

Czwartek 2025-04-24

Czwartek 2025-04-24	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Podstawowa	Kasza manna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza manna herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) Schab nie ze wsi; pomidory, czerwone; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; seler korzeniowy; marchew; pietruszka, korzeń; por; śmietana, 18% tłuszczu; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Kotlet z piersi kurczaka szpital (1, 3) Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry; jaja kurze całe; mąka pszenna, typ 500; bułka tarta Surówka z czarnej rzepy (7) Składniki: rzepa; marchew; jabłko; śmietana, 12% tłuszczu ziemniaki; kompot z jabłek; Zacierka babunia;	serek wiejski szpital; (7) herbatniki; (1, 6, 7)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) szynka z piersi kurczaka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita; sałata masłowa;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Lekkostrawna	Kasza manna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza manna herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Schab nie ze wsi; pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;	Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; seler korzeniowy; marchew; pietruszka, korzeń; por; śmietana, 18% tłuszczu; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Pierś gotowana szpital (1) Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry; mąka pszenna, typ 500 Sos jogurtowy (1, 7) Składniki: woda; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; mąka pszenna, typ 1850 ziemniaki; marchew z groszkiem, gotowana; (1, 7) Zacierka babunia;	serek wiejski szpital; (7) herbatniki; (1, 6, 7)	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) szynka z piersi kurczaka; Margaryna smakowita; sałata masłowa;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przystawialnych Węglowodanów	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; Schab nie ze wsi; Margaryna smakowita;	Zupa ziemniaczana szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; seler korzeniowy; marchew; pietruszka, korzeń; por; śmietana, 18% tłuszczu; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Pierś gotowana szpital (1) Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry; mąka pszenna, typ 500 Surówka z czarnej rzepy (7) Składniki: rzepa; marchew; jabłko; śmietana, 12% tłuszczu ziemniaki; kompot z jabłek; Zacierka babunia;	serek wiejski szpital; (7) herbatniki; (1, 6, 7)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) szynka z piersi kurczaka; Margaryna smakowita; sałata masłowa;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Piątek 2025-04-25

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Podstawowa Razem E: 1882.4 kcal B 78.7 g T 37.7 g W 324.8 g SFA 12.8 g Cukry 94.7 g Sól 4.6 g Błonnik 43.5 g	Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza kukurydziana herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) Kurczak gotowany; rzodkiewka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Barszcz czerwony z fasolą szpital (9) Składniki: woda; ziemniaki; burak; fasola półksiężycowata (limeńska), dojrzałe nasiona; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; marchew; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Kotlet z jajek szpital (1, 3) Składniki: jaja kurze całe; bułka tarta Surówka z białej kapusty szpital (1, 3, 4, 6, 14) Składniki: kapusta biała; cebula; marchew; koper ogrodowy; tuńczyk w wodzie; jaja kurze całe; sos sojowy z soi i przeniicy (shoyu), o obniżonej zawartości sodu; olej rzepakowy uniwersalny; sos rybny; pieprz czarny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	pomarańcza;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) szynka staropolska; papryka żółta, słodka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Lekkostrawna Razem E: 1754.1 kcal B 67.0 g T 47.6 g W 275.3 g SFA 13.2 g Cukry 87.9 g Sól 3.7 g Błonnik 26.0 g	Kasza kukurydziana na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza kukurydziana herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Kurczak gotowany; cukinia; Margaryna smakowita;	Barszcz czerwony szpital (9) Składniki: woda; ziemniaki; burak; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Kotlet z jajek szpital (1, 3) Składniki: jaja kurze całe; bułka tarta Sałata z olejem szpital Składniki: sałata masłowa; olej rzepakowy tłoczony na zimno ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	pomarańcza;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) szynka staropolska; pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przyswajalnych Węglowodanów Razem E: 1687.5 kcal B 71.0 g T 33.6 g W 295.1 g SFA 10.1 g Cukry 58.0 g Sól 4.7 g Błonnik 47.6 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) rzodkiewka; Kurczak gotowany; Margaryna smakowita;	Barszcz czerwony z fasolą szpital (9) Składniki: woda; ziemniaki; burak; fasola półksiężycowata (limeńska), dojrzałe nasiona; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; marchew; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Kotlet z jajek szpital (1, 3) Składniki: jaja kurze całe; bułka tarta Surówka z białej kapusty szpital (1, 3, 4, 6, 14) Składniki: kapusta biała; cebula; marchew; koper ogrodowy; tuńczyk w wodzie; jaja kurze całe; sos sojowy z soi i przeniicy (shoyu), o obniżonej zawartości sodu; olej rzepakowy uniwersalny; sos rybny; pieprz czarny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	pomarańcza; biszkopty bez dodatku cukru; (1, 3)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) papryka żółta, słodka; szynka staropolska; Margaryna smakowita;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: **1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty**

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Sobota 2025-04-26

Sobota 2025-04-26	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Podstawowa Razem E: 2070.4 kcal B 81.9 g T 63.8 g W 310.4 g SFA 17.5 g Cukry 68.5 g Sól 7.4 g Błonnik 33.5 g	Pasta z twarogu z koncentratem i bazylią (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; koncentrat pomidorowy, 30%; bazylia suszona; sól biała; pieprz czarny Makaron na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; makaron dwujajeczny herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) ogórek; chleb zwykły; Margaryna smakowita;	Risotto w sosie pomidorowym szpital (9) Składniki: ryż biały; wieprzowina, łopatka; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; olej rzepakowy uniwersalny; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze; cebula Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli; cebula; olej rzepakowy uniwersalny zupa z fasoli szparagowej; (1, 7, 9) herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	Jogurt owocowy Jogobella;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) Indyk w galarecie LUX; rzodkiewka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Lekkostrawna Razem E: 1988.6 kcal B 79.0 g T 62.6 g W 291.8 g SFA 17.3 g Cukry 69.0 g Sól 6.8 g Błonnik 25.9 g	Pasta z twarogu z koncentratem i bazylią (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; koncentrat pomidorowy, 30%; bazylia suszona; sól biała; pieprz czarny Makaron na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; makaron dwujajeczny herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) marchew; Margaryna smakowita;	Risotto w sosie pomidorowym szpital (9) Składniki: ryż biały; wieprzowina, łopatka; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; olej rzepakowy uniwersalny; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze; cebula Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli; cebula; olej rzepakowy uniwersalny zupa z fasoli szparagowej; (1, 7, 9) herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	Jogurt owocowy Jogobella;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Indyk w galarecie LUX; Margaryna smakowita; sałata masłowa;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przystawialnych Węglowodanów Razem E: 1842.2 kcal B 76.2 g T 59.6 g W 269.8 g SFA 17.0 g Cukry 42.1 g Sól 7.6 g Błonnik 37.0 g	Pasta z twarogu z koncentratem i bazylią (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; koncentrat pomidorowy, 30%; bazylia suszona; sól biała; pieprz czarny herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) ogórek; Margaryna smakowita;	Risotto w sosie pomidorowym szpital (9) Składniki: ryż biały; wieprzowina, łopatka; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; olej rzepakowy uniwersalny; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze; cebula Buraczki szpital Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli; cebula; olej rzepakowy uniwersalny zupa z fasoli szparagowej; (1, 7, 9) herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu; (7) biszkopty bez dodatku cukru; (1, 3)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) rzodkiewka; Indyk w galarecie LUX; Margaryna smakowita;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Niedziela 2025-04-27

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Podstawowa Razem E: 2020.3 kcal B 87.4 g T 52.5 g W 317.8 g SFA 17.5 g Cukry 97.8 g Sól 5.7 g Błonnik 38.8 g	Jajko na miękko szpital (3) Składniki: jajka kurze całe Ryż na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; ryż biały herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Rosół szpital (1, 3, 9) Składniki: woda; makaron dwujajeczny; seler korzeniowy; pietruszka, korzeń; marchew; por; mięso z ud kurczaka, ze skórą; włoszczyzna suszona (Kucharek) Potrąwka z kurczaka z brokułem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; marchew; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu; mąka pszenna, typ 550 Surówka z marchewki i jabłka (7) Składniki: marchew; jabłko; śmietana, 18% tłuszczu; sok ze świeżej cytryny; sól morską jodowana; pieprz czarny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	kiwi;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) szynka delikatesowa z kurczaka; papryka czerwona, słodka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Lekkostrawna Razem E: 1899.7 kcal B 83.0 g T 50.8 g W 291.3 g SFA 17.1 g Cukry 99.0 g Sól 5.0 g Błonnik 29.6 g	Jajko na miękko szpital (3) Składniki: jajka kurze całe Ryż na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; ryż biały herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;	Rosół szpital (1, 3, 9) Składniki: woda; makaron dwujajeczny; seler korzeniowy; pietruszka, korzeń; marchew; por; mięso z ud kurczaka, ze skórą; włoszczyzna suszona (Kucharek) Potrąwka z kurczaka z brokułem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; marchew; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu; mąka pszenna, typ 550 Surówka z marchewki i jabłka (7) Składniki: marchew; jabłko; śmietana, 18% tłuszczu; sok ze świeżej cytryny; sól morską jodowana; pieprz czarny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	jabłko;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) szynka delikatesowa z kurczaka; Margaryna smakowita; sałata masłowa;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przyswajalnych Węglowodanów Razem E: 1839.9 kcal B 79.6 g T 49.9 g W 287.8 g SFA 14.8 g Cukry 66.9 g Sól 5.8 g Błonnik 42.4 g	Jajko na miękko szpital (3) Składniki: jajka kurze całe herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;	Rosół szpital (1, 3, 9) Składniki: woda; makaron dwujajeczny; seler korzeniowy; pietruszka, korzeń; marchew; por; mięso z ud kurczaka, ze skórą; włoszczyzna suszona (Kucharek) Potrąwka z kurczaka z brokułem szpital (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; marchew; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu; mąka pszenna, typ 550 Surówka z marchewki i jabłka (7) Składniki: marchew; jabłko; śmietana, 18% tłuszczu; sok ze świeżej cytryny; sól morską jodowana; pieprz czarny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	kiwi; herbatniki; (1, 6, 7)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) papryka czerwona, słodka; szynka delikatesowa z kurczaka; Margaryna smakowita;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Poniedziałek 2025-04-28

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Podstawowa Razem E: 2163.8 kcal B 96.2 g T 66.0 g W 294.2 g SFA 23.5 g Cukry 87.1 g Sól 8.7 g Błonnik 31.7 g	Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital (3, 4, 7) Składniki: makrela, wędzona; jaja kurze całe; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; szczypiorek Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; płatki owsiane herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) ogórek kiszony; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Zupa ogórkowa szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; ogórek kiszony; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Karkówka z kapustą kiszona i papryką szpital (1) Składniki: kapusta kiszona; wieprzowina, karkówka; papryka czerwona, słodka; mąka pszenna, typ 550 kasza jęczmienna, perłowa; (1) kisiel w proszku;	Sok marchwiowy Vitaminka;	Pasta z twarogu ze szczypiorkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; szczypiorek herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Lekkostrawna Razem E: 2055.5 kcal B 82.0 g T 60.8 g W 288.1 g SFA 20.3 g Cukry 88.0 g Sól 3.9 g Błonnik 25.2 g	Płatki owsiane na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; płatki owsiane herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) szynka konserwowa; Margaryna smakowita; sałata masłowa;	Zupa jarzynowa szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; fasola szparagowa zielona, mrożona; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Karkówka gotowana szpital- w sosie własnym (1) Składniki: wieprzowina, karkówka; mąka pszenna, typ 550 Sałata z olejem szpital Składniki: sałata masłowa; olej rzepakowy tłoczony na zimno ziemniaki; kisiel w proszku; kasza kukurydziana;	Sok marchwiowy Vitaminka;	Pasta z twarogu z ziołami szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; zioła prowansalskie herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) pomidory, czerwone; dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony; Margaryna smakowita;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewidywalnych Węglowodanów Razem E: 1860.0 kcal B 87.5 g T 61.5 g W 256.0 g SFA 20.6 g Cukry 41.9 g Sól 10.3 g Błonnik 34.7 g	Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital (3, 4, 7) Składniki: makrela, wędzona; jaja kurze całe; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; szczypiorek herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) ogórek kiszony; Margaryna smakowita;	Zupa ogórkowa szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; ogórek kiszony; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Karkówka z kapustą kiszona i papryką szpital (1) Składniki: kapusta kiszona; wieprzowina, karkówka; papryka czerwona, słodka; mąka pszenna, typ 550 kasza jęczmienna, perłowa; (1) kisiel w proszku;	sok pomidorowy; sucharki; (1)	Pasta z twarogu ze szczypiorkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; szczypiorek herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Wtorek 2025-04-29

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Podstawowa Razem E: 2219.5 kcal B 97.3 g T 65.6 g W 326.3 g SFA 27.9 g Cukry 75.7 g Sól 5.2 g Błonnik 31.8 g	Zacierka na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; Zacierka babunia herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) ser, gouda tłusty; (7) papryka czerwona, słodka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Zupa pomidorowa z ryżem szpital (9) Składniki: woda; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; marchew; ryż biały; koncentrat pomidorowy, 30%; por; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Gulasz wyśmienity szpital (1, 7) Składniki: wieprzowina, łopatka; marchew; pietruszka, korzeń; cebula; mąka pszenna, typ 500; śmietana, 18% tłuszczu; koncentrat pomidorowy, 30%; papryka czerwona, słodka Surówka z białej rzodkwi (1, 7) Składniki: rzodkiew japońska (daikon), surowa; jabłko; marchew z groszkiem, gotowana; śmietana, 18% tłuszczu kopytka; (1, 3) herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	Danio;	Pasta z jajek z groszkiem i szczypiorem szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; szczypiorek herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) ogórek; chleb zwykły; Margaryna smakowita;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Lekkostrawna Razem E: 1900.0 kcal B 84.7 g T 57.1 g W 274.3 g SFA 24.1 g Cukry 74.6 g Sól 4.6 g Błonnik 27.0 g	Zacierka na mleku szpital (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; Zacierka babunia herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) szynka delikatesowa z kurczaka; Margaryna smakowita; salata masłowa;	Zupa pomidorowa z ryżem szpital (9) Składniki: woda; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; marchew; ryż biały; koncentrat pomidorowy, 30%; por; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Budyń mięsny szpital (7, 9) Składniki: wieprzowina, łopatka; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem; marchew z groszkiem, gotowana; (1, 7)	Danio;	Pasta z jajek szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe; jogurt naturalny, 2% tłuszczu herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów Razem E: 2070.4 kcal B 94.6 g T 65.6 g W 293.7 g SFA 27.4 g Cukry 55.4 g Sól 5.4 g Błonnik 35.7 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) papryka czerwona, słodka; ser, gouda tłusty; (7) Margaryna smakowita;	Zupa pomidorowa z ryżem szpital (9) Składniki: woda; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; marchew; ryż biały; koncentrat pomidorowy, 30%; por; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Gulasz wyśmienity szpital (1, 7) Składniki: wieprzowina, łopatka; marchew; pietruszka, korzeń; cebula; mąka pszenna, typ 500; śmietana, 18% tłuszczu; koncentrat pomidorowy, 30%; papryka czerwona, słodka Surówka z białej rzodkwi (1, 7) Składniki: rzodkiew japońska (daikon), surowa; jabłko; marchew z groszkiem, gotowana; śmietana, 18% tłuszczu kopytka; (1, 3) herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	kefir, 2% tłuszczu; (7) biszkopty bez dodatku cukru; (1, 3)	Pasta z jajek z groszkiem i szczypiorem szpital (3, 7) Składniki: jaja kurze całe; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; szczypiorek herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) ogórek; Margaryna smakowita;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Środa 2025-04-30

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Podstawowa Razem E: 2026.7 kcal B 86.7 g T 57.4 g W 312.7 g SFA 15.6 g Cukry 103.3 g Sól 6.0 g Błonnik 46.0 g	Płatki jęczmienne na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; płatki jęczmienne herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) Schab nie ze wsi; rzodkiewka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Kapuśniak z pomidorami szpital (9) Składniki: woda; kapusta biała; ziemniaki; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; koncentrat pomidorowy, 30%; pomidory, czerwone, w puszcze, w soku pomidorowym; por; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Roladki ze schabu szpital (10) Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości; ogórki, konserwowe; cebula; olej rzepakowy uniwersalny; papryka czerwona, słodka Surówka z kapusty kiszzonej szpital Składniki: kapusta kiszona; jabłko; marchew; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	mandarynki;	Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; zioła prowansalskie; czosnek herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita; sałata masłowa;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Lekkostrawna Razem E: 1874.8 kcal B 88.4 g T 38.2 g W 311.4 g SFA 14.6 g Cukry 98.2 g Sól 6.8 g Błonnik 33.7 g	Płatki jęczmienne na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; płatki jęczmienne herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Schab nie ze wsi; cukinia; Margaryna smakowita;	Zupa ryżowa szpital (9) Składniki: woda; ryż biały; seler korzeniowy; marchew; pietruszka, korzeń; por; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Schab gotowany szpital (7) Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości; marchew; jogurt naturalny, 2% tłuszczu Sos jogurtowy (1, 7) Składniki: woda; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; mąka pszenna, typ 1850 ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem; brokuły, gotowane, odsączone, bez soli;	mandarynki; biszkopty; (1, 3)	Pasta z twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; sól biała herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita; sałata masłowa;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przyswajalnych Węglowodanów Razem E: 1856.2 kcal B 77.9 g T 53.3 g W 288.9 g SFA 12.6 g Cukry 82.1 g Sól 5.8 g Błonnik 48.0 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) rzodkiewka; Schab nie ze wsi; Margaryna smakowita;	Kapuśniak z pomidorami szpital (9) Składniki: woda; kapusta biała; ziemniaki; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; koncentrat pomidorowy, 30%; pomidory, czerwone, w puszcze, w soku pomidorowym; por; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Roladki ze schabu szpital (10) Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości; ogórki, konserwowe; cebula; olej rzepakowy uniwersalny; papryka czerwona, słodka Surówka z kapusty kiszzonej szpital Składniki: kapusta kiszona; jabłko; marchew; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	mandarynki; herbatniki; (1, 6, 7)	Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; zioła prowansalskie; czosnek herbata czarna, parzona, napar z cukrem; herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) Margaryna smakowita; sałata masłowa;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Czwartek 2025-05-01

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Podstawowa Razem E: 2112.2 kcal B 104.3 g T 55.8 g W 315.5 g SFA 21.5 g Cukry 89.8 g Sól 5.8 g Błonnik 32.8 g	Lane kluski na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kluski lane herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) szynka staropolska; pomidory, czerwone; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Zupa pieczarkowa szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; seler korzeniowy; marchew; pietruszka, korzeń; śmietana, 18% tłuszczu; pieczarka biała; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Gołąbki szpital Składniki: kapusta biała; wieprzowina, łopatka; ryż biały Sos pomidorowy szpital (7) Składniki: woda; śmietana, 18% tłuszczu; koncentrat pomidorowy, 30% herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu; (7) biszkopty; (1, 3)	Pasta z kurczaka z warzywami szpital (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; marchew herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) ogórek kiszony; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Lekkostrawna Razem E: 1940.7 kcal B 88.4 g T 46.9 g W 304.0 g SFA 16.9 g Cukry 100.6 g Sól 4.1 g Błonnik 24.5 g	Lane kluski na mleku szpital (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kluski lane herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) szynka staropolska; pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;	Zupa koperkowa szpital (9) Składniki: woda; ziemniaki; seler korzeniowy; marchew; koper ogrodowy; pietruszka, korzeń; por; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Pulpet w sosie szpital (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka; jaja kurze całe; bułka tarta jabłko; herbata czarna, parzona, napar z cukrem; ryż biały; kasza manna; (1)	jogurt naturalny, 2% tłuszczu; (7) biszkopty; (1, 3)	Pasta z kurczaka z warzywami szpital (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; marchew herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów Razem E: 1901.3 kcal B 95.3 g T 50.9 g W 284.4 g SFA 18.4 g Cukry 52.9 g Sól 5.7 g Błonnik 36.5 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; szynka staropolska; Margaryna smakowita;	Zupa pieczarkowa szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; seler korzeniowy; marchew; pietruszka, korzeń; śmietana, 18% tłuszczu; pieczarka biała; mięso z ud kurczaka, ze skórą; por Gołąbki szpital Składniki: kapusta biała; wieprzowina, łopatka; ryż biały Sos pomidorowy szpital (7) Składniki: woda; śmietana, 18% tłuszczu; koncentrat pomidorowy, 30% herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu; (7) biszkopty; (1, 3)	Pasta z kurczaka z warzywami szpital (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry; jogurt naturalny, 2% tłuszczu; marchew herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) ogórek kiszony; Margaryna smakowita;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Piątek 2025-05-02

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Podstawowa Razem E: 2189.6 kcal B 85.2 g T 61.0 g W 343.9 g SFA 14.5 g Cukry 119.4 g Sól 5.1 g Błonnik 38.2 g	Kasza manna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza manna herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) Indyk w galarecie LUX; papryka żółta, słodka; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;	Zupa krem z dyni szpital Składniki: woda; dynia piżmowa, surowa; ziemniaki; mięso z ud kurczaka, bez skóry; pietruszka, korzeń; olej rzepakowy tłoczony na zimno; koper ogrodowy; sól morską jodowana ryba smażona szpital (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży; jaja kurze całe; bułka tarta; olej rzepakowy uniwersalny; mąka pszenna, typ 1850 Surówka z kapusty pekińskiej szpital Składniki: kapusta pekińska; marchew; papryka czerwona, słodka; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; kompot z jabłek;	banan;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) Kurczak gotowany; pomidory, czerwone; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Lekkostrawna Razem E: 1980.7 kcal B 80.5 g T 48.1 g W 321.3 g SFA 13.2 g Cukry 119.4 g Sól 4.2 g Błonnik 30.3 g	Kasza manna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza manna herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Indyk w galarecie LUX; Margaryna smakowita; sałata masłowa;	Zupa krem z dyni szpital Składniki: woda; dynia piżmowa, surowa; ziemniaki; mięso z ud kurczaka, bez skóry; pietruszka, korzeń; olej rzepakowy tłoczony na zimno; koper ogrodowy; sól morską jodowana Kotlet rybny szpital (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży; jaja kurze całe; bułka tarta; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; kompot z jabłek; fasola szparagowa zielona, gotowana, odsączona, bez soli;	banan;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) Kurczak gotowany; pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewodzących Węglowodanów Razem E: 1866.5 kcal B 74.2 g T 54.8 g W 289.9 g SFA 11.0 g Cukry 71.6 g Sól 5.0 g Błonnik 43.0 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) papryka żółta, słodka; Indyk w galarecie LUX; Margaryna smakowita;	Zupa krem z dyni szpital Składniki: woda; dynia piżmowa, surowa; ziemniaki; mięso z ud kurczaka, bez skóry; pietruszka, korzeń; olej rzepakowy tłoczony na zimno; koper ogrodowy; sól morską jodowana Kotlet rybny szpital (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży; jaja kurze całe; bułka tarta; olej rzepakowy uniwersalny Surówka z kapusty pekińskiej szpital Składniki: kapusta pekińska; marchew; papryka czerwona, słodka; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu; olej rzepakowy uniwersalny ziemniaki; kompot z jabłek;	pomarańcza;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) pomidory, czerwone; Kurczak gotowany; Margaryna smakowita;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Sobota 2025-05-03

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Podstawowa Razem E: 2085.5 kcal B 79.8 g T 60.1 g W 326.6 g SFA 18.6 g Cukry 121.9 g Sól 7.5 g Błonnik 39.7 g	Pasta z twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; sól biała Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza jęczmienna, perlowa herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) dżem truskawkowy, niskosłodzony; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita; sałata masłowa;	Zupa porowa szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; por; pietruszka, korzeń; marchew; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Makaron z sosem mięsno pomidorowym szpital (1, 3, 9) Składniki: makaron dwujajeczny; wieprzowina, łopatka; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; olej rzepakowy uniwersalny; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze; cebula Surówka z marchewki i jabłka (7) Składniki: marchew; jabłko; śmietana, 18% tłuszczu; sok ze świeżej cytryny; sól morską jodowana; pieprz czarny herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	jabłko;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb żytni razowy; (1) szynka konserwowa; ogórek; chleb zwykły; (1) Margaryna smakowita;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Lekkostrawna Razem E: 1928.6 kcal B 75.9 g T 58.8 g W 290.0 g SFA 18.5 g Cukry 121.1 g Sól 6.8 g Błonnik 30.1 g	Pasta z twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; sól biała Kasza jęczmienna na mleku szpital (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu; kasza jęczmienna, perlowa herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) dżem truskawkowy, niskosłodzony; Margaryna smakowita; sałata masłowa;	Zupa kalafiorowa szpital (7, 9) Składniki: woda; kalafior, mrożony; seler korzeniowy; marchew; pietruszka, korzeń; por; włoszczyzna suszona (Kucharek); śmietana, 18% tłuszczu; mięso z ud kurczaka, ze skórą Makaron z sosem mięsno pomidorowym szpital (1, 3, 9) Składniki: makaron dwujajeczny; wieprzowina, łopatka; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; olej rzepakowy uniwersalny; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze; cebula Surówka z marchewki i jabłka (7) Składniki: marchew; jabłko; śmietana, 18% tłuszczu; sok ze świeżej cytryny; sól morską jodowana; pieprz czarny herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	jabłko;	herbata czarna, parzona, napar z cukrem; chleb zwykły; (1) szynka konserwowa; pomidory, czerwone; Margaryna smakowita;
24.04-03.05.2025 Dekada Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przystawialnych Węglowodanów Razem E: 1838.8 kcal B 72.1 g T 55.8 g W 283.2 g SFA 15.9 g Cukry 67.8 g Sól 7.5 g Błonnik 42.2 g	Pasta z twarogu szpital (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty; mleko spożywcze, 2% tłuszczu; sól biała herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) Margaryna smakowita; sałata masłowa;	Zupa porowa szpital (7, 9) Składniki: woda; ziemniaki; por; pietruszka, korzeń; marchew; seler korzeniowy; śmietana, 18% tłuszczu; włoszczyzna suszona (Kucharek); mięso z ud kurczaka, ze skórą Makaron z sosem mięsno pomidorowym szpital (1, 3, 9) Składniki: makaron dwujajeczny; wieprzowina, łopatka; marchew; pietruszka, korzeń; seler korzeniowy; olej rzepakowy uniwersalny; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze; cebula Surówka z marchewki i jabłka (7) Składniki: marchew; jabłko; śmietana, 18% tłuszczu; sok ze świeżej cytryny; sól morską jodowana; pieprz czarny herbata czarna, parzona, napar z cukrem;	jabłko; biszkopty bez dodatku cukru; (1, 3)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru; chleb żytni razowy; (1) ogórek; szynka konserwowa; Margaryna smakowita;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: **1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty**

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE