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) paszтет drobiowy rozdrobniony 130 g Sałatka z buraków z oliwą rozdrobniona 130 g	Serek naturalny 150 g (MLE)	Zupa grysikowa zmiękowana 350 ml (GLU, SEL) Udko z kurczaka pieczone rozdrobnione 150 g ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 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 jajko gotowane rozdrobnione 2 szt (JAJ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Galaretka owocowa 200 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 536,7 Białko ogółem [g] 160,7 Tłuszcz [g] 104,2 Węglowodany ogółem [g] 261,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 suma cukrów prostych [g] 44,1 Sól [g] 3,9 Cholesterol [mg] 1 067,6 Sód [mg] 1 556,8

Jadłospisy w dniu 2026-07-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-07-28 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
D 12		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)		Zupa grysikowa zmięksovana wzmocniona 500 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 618,3 Białko ogółem [g] 65,4 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 184,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 suma cukrów prostych [g] 62,1 Sól [g] 3,4 Cholesterol [mg] 469 Sód [mg] 1 039
	D 12/CU	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (MLE)	Zupa grysikowa zmięksovana wzmocniona 500 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 717,3 Białko ogółem [g] 79,4 Tłuszcz [g] 78,2 Węglowodany ogółem [g] 187,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 suma cukrów prostych [g] 64,5 Sól [g] 3,5 Cholesterol [mg] 481,8 Sód [mg] 1 072
	D 04	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Twarożek śmietankowy 110 g (MLE) Sałatka z buraków z oliwą 130 g	Serek naturalny 150 g (MLE)	Zupa z zielonego groszku 350 g (MLE, SEL) Kluski śląskie 250 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos warzywny 50 g (SEL) Sos warzywny 100 g (SEL)	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 Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Ogórki kiszzone 120 g	Ser żółty 30 g (MLE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 515,5 Białko ogółem [g] 123,5 Tłuszcz [g] 90,3 Węglowodany ogółem [g] 331,8 Błonnik pokarmowy [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 suma cukrów prostych [g] 81,3 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 892 Sód [mg] 1 589,1

Jadłospisy w dniu 2026-07-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-07-28 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
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) Kefir 150 ml (MLE) Wędlina 40 g Sałatka z buraków z oliwą 130 g		Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Udka gotowane 170 g Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany 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 Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Ogórki kiszone 120 g	Polędwica sopočka 30 g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR) Pieczyno bezglutenowe 30 g (ORZ, SOJ, SEZ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 145,8 Białko ogółem [g] 111,4 Tłuszcz [g] 133,1 Węglowodany ogółem [g] 142,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 suma cukrów prostych [g] 51,8 Sól [g] 4,2 Cholesterol [mg] 1 041,8 Sód [mg] 1 694,4
	D 08	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Herbata 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Pasta z marchewki 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa z zielonego groszku 350 g (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kotlet warzywny 90 g (GLU)	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z soczewicy 60 g Pomidor bs 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 659,6 Białko ogółem [g] 50,2 Tłuszcz [g] 51,6 Węglowodany ogółem [g] 271,3 Błonnik pokarmowy [g] 50,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 suma cukrów prostych [g] 81,7 Sól [g] 6,4 Cholesterol [mg] 88 Sód [mg] 2 277,1
	D 02/SZ	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kefir 150 ml (MLE) Wędlina 40 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Pomidor bs 130 g	Serek naturalny 150 g (MLE)	Kluski śląskie 250 g (GLU) bitka z szynki w sosie własnym 110 g Kluski śląskie 250 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa z zielonego groszku 350 g (MLE, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka drobiowa 60 g Pomidor bs 130 g	Galaretka owocowa 200 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 367,2 Białko ogółem [g] 108,5 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 337,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 suma cukrów prostych [g] 53,1 Sól [g] 4,6 Cholesterol [mg] 303,2 Sód [mg] 1 826,2

Jadłospisy w dniu 2026-07-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-07-28 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
D 04.1		Kajzerka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g Herbata 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Pasta z marchewki 110 g Sałatka z buraków z oliwą 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Zupa z zielonego groszku 350 g (MLE, SEL) Brokuł gotowany 150 g Kotlet warzywny 110 g (GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z soczewicy 110 g Ogórki kiszzone 120 g	Sok wielowarzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 927,7 Białko ogółem [g] 63,4 Tłuszcz [g] 47 Węglowodany ogółem [g] 338,7 Błonnik pokarmowy [g] 60,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 suma cukrów prostych [g] 98,5 Sól [g] 7,2 Cholesterol [mg] 88 Sód [mg] 2 882,7
	D 06	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Sałatka z buraków z oliwą 180 g Wędlina 40 g		Zupa z zielonego groszku 350 g (MLE, SEL) Kluski śląskie 250 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml bitka z szynki w sosie własnym 110 g Jabłko 1 szt	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Ogórki kiszzone 120 g	pieczywo żytnie 50 g (ŻYT) Polędwica sopocka 30 g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 422,7 Białko ogółem [g] 109,5 Tłuszcz [g] 88,1 Węglowodany ogółem [g] 324,7 Błonnik pokarmowy [g] 54,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 suma cukrów prostych [g] 79 Sól [g] 5,3 Cholesterol [mg] 934,6 Sód [mg] 1 568,8
	D 11/ML	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Herbata 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g Sałatka z buraków z oliwą rozdobniona 130 g		Zupa grysikowa zmiękowana 350 ml (GLU, SEL) Udko z kurczaka pieczone rozdrobnione 150 g ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 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 jajko gotowane rozdrobnione 2 szt (JAJ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Galaretka owocowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 337,8 Białko ogółem [g] 137,2 Tłuszcz [g] 94 Węglowodany ogółem [g] 250,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 47,6 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 1 053 Sód [mg] 1 868,8

Jadłospisy w dniu 2026-07-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-07-28 wtorek	D 11/BS		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) paszтет drobiowy rozdrobniony 130 g Sałatka z buraków z oliwą rozdrobniona 130 g	Serek naturalny 150 g (MLE)	Zupa grysikowa zmiękowana 350 ml (GLU, SEL) Udka z kurczaka pieczone rozdrobnione 150 g ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 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 jajko gotowane rozdrobnione 2 szt (JAJ) pomidor bś rozdrobniony 130 g	Galaretka owocowa 200 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 536,7 Białko ogółem [g] 160,7 Tłuszcz [g] 104,2 Węglowodany ogółem [g] 261,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 suma cukrów prostych [g] 44,1 Sól [g] 3,9 Cholesterol [mg] 1 073,3 Sód [mg] 1 154,8
	D 12/ML		zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		Zupa grysikowa zmiękowana wzmocniona 500 ml (GLU, 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] [kcal] 1 544,4 Białko ogółem [g] 53,6 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 192,5 Błonnik pokarmowy [g] 34 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 suma cukrów prostych [g] 39,9 Sól [g] 3,2 Cholesterol [mg] 43,1 Sód [mg] 692,8
	D 12/BS		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (MLE)	Zupa grysikowa zmiękowana wzmocniona 500 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 717,3 Białko ogółem [g] 79,4 Tłuszcz [g] 78,2 Węglowodany ogółem [g] 187,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 suma cukrów prostych [g] 64,5 Sól [g] 3,5 Cholesterol [mg] 481,8 Sód [mg] 1 072