

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tluszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
2026-04-27 poniedziałek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor b/skórki 40 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pasta z groszku zielonego+ 60g Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 70 g (JAJ, MLE.) Marchew gotowana + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g
		II ŚN		Chipsy z selera 50 g (SEL.)	Marchew talarki gotowane + 50 g		Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
2026-04-27 poniedziałek	Obiad	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Prażone jabłka + 100 g Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos koperkowy dieta + 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Prażone jabłka + 100 g Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Prażone jabłka + 100 g Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ryżowa z ziemniakami + mix 400 g (SOJ, SEL.) Puree ziemniaczane + 200 g (MLE.) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + rozdrobniona 100 g Sos koperkowy dieta + 100 g (MLE.) Ddynia na parze + puree 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Prażone jabłka + 100 g Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PD		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)		
2026-04-27 poniedziałek	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 5 g Buraki gotowane súpki + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 5 g Buraki gotowane súpki + 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek ziarnisty naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 5 g Buraki gotowane súpki + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE.) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 5 g Buraki gotowane súpki + 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 80 g (MLE.) Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (SOJ, GOR.) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g Buraki gotowane súpki + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 80 g (MLE.) Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Seler gotowany + puree 40 g (SEL.) Buraki gotowane súpki + puree 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 80 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 5 g Buraki gotowane súpki + 40 g
			Wartość energetyczna: 2357.66 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz: 55.43 g; Kw. tł. nasy.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 396.33 g; W tym cukry: 113.84 g; Błonnik pok.: 30.40 g; Sól: 11.08 g;	Wartość energetyczna: 2428.66 kcal; Białko ogółem: 101.04 g; Tłuszcz: 55.75 g; Kw. tł. nasy.: 25.02 g; Węglowodany ogółem: 396.94 g; W tym cukry: 117.12 g; Błonnik pok.: 23.73 g; Sól: 8.96 g;	Wartość energetyczna: 1988.87 kcal; Białko ogółem: 106.44 g; Tłuszcz: 60.13 g; Kw. tł. nasy.: 19.64 g; Węglowodany ogółem: 295.96 g; W tym cukry: 41.82 g; Błonnik pok.: 42.54 g; Sól: 13.10 g;	Wartość energetyczna: 2556.21 kcal; Białko ogółem: 109.79 g; Tłuszcz: 60.61 g; Kw. tł. nasy.: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 410.08 g; W tym cukry: 119.87 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sól: 9.38 g;	Wartość energetyczna: 2599.61 kcal; Białko ogółem: 93.00 g; Tłuszcz: 77.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 411.48 g; W tym cukry: 115.51 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sól: 10.39 g;	Wartość energetyczna: 2465.70 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 81.17 g; Kw. tł. nasy.: 36.60 g; Węglowodany ogółem: 341.81 g; W tym cukry: 88.46 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sól: 11.25 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
2026-04-28 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 70 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata zielona 5 g Seler gotowany + 40 g (<u>SEL.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek + 70 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g Seler gotowany + 40 g (<u>SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 5 g Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 70 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 40 g
		II SN		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g Brokuł gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt				Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Burger z soczewicy pieczony + 2 [Por] x 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Brokuł gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami + mix 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Gulasz wieprzowy (dieta) + rozdrobniona 200 g Marchew gotowana + puree 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g Brokuł gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD		Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Ogórek kiszony 40 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 40 g	
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Roszponka 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Roszponka 5g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Roszponka 5g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pomidor 40g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Roszponka 5g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Powidła śliwkowe 50 g Serek Fromage 70 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Roszponka 5g Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z kurczaka i warzyw + 70 g (<u>SEL.</u>) Dyńka pieczona + puree 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Roszponka 5g Pomidor 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2149.76 kcal; Białko ogółem: 107.07 g; Tłuszcz: 66.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 305.24 g; W tym cukry: 51.22 g; Błonnik pok.: 30.58 g; Sól: 14.50 g;	Wartość energetyczna: 2199.89 kcal; Białko ogółem: 111.11 g; Tłuszcz: 66.36 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; Węglowodany ogółem: 306.42 g; W tym cukry: 53.59 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sól: 12.53 g;	Wartość energetyczna: 2283.67 kcal; Białko ogółem: 114.12 g; Tłuszcz: 71.24 g; Kw. tł. nasy.: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 343.96 g; W tym cukry: 55.15 g; Błonnik pok.: 45.21 g; Sól: 15.70 g;	Wartość energetyczna: 2515.72 kcal; Białko ogółem: 117.82 g; Tłuszcz: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 369.58 g; W tym cukry: 101.36 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 12.80 g;	Wartość energetyczna: 2404.86 kcal; Białko ogółem: 78.93 g; Tłuszcz: 76.68 g; Kw. tł. nasy.: 39.37 g; Węglowodany ogółem: 376.86 g; W tym cukry: 77.84 g; Błonnik pok.: 34.99 g; Sól: 11.06 g;	Wartość energetyczna: 2425.15 kcal; Białko ogółem: 102.76 g; Tłuszcz: 68.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 364.01 g; W tym cukry: 103.93 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sól: 11.76 g;	Wartość energetyczna: 2529.96 kcal; Białko ogółem: 113.76 g; Tłuszcz: 76.16 g; Kw. tł. nasy.: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 375.40 g; W tym cukry: 82.76 g; Błonnik pok.: 32.78 g; Sól: 16.09 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tluszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Vegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
2026-04-29 środa	Śniadanie	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<u>RYB</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<u>RYB</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<u>RYB</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u>) Pomidor 40 g Salata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<u>RYB</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Salata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<u>RYB</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<u>RYB</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u>) Pomidor 40 g Salata zielona 5 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g		Banan 1/2 szt. 1 Por	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet wieprzowy mielony + 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Surówka z selera i jabłka b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos pomidorowy + 100 g Surówka z selera i jabłka b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet wieprzowy mielony + 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Surówka z selera i jabłka b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos pomidorowy + 100 g Surówka z selera i jabłka b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Dip jogurtowy naturalny + 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami + mix 400 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Zrazik z kurczaka pieczony + rozdrobniony 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos pomidorowy + 100 g Seler gotowany + puree 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet wieprzowy mielony + 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Surówka z selera i jabłka b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Salatka z brokulą, ciecierzycą, pestkami słonecznika i koperkiem 150 g	Kasza manna na mleku z cynamonem 200 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u>)		Kasza manna na mleku z cynamonem mix 200 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u>)	Kasza manna na mleku z cynamonem 200 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u>)
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 5 g Dżem 30 g Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem + 60 g (<u>MLE</u>) Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Dżem 30 g Pomidor b/skórki 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus + 50 g (<u>SOJ</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 5 g Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem + 60 g (<u>MLE</u>) Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Dżem 30 g Salata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 30 g Hummus + 50 g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 5 g Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem + 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 30 g Pasta z brokula + 40 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ</u>) Dżem 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2180.89 kcal; Białko ogółem: 81.10 g; Tłuszcz: 73.93 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 330.07 g; W tym cukry: 85.61 g; Błonnik pok.: 33.39 g; Sól: 11.77 g;	Wartość energetyczna: 2089.81 kcal; Białko ogółem: 79.63 g; Tłuszcz: 55.41 g; Kw. tł. nasy.: 20.30 g; Węglowodany ogółem: 340.02 g; W tym cukry: 95.02 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 9.35 g;	Wartość energetyczna: 2438.83 kcal; Białko ogółem: 106.00 g; Tłuszcz: 98.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.76 g; Węglowodany ogółem: 334.56 g; W tym cukry: 41.39 g; Błonnik pok.: 51.25 g; Sól: 13.63 g;	Wartość energetyczna: 2442.40 kcal; Białko ogółem: 98.87 g; Tłuszcz: 64.52 g; Kw. tł. nasy.: 25.40 g; Węglowodany ogółem: 389.93 g; W tym cukry: 103.90 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 10.48 g;	Wartość energetyczna: 2416.57 kcal; Białko ogółem: 66.69 g; Tłuszcz: 82.88 g; Kw. tł. nasy.: 32.29 g; Węglowodany ogółem: 383.00 g; W tym cukry: 116.86 g; Błonnik pok.: 30.31 g; Sól: 11.10 g;	Wartość energetyczna: 2339.97 kcal; Białko ogółem: 95.78 g; Tłuszcz: 56.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.96 g; Węglowodany ogółem: 389.98 g; W tym cukry: 101.13 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 10.16 g;	Wartość energetyczna: 2523.47 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 82.94 g; Kw. tł. nasy.: 36.59 g; Węglowodany ogółem: 380.02 g; W tym cukry: 93.89 g; Błonnik pok.: 35.52 g; Sól: 13.22 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tluszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
2026-04-30 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Ogórek kiszony 40 g Słupki kalarepy + 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Marchew talarki gotowane + 40 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Ogórek kiszony 40 g Słupki kalarepy + 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Marchew talarki gotowane + 40 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Słupki kalarepy + 40 g Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Pasta z jaj z koperkiem dieta + 100 g (<u>JAJ, MLE</u>) Marchew talarki gotowane + 80 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Ogórek kiszony 40 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Sałata zielona 5 g
		II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z morschuczka 120g + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ.</u>) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze z/s + 100 g (<u>RYB</u>) Buraki gotowane słupki + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos cytrynowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z morschuczka 120g + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ.</u>) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze z/s + 100 g (<u>RYB</u>) Buraki gotowane słupki + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos cytrynowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Płacuszki z cukini 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Pulpet z miruny na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ.</u>) Sos cytrynowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Buraki gotowane słupki + puree 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g Kotlet z morschuczka 120g + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ.</u>) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE</u>)		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE</u>)	
	Kolejca	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Twarożek + 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g Rzodkiew biała 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Twarożek + 60 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Seler gotowany + 40 g (<u>SEL</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Twarożek + 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Twarożek + 60 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Seler gotowany + 40 g (<u>SEL</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Hummus + 70 g (<u>SOJ</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 70 g (<u>SEL</u>) Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Seler gotowany + puree 40 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Twarożek + 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g
		Wartość energetyczna: 1997.21 kcal; Białko ogółem: 87.68 g; Tłuszcz: 53.79 g; Kw. tł. nasy.: 19.43 g; Węglowodany ogółem: 314.68 g; W tym cukry: 66.79 g; Błonnik pok.: 27.26 g; Sól: 13.01 g;	Wartość energetyczna: 2101.52 kcal; Białko ogółem: 101.85 g; Tłuszcz: 50.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 319.31 g; W tym cukry: 75.30 g; Błonnik pok.: 20.47 g; Sól: 11.15 g;	Wartość energetyczna: 2063.90 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Tłuszcz: 63.38 g; Kw. tł. nasy.: 15.22 g; Węglowodany ogółem: 314.75 g; W tym cukry: 40.02 g; Błonnik pok.: 41.36 g; Sól: 13.85 g;	Wartość energetyczna: 2372.15 kcal; Białko ogółem: 115.50 g; Tłuszcz: 56.15 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 360.49 g; W tym cukry: 78.15 g; Błonnik pok.: 20.47 g; Sól: 11.74 g;	Wartość energetyczna: 2180.46 kcal; Białko ogółem: 65.67 g; Tłuszcz: 89.45 g; Kw. tł. nasy.: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 303.34 g; W tym cukry: 72.63 g; Błonnik pok.: 28.59 g; Sól: 10.40 g;	Wartość energetyczna: 2397.10 kcal; Białko ogółem: 91.10 g; Tłuszcz: 68.55 g; Kw. tł. nasy.: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 367.42 g; W tym cukry: 111.99 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 10.42 g;	Wartość energetyczna: 2368.69 kcal; Białko ogółem: 94.58 g; Tłuszcz: 55.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.24 g; Węglowodany ogółem: 397.39 g; W tym cukry: 100.05 g; Błonnik pok.: 28.19 g; Sól: 13.30 g;

Jadłospis za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tluszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Pasta z twarogu i wędliny drob - wp z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Pasta z twarogu i wędliny drob - wp z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i wędliny drob - wp z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ</u>) Banan 1szt. 1 szt Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Pasta z twarogu i wędliny drob - wp z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 5 g	Kasza manna na mleku MIX 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Pasta z twarogu i wędliny drob - wp z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 5 g	Kasza manna na mleku MIX 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Pasta z twarogu i wędliny drob - wp z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Pasta z twarogu i wędliny drob - wp z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 5 g
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5g Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 40 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 5 g		Chrupki kukurydziane 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 40 g	
Obiad	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Kalańfort gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Kalańfort gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Zapiekanka ziemniaczana z pieczarką, papryką kolorową, ogórkiem konserwowym i kukurydzą + 300 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z makaronem + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Dynia na parze + puree 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5g Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE</u>)		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE</u>)	
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Salatka z pomidorów i koperku + 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g Dynia na parze + 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Salatka z pomidorów i koperku + 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g Dynia na parze + 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki + 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Salatka z pomidorów i koperku + 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 5 g Dynia na parze + 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Salatka z pomidorów i koperku + 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g Dynia na parze + 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salatka z pomidorów i koperku + 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g Dynia na parze + 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Seler gotowany + puree 40 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 5 g Dynia na parze + puree 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Salatka z pomidorów i koperku + 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g Dynia na parze + 40 g	
		Wartość energetyczna: 2516.10 kcal; Białko ogółem: 107.30 g; Tłuszcz: 72.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.92 g; Węglowodany ogółem: 386.30 g; W tym cukry: 90.82 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sól: 13.46 g;	Wartość energetyczna: 2503.54 kcal; Białko ogółem: 116.30 g; Tłuszcz: 65.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 381.17 g; W tym cukry: 89.50 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sól: 12.15 g;	Wartość energetyczna: 2486.98 kcal; Białko ogółem: 120.58 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.22 g; Węglowodany ogółem: 383.65 g; W tym cukry: 44.02 g; Błonnik pok.: 53.81 g; Sól: 14.44 g;	Wartość energetyczna: 2846.15 kcal; Białko ogółem: 131.54 g; Tłuszcz: 74.96 g; Kw. tł. nasy.: 29.10 g; Węglowodany ogółem: 431.46 g; W tym cukry: 107.13 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 13.49 g;	Wartość energetyczna: 2610.38 kcal; Białko ogółem: 87.98 g; Tłuszcz: 103.97 g; Kw. tł. nasy.: 34.23 g; Węglowodany ogółem: 359.65 g; W tym cukry: 109.45 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sól: 13.27 g;	Wartość energetyczna: 2568.12 kcal; Białko ogółem: 117.70 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 22.09 g; Węglowodany ogółem: 382.19 g; W tym cukry: 85.57 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 2855.88 kcal; Białko ogółem: 121.43 g; Tłuszcz: 82.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.74 g; Węglowodany ogółem: 438.22 g; W tym cukry: 109.01 g; Błonnik pok.: 37.76 g; Sól: 15.14 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
2026-05-02 sobota	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Salata zielona 5 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Salata zielona 5 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 5 g Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (SOJ, GOR.) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 5 g Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor b/skórki 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (SOJ, GOR.) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 5 g Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek twarogowy homogenizowany + 80 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 5 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Salata zielona 5 g Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Pomidor b/skórki 40 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Salata zielona 5 g Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g
		II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Salata lodowa 5 g		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 40 g
	Obiad	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna + 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowo-ryżowy na parze + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pomidorowy + 100 g	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna + 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowo-ryżowy na parze + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pomidorowy + 100 g	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna + 250 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowo-ryżowy na parze + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pomidorowy + 100 g	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna + 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowo-ryżowy na parze + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pomidorowy + 100 g	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL.) Pyzy z farszem szpinakowym z serem + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ziemniaczana + mix 400 g (MLE, SEL.) Pulpet wieprzowo-ryżowy na parze + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 130 g Brokuł gotowany + puree 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pomidorowy + 100 g	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna + 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowo-ryżowy na parze + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pomidorowy + 100 g
	PD		Kefir 1,5% tł 150g	1 Por (MLE.)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet z soczewicy + 50 g (JAJ.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Słupki rzodkwi białej + 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Buraki gotowane słupki + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Buraki gotowane słupki + 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet z soczewicy + 50 g (JAJ.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Słupki rzodkwi białej + 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Buraki gotowane słupki + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Buraki gotowane słupki + 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet z soczewicy + 50 g (JAJ.) Miód (25g) 1 szt Słupki rzodkwi białej + 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Buraki gotowane słupki + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta ze schabu w ziołach + 70 g Miód (25g) 1 szt Buraki gotowane słupki + 80 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet z soczewicy + 50 g (JAJ.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Słupki rzodkwi białej + 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Buraki gotowane słupki + 40 g
		Wartość energetyczna: 2263.87 kcal; Białko ogółem: 93.29 g; Tłuszcz: 61.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 365.67 g; W tym cukry: 64.21 g; Błonnik pok.: 35.87 g; Sól: 11.44 g;	Wartość energetyczna: 2274.26 kcal; Białko ogółem: 101.90 g; Tłuszcz: 51.98 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 373.44 g; W tym cukry: 82.57 g; Błonnik pok.: 27.56 g; Sól: 9.31 g;	Wartość energetyczna: 2411.71 kcal; Białko ogółem: 107.98 g; Tłuszcz: 64.69 g; Kw. tł. nasy.: 16.67 g; Węglowodany ogółem: 403.88 g; W tym cukry: 56.60 g; Błonnik pok.: 52.34 g; Sól: 12.02 g;	Wartość energetyczna: 2530.43 kcal; Białko ogółem: 115.51 g; Tłuszcz: 59.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 408.39 g; W tym cukry: 87.37 g; Błonnik pok.: 28.56 g; Sól: 10.65 g;	Wartość energetyczna: 2251.48 kcal; Białko ogółem: 60.34 g; Tłuszcz: 64.02 g; Kw. tł. nasy.: 19.48 g; Węglowodany ogółem: 385.15 g; W tym cukry: 80.98 g; Błonnik pok.: 34.90 g; Sól: 10.57 g;	Wartość energetyczna: 2581.74 kcal; Białko ogółem: 108.26 g; Tłuszcz: 66.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 404.82 g; W tym cukry: 139.16 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2517.10 kcal; Białko ogółem: 105.78 g; Tłuszcz: 69.01 g; Kw. tł. nasy.: 26.80 g; Węglowodany ogółem: 402.24 g; W tym cukry: 69.56 g; Błonnik pok.: 38.04 g; Sól: 13.11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tluszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus + 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ.</u>) Paszтет sojowy z pomidorami 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Seler gotowany + puree 50 g (<u>SEL.</u>) Jabłko pieczone 1 szt. puree 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5 g		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g
2026-05-03 niedziela			Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JEJCZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Potrawka z kurczaka + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JEJCZ.</u>) Leczo wegetariańskie z tofu duszone + 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ryz biały + 200 g Surówka z selera i jabłka b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny + mix 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GLU JEJCZ.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Potrawka z kurczaka + rozdrobniona 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Seler gotowany + puree 130 g (<u>SEL.</u>)	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JEJCZ.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Potrawka z kurczaka + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Seler gotowany + 40 g (<u>SEL.</u>) Rukola 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Rukola 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Seler gotowany + 40 g (<u>SEL.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Seler gotowany + 40 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Rukola 5 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Seler gotowany + 40 g (<u>SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 40 g Rukola 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Seler gotowany + 40 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z kurczaka + 70 g Szpinaż gotowany z olejem + puree 40 g Seler gotowany + puree 40 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Rukola 5 g Seler gotowany + 40 g (<u>SEL.</u>)
	Wartość energetyczna: 1764.04 kcal; Białko ogółem: 75.61 g; Tłuszcz: 52.15 g; Kw. tł. nasy.: 17.10 g; Węglowodany ogółem: 273.86 g; W tym cukry: 41.37 g; Błonnik pok.: 32.50 g; Sól: 12.83 g;	Wartość energetyczna: 1906.54 kcal; Białko ogółem: 86.79 g; Tłuszcz: 52.34 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 291.58 g; W tym cukry: 43.66 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 11.01 g;	Wartość energetyczna: 1961.87 kcal; Białko ogółem: 91.32 g; Tłuszcz: 58.04 g; Kw. tł. nasy.: 13.00 g; Węglowodany ogółem: 319.51 g; W tym cukry: 28.17 g; Błonnik pok.: 50.49 g; Sól: 13.80 g;	Wartość energetyczna: 2236.86 kcal; Białko ogółem: 106.88 g; Tłuszcz: 63.73 g; Kw. tł. nasy.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 329.92 g; W tym cukry: 44.62 g; Błonnik pok.: 28.57 g; Sól: 13.12 g;	Wartość energetyczna: 2142.33 kcal; Białko ogółem: 57.22 g; Tłuszcz: 68.47 g; Kw. tł. nasy.: 18.25 g; Węglowodany ogółem: 353.55 g; W tym cukry: 42.31 g; Błonnik pok.: 37.21 g; Sól: 13.28 g;	Wartość energetyczna: 2119.35 kcal; Białko ogółem: 89.32 g; Tłuszcz: 55.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.65 g; Węglowodany ogółem: 336.68 g; W tym cukry: 73.20 g; Błonnik pok.: 35.25 g; Sól: 11.42 g;	Wartość energetyczna: 2215.32 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Tłuszcz: 67.24 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 334.35 g; W tym cukry: 75.58 g; Błonnik pok.: 34.79 g; Sól: 14.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria		
2026-05-04 poniedziałek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Marchew talarki gotowane + 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Marchew talarki gotowane + 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Słupki rzodkwi białej + 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 40 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Marchew talarki gotowane + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Pasta z fasoli z cebulka + 60 g Słupki rzodkwi białej + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g Pomidor 40 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek śmietankowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Serek śmietankowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Pasta z brokuła + 40 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Słupki rzodkwi białej + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g Pomidor 40 g	
		Obiad			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 40 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salata zielona 5 g		Sok jabłkowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g
				Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż biały + 200 g Sos a'la boloński z tofu + 200 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Kalańfior gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż brązowy + 200 g Sos a'la boloński z tofu + 200 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa żółta gotowana + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż biały + 200 g Sos a'la boloński z tofu + 200 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Kalańfior gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż biały + 200 g Sos a'la boloński z tofu + 200 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa żółta gotowana + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Sos a'la boloński z tofu + rozdrobniony 200 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Seler gotowany + puree 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż biały + 200 g Sos a'la boloński z tofu + 200 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Kalańfior gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
			Kolacja		Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)
	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 40 g Twarożek z natką pietruszki + 30 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)			Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Twarożek z natką pietruszki + 30 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Twarożek z natką pietruszki + 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Twarożek z natką pietruszki + 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Tofu 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 40 g Twarożek z natką pietruszki + 30 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 60 g (<u>SEL.</u>) Pasta z groszku zielonego + 40 g Salata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twarożek z natką pietruszki + 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)
	Wartość energetyczna: 2140.36 kcal; Białko ogółem: 77.59 g; Tłuszcz: 61.03 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 343.77 g; W tym cukry: 56.29 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sól: 14.18 g;	Wartość energetyczna: 2224.24 kcal; Białko ogółem: 84.21 g; Tłuszcz: 61.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; Węglowodany ogółem: 347.98 g; W tym cukry: 59.08 g; Błonnik pok.: 22.45 g; Sól: 12.64 g;		Wartość energetyczna: 2266.28 kcal; Białko ogółem: 90.96 g; Tłuszcz: 71.83 g; Kw. tł. nasy.: 23.87 g; Węglowodany ogółem: 358.09 g; W tym cukry: 51.22 g; Błonnik pok.: 51.06 g; Sól: 15.02 g;	Wartość energetyczna: 2655.12 kcal; Białko ogółem: 103.41 g; Tłuszcz: 71.61 g; Kw. tł. nasy.: 33.78 g; Węglowodany ogółem: 414.22 g; W tym cukry: 84.77 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sól: 14.98 g;	Wartość energetyczna: 2261.69 kcal; Białko ogółem: 73.80 g; Tłuszcz: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 27.08 g; Węglowodany ogółem: 372.00 g; W tym cukry: 56.97 g; Błonnik pok.: 35.92 g; Sól: 11.99 g;	Wartość energetyczna: 2461.29 kcal; Białko ogółem: 76.72 g; Tłuszcz: 81.10 g; Kw. tł. nasy.: 36.12 g; Węglowodany ogółem: 373.37 g; W tym cukry: 102.69 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 10.58 g;	Wartość energetyczna: 2561.24 kcal; Białko ogółem: 95.39 g; Tłuszcz: 71.32 g; Kw. tł. nasy.: 33.86 g; Węglowodany ogółem: 410.06 g; W tym cukry: 81.39 g; Błonnik pok.: 31.07 g; Sól: 16.85 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tluszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
2026-05-05 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser wędzony 50 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Rzodkiew biała 40 g Salata lodowa 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Miód (25g) 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Pomidor b/skórki 40 g Salata lodowa 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser wędzony 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Rzodkiew biała 40 g Salata lodowa 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 70 g (<u>SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Pomidor 40 g Salata lodowa 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser wędzony 50 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Rzodkiew biała 40 g Salata lodowa 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE.</u>) Brokul gotowany + puree 40 g Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Miód (25g) 2 szt Salata lodowa 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser wędzony 50 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Rzodkiew biała 40 g Salata lodowa 5 g
		II ŚN		Chipsy z selera 50 g (<u>SEL.</u>)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE.</u>) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE.</u>) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj pieczony dieta + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa selerowa z ziemniakami + mix 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE.</u>) Buraki gotowane słupki + puree 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE.</u>) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PD		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Salata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Salata zielona 5 g		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 5 g Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Marchew talarki gotowane + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Marchew talarki gotowane + 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 5 g Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 40 g Salata zielona 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Marchew talarki gotowane + 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 5 g Marchew talarki gotowane + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 100g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Banan 1/2 szt. 1 Por Marchew talarki gotowane + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Marchew talarki gotowane + 40 g	
		Wartość energetyczna: 2356.25 kcal; Białko ogółem: 87.22 g; Tłuszcz: 69.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 362.50 g; W tym cukry: 106.64 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sól: 13.37 g;	Wartość energetyczna: 2361.36 kcal; Białko ogółem: 90.20 g; Tłuszcz: 69.73 g; Kw. tł. nasy.: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 361.99 g; W tym cukry: 115.15 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sól: 11.83 g;	Wartość energetyczna: 2311.34 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 79.44 g; Kw. tł. nasy.: 18.00 g; Węglowodany ogółem: 333.69 g; W tym cukry: 57.39 g; Błonnik pok.: 48.53 g; Sól: 15.81 g;	Wartość energetyczna: 2642.89 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; Tłuszcz: 80.74 g; Kw. tł. nasy.: 31.92 g; Węglowodany ogółem: 391.83 g; W tym cukry: 119.41 g; Błonnik pok.: 29.20 g; Sól: 14.06 g;	Wartość energetyczna: 2418.08 kcal; Białko ogółem: 75.59 g; Tłuszcz: 81.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 365.25 g; W tym cukry: 110.12 g; Błonnik pok.: 36.19 g; Sól: 12.43 g;	Wartość energetyczna: 2671.47 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Tłuszcz: 66.37 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 430.73 g; W tym cukry: 177.82 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sól: 11.34 g;	Wartość energetyczna: 2748.92 kcal; Białko ogółem: 100.11 g; Tłuszcz: 84.26 g; Kw. tł. nasy.: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 418.11 g; W tym cukry: 131.21 g; Błonnik pok.: 35.65 g; Sól: 15.61 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt Pomidor 40 g Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Dżem 50 g Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40 g Salata zielona 5 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Pomidor 40 g Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Dżem 50 g Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Dżem 50 g Serek Fromage 70 g (GLU PSZ, MLE) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku MIX 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1 szt. puree 1 szt Seler z pietruszką gotowany z olejem + puree 40 g (GLU PSZ, SEL) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40 g Salata zielona 5 g
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 5 g		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 5 g
2026-05-06 środa Obiad	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy panierowany pieczony + 120 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z marchwi i selera z olejem + 130 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony cały + 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem + 130 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy + 100 g (MLE)			Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE) Racuchy z mozzarellą + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Surówka z marchwi i selera z olejem + 130 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + mix 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE) Kotlet schabowy panierowany pieczony + 120 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z marchwi i selera z olejem + 130 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy panierowany pieczony + 120 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z marchwi i selera z olejem + 130 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)	
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z makreli wędzonej, groszku i cebuli + 60 g (RYB) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata lodowa 5 g Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Ogórek kiszony 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz z mintaja z warzywami + 60 g (RYB, SOJ, SEL) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salata lodowa 5 g Seler gotowany + 40 g (SEL)	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej, groszku i cebuli + 60 g (RYB) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata lodowa 5 g Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Ogórek kiszony 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz z mintaja z warzywami + 60 g (RYB, SOJ, SEL) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salata lodowa 5 g Seler gotowany + 40 g (SEL)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 70 g (może zawierać: MLE, GOR) Dylnia na parze + puree 40 g Seler gotowany + 40 g (SEL) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata lodowa 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z makreli wędzonej, groszku i cebuli + 60 g (RYB) Pomidor 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE) Salata lodowa 5 g Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Ogórek kiszony 40 g
		Wartość energetyczna: 2340.32 kcal; Białko ogółem: 102.40 g; Tłuszcz: 68.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 356.65 g; W tym cukry: 87.42 g; Błonnik pok.: 34.91 g; Sól: 14.45 g;	Wartość energetyczna: 2423.65 kcal; Białko ogółem: 117.74 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.18 g; Węglowodany ogółem: 357.76 g; W tym cukry: 95.04 g; Błonnik pok.: 31.95 g; Sól: 11.87 g;	Wartość energetyczna: 2479.56 kcal; Białko ogółem: 131.74 g; Tłuszcz: 95.50 g; Kw. tł. nasy.: 32.42 g; Węglowodany ogółem: 325.02 g; W tym cukry: 50.20 g; Błonnik pok.: 50.59 g; Sól: 15.45 g;	Wartość energetyczna: 2793.13 kcal; Białko ogółem: 136.67 g; Tłuszcz: 80.23 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 406.04 g; W tym cukry: 118.38 g; Błonnik pok.: 33.39 g; Sól: 12.68 g;	Wartość energetyczna: 2838.53 kcal; Białko ogółem: 92.37 g; Tłuszcz: 120.61 g; Kw. tł. nasy.: 52.79 g; Węglowodany ogółem: 370.14 g; W tym cukry: 91.76 g; Błonnik pok.: 32.10 g; Sól: 13.23 g;	Wartość energetyczna: 2488.23 kcal; Białko ogółem: 117.97 g; Tłuszcz: 65.58 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 371.71 g; W tym cukry: 115.74 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 11.23 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
2026-05-07 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 40 g Salata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 40 g Salata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Powidła śliwkowe 30 g Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Pasta warzywna + 80 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>)
		II ŚN	Marchew talarki + 50 g				Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Marchew talarki + 50 g
2026-05-07 czwartek	Obiad	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Kociolek z kurczaka meksykański + 200 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki gotowane + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g Buraki gotowane + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Kociolek z kurczaka meksykański + 200 g (<u>MLE</u>) Buraki gotowane + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g Buraki gotowane + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Naleśniki z farszem szpinakowym + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Buraki gotowane + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami + MIX 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Gulasz wieprzowy (dieta) + rozdrobniony 200 g Buraki gotowane + puree 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kociolek z kurczaka meksykański + 200 g (<u>MLE</u>) Buraki gotowane + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PD		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Kasza manna z musem z owoców 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)		Kasza manna z musem z owoców mix 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Kasza manna z musem z owoców 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)
2026-05-07 czwartek	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 5 g Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 5 g Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenno 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt Salata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt Salata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 60 g (<u>SEL</u>) Miód (25g) 1 szt Kalafior gotowany + puree 40 g Salata zielona 5 [Por] x 20 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt Salata zielona 5 g
			Wartość energetyczna: 2048.03 kcal; Białko ogółem: 89.41 g; Tłuszcz: 54.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 327.31 g; W tym cukry: 77.99 g; Błonnik pok.: 35.53 g; Sól: 13.14 g;	Wartość energetyczna: 2165.73 kcal; Białko ogółem: 96.07 g; Tłuszcz: 59.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 328.89 g; W tym cukry: 85.86 g; Błonnik pok.: 26.19 g; Sól: 12.10 g;	Wartość energetyczna: 2048.65 kcal; Białko ogółem: 95.67 g; Tłuszcz: 53.06 g; Kw. tł. nasy.: 14.85 g; Węglowodany ogółem: 342.70 g; W tym cukry: 71.26 g; Błonnik pok.: 49.49 g; Sól: 12.74 g;	Wartość energetyczna: 2326.65 kcal; Białko ogółem: 103.01 g; Tłuszcz: 62.82 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 356.68 g; W tym cukry: 95.79 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 12.36 g;	Wartość energetyczna: 2483.80 kcal; Białko ogółem: 82.33 g; Tłuszcz: 103.79 g; Kw. tł. nasy.: 54.76 g; Węglowodany ogółem: 329.61 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sól: 12.79 g;	Wartość energetyczna: 2400.66 kcal; Białko ogółem: 105.39 g; Tłuszcz: 71.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 349.59 g; W tym cukry: 86.11 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 12.71 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
2026-05-08 piątek	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE) Pasztet z fasoli + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 5 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 5 g Pomidor 40 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Salata zielona 5 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE) Pasztet z fasoli + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW) Jabłko 1 szt 1 szt Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Marchew gotowana + puree 40 g Salata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE) Pasztet z fasoli + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 5 g
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 30 g (SEL) Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 30 g (SEL) Salata zielona 5 g		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 30 g (SEL) Salata zielona 5 g	
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk panierowany pieczony 120g + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z miruny na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ) Sos koperkowy dieta + 100 g (MLE) Bukiet warzyw gotowanych + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z miruny na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ) Sos koperkowy dieta + 100 g (MLE) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z miruny na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ) Sos koperkowy dieta + 100 g (MLE) Bukiet warzyw gotowanych + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Burger warzywny z zielonego groszku pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE) Pulpet z miruny na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ) Sos koperkowy dieta + 100 g (MLE) Seler gotowany + puree 130 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g Morszczuk panierowany pieczony 120g + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE)		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE)	
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mięso z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Dżem 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem + 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mięso z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (JAJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g Marchew talarki gotowane + 40 g Pomidor b/skórki 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Mięso z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Ser żółty 50 g (MLE) Salatka jarzynowa z jajkiem + 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Mięso z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (JAJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g Marchew talarki gotowane + 40 g Pomidor b/skórki 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (JAJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g Marchew talarki gotowane + 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 70 g (SOJ, MLE) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (JAJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Marchew talarki gotowane + 40 g Pomidor b/skórki 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mięso z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Dżem 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem + 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	Wartość energetyczna: 2375.83 kcal; Białko ogółem: 96.23 g; Tłuszcz: 69.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 367.36 g; W tym cukry: 77.00 g; Błonnik pok.: 32.33 g; Sól: 12.91 g;	Wartość energetyczna: 2263.83 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 53.27 g; Kw. tł. nasy.: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 366.16 g; W tym cukry: 104.97 g; Błonnik pok.: 22.87 g; Sól: 11.22 g;	Wartość energetyczna: 2370.30 kcal; Białko ogółem: 117.30 g; Tłuszcz: 86.01 g; Kw. tł. nasy.: 28.73 g; Węglowodany ogółem: 329.94 g; W tym cukry: 44.43 g; Błonnik pok.: 42.58 g; Sól: 15.54 g;	Wartość energetyczna: 2647.08 kcal; Białko ogółem: 110.74 g; Tłuszcz: 64.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 423.72 g; W tym cukry: 124.29 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sól: 12.40 g;	Wartość energetyczna: 2316.56 kcal; Białko ogółem: 83.36 g; Tłuszcz: 77.70 g; Kw. tł. nasy.: 34.11 g; Węglowodany ogółem: 351.66 g; W tym cukry: 62.05 g; Błonnik pok.: 37.34 g; Sól: 12.50 g;	Wartość energetyczna: 2588.62 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 71.91 g; Kw. tł. nasy.: 34.64 g; Węglowodany ogółem: 400.20 g; W tym cukry: 133.33 g; Błonnik pok.: 24.19 g; Sól: 11.55 g;	Wartość energetyczna: 2798.09 kcal; Białko ogółem: 110.67 g; Tłuszcz: 80.84 g; Kw. tł. nasy.: 29.49 g; Węglowodany ogółem: 436.52 g; W tym cukry: 95.89 g; Błonnik pok.: 35.56 g; Sól: 14.55 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tluszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
2026-05-09 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Parówki "Polanki" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SEL</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki + 40 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>) Sałata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>)	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 30 g Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>) Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Parówki "Polanki" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SEL</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki + 40 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>) Sałata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>)	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 30 g Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>) Sałata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ</u>) Dżem 30 g Słupki z marchewki + 40 g Pasta warzywna z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>) Sałata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>)	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 60 g (<u>MLE</u>) Pasta z brokuła + 40 g Buraki gotowane słupki + puree 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Parówki "Polanki" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SEL</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki + 40 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>) Sałata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>)
		II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 5 g		Jabłko pieczone 1szt. rozdrobnione 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 5 g
2026-05-09 sobota	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Kasza gryczana ciemna + 200 g Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos cygański + 100 g Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JEJCZ</u>) Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Kasza gryczana ciemna + 200 g Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos cygański + 100 g Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JEJCZ</u>) Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Kaszotto wegetariańskie z tofu i warzywami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU JEJCZ</u>) Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Kasza gryczana ciemna + 200 g Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos cygański + 100 g Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Kasza gryczana ciemna + 200 g Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos cygański + 100 g Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PD		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g (<u>MLE</u>)		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g (<u>MLE</u>)
2026-05-09 sobota	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Twarożek z koperkiem + 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 60 g (<u>MLE, GOR, SO2</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Rzodkiew biała 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Twarożek z koperkiem + 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 60 g (<u>MLE, GOR, SO2</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Twarożek z koperkiem + 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 60 g (<u>MLE, GOR, SO2</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Rzodkiew biała 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem + 70 g (<u>MLE</u>) Szpinak gotowany z olejem + puree 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 60 g (<u>MLE, GOR, SO2</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Rzodkiew biała 40 g
			Wartość energetyczna: 2622.73 kcal; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 92.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.60 g; Węglowodany ogółem: 371.51 g; W tym cukry: 89.39 g; Błonnik pok.: 37.89 g; Sól: 14.63 g;	Wartość energetyczna: 2282.89 kcal; Białko ogółem: 95.01 g; Tłuszcz: 54.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.33 g; Węglowodany ogółem: 373.55 g; W tym cukry: 97.75 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 11.69 g;	Wartość energetyczna: 2455.57 kcal; Białko ogółem: 108.02 g; Tłuszcz: 94.30 g; Kw. tł. nasy.: 24.22 g; Węglowodany ogółem: 342.13 g; W tym cukry: 42.10 g; Błonnik pok.: 48.99 g; Sól: 14.43 g;	Wartość energetyczna: 2631.70 kcal; Białko ogółem: 105.43 g; Tłuszcz: 60.56 g; Kw. tł. nasy.: 25.27 g; Węglowodany ogółem: 436.40 g; W tym cukry: 98.44 g; Błonnik pok.: 29.93 g; Sól: 12.23 g;	Wartość energetyczna: 2496.67 kcal; Białko ogółem: 71.34 g; Tłuszcz: 93.44 g; Kw. tł. nasy.: 34.53 g; Węglowodany ogółem: 374.07 g; W tym cukry: 103.99 g; Błonnik pok.: 45.53 g; Sól: 11.96 g;	Wartość energetyczna: 2291.92 kcal; Białko ogółem: 92.86 g; Tłuszcz: 60.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 364.41 g; W tym cukry: 110.40 g; Błonnik pok.: 32.20 g; Sól: 10.94 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tluszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
2026-05-10 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Ser wędzony 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Marchew gotowana plastry + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Twarożek z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Marchew gotowana plastry + 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Ser wędzony 50 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana plastry + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 40 g Twarożek z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana plastry + 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (<u>SOJ, GOR</u>) Ser wędzony 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Marchew gotowana plastry + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 70 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 5 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Twarożek z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana plastry + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Ser wędzony 50 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana plastry + 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Marchew gotowana plastry + 40 g
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka Coleslaw + 130 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka Coleslaw + 130 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Buraki tarte na ciepło + 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Placuszki z cukini 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Surówka Coleslaw + 130 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ziemniaczana + mix 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Buraki tarte na ciepło + puree 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka Coleslaw + 130 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)
	PD			Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (<u>SEL</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Seler gotowany + 40 g (<u>SEL</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Seler gotowany + 40 g (<u>SEL</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (<u>SEL</u>) Ogórek kiszony 40 g Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Seler gotowany + 40 g (<u>SEL</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 5 g Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Seler gotowany + 40 g (<u>SEL</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (<u>SEL</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g Seler gotowany + 40 g (<u>SEL</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 5 g Seler gotowany + 80 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (<u>SEL</u>) Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Seler gotowany + 40 g (<u>SEL</u>)
	Wartość energetyczna: 2138.74 kcal; Białko ogółem: 93.73 g; Tłuszcz: 69.59 g; Kw. tł. nasy.: 21.79 g; Węglowodany ogółem: 306.92 g; W tym cukry: 60.72 g; Błonnik pok.: 31.56 g; Sól: 13.36 g;	Wartość energetyczna: 2037.05 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz: 60.53 g; Kw. tł. nasy.: 24.14 g; Węglowodany ogółem: 294.69 g; W tym cukry: 45.81 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sól: 10.88 g;	Wartość energetyczna: 2053.50 kcal; Białko ogółem: 96.39 g; Tłuszcz: 67.29 g; Kw. tł. nasy.: 13.86 g; Węglowodany ogółem: 303.87 g; W tym cukry: 38.74 g; Błonnik pok.: 44.31 g; Sól: 14.52 g;	Wartość energetyczna: 2374.59 kcal; Białko ogółem: 109.77 g; Tłuszcz: 67.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 353.67 g; W tym cukry: 72.52 g; Błonnik pok.: 22.81 g; Sól: 11.25 g;	Wartość energetyczna: 2230.46 kcal; Białko ogółem: 67.91 g; Tłuszcz: 92.70 g; Kw. tł. nasy.: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 297.75 g; W tym cukry: 67.16 g; Błonnik pok.: 32.41 g; Sól: 11.55 g;	Wartość energetyczna: 2472.15 kcal; Białko ogółem: 101.79 g; Tłuszcz: 71.61 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 373.45 g; W tym cukry: 87.11 g; Błonnik pok.: 27.77 g; Sól: 11.40 g;	Wartość energetyczna: 2379.76 kcal; Białko ogółem: 97.83 g; Tłuszcz: 72.38 g; Kw. tł. nasy.: 21.86 g; Węglowodany ogółem: 358.51 g; W tym cukry: 75.44 g; Błonnik pok.: 35.47 g; Sól: 13.51 g;	

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sód - Sód,
Sól - Sól,
Potas - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
Ener z B. - % energii z białka,
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,
Ener z W. - % energii z węglowodanów,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,