Jadłospis za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 SEKTOR 4 TOMASZÓW

		1	2	3	4	5	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	SUMA
2026-04-27 poniedziałek	podstawowa D01	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ser żółty (2) 50 g (***MLEKO***) ogórek kiszony 50 g (***SELER, GORCZYCA***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	sok jabłkowy 200ml 1 szt	zupa barszcz biały z ziemniakami zabielany 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) kasza gryczana 200 g (***GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN***) gulasz cygański z mięsem wieprz. pieczarkami i warzywami (marchewka, seler, pietruszka, ogórek kiszony) 150 g (***SELER, GORCZYCA***) Surówka wielowarzywna (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, cebula) 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Babka piaskowa 30 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 497,5** **Białko ogółem [g] 86,1** **Tłuszcz [g] 100,3** **Węglowodany ogółem [g] 326,7** **Sól [g] 6** **Sacharoza [g] 47,1** **Błonnik pokarmowy [g] 28,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 50,7** **Sód [mg] 2 652**
	łatwostrawna D02	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 150 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	sok jabłkowy 200ml 1 szt	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (***SELER***) ryż na sypko 200 g potrawka z mięsa łopatki z warzywami (marchew, pietruszka, seler) 150 g (***SELER***) szpinak duszony 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Babka piaskowa 30 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 150 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 442,2** **Białko ogółem [g] 96,3** **Tłuszcz [g] 59,6** **Węglowodany ogółem [g] 392,4** **Sól [g] 6,3** **Sacharoza [g] 26** **Błonnik pokarmowy [g] 23,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3** **Sód [mg] 2 556,2**
	z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów D03	ser żółty (2) 50 g (***MLEKO***) polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) ogórek kiszony 50 g (***SELER, GORCZYCA***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe bezcukrowe 30 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (***SELER***) kasza gryczana 200 g (***GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN***) potrawka z mięsa łopatki z warzywami (marchew, pietruszka, seler) 150 g (***SELER***) Surówka wielowarzywna (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, cebula) 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 50 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 256** **Białko ogółem [g] 103,5** **Tłuszcz [g] 81,7** **Węglowodany ogółem [g] 295,3** **Sól [g] 7,9** **Sacharoza [g] 34,7** **Błonnik pokarmowy [g] 38** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41** **Sód [mg] 3 305,9**
	łatwostrawna z ogr. tłuszczu D05	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 150 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	sok jabłkowy 200ml 1 szt	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (***SELER***) ryż na sypko 200 g potrawka z mięsa łopatki z warzywami (marchew, pietruszka, seler) 150 g (***SELER***) szpinak duszony 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Babka piaskowa 30 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 150 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 442,2** **Białko ogółem [g] 96,3** **Tłuszcz [g] 59,6** **Węglowodany ogółem [g] 392,4** **Sól [g] 6,3** **Sacharoza [g] 26** **Błonnik pokarmowy [g] 23,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3** **Sód [mg] 2 556,2**

Własność Grek RTC Sp.z o.o. Wszelkie prawa zastrzeżone.Wykaz alergenów i skladniki potraw u dietetyka szpitala lub w siedzibie firmy.

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 SEKTOR 4 TOMASZÓW

2026-04-28 wtorek	podstawowa D01	kukurydzianka na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 20 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) ser biały krajanka z koperkiem 50 g (***MLEKO***) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)60 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa ogórkowa z ryżem zabielana 400 ml (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA***) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem pieczarkowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z buraczków 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	wafelek śmietankowy 1 szt	Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)60 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2192,1** **Białko ogółem [g] 92** **Tłuszcz [g] 71,3** **Węglowodany ogółem [g] 308,7** **Sól [g] 5,9** **Sacharoza [g] 42,1** **Błonnik pokarmowy [g] 26,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5** **Sód [mg] 2 542,8**
	łatwostrawna D02	kukurydzianka na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 20 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) ser biały krajanka z koperkiem 50 g (***MLEKO***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa brokułowa z ryżem 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) buraczki gotowane150 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml	wafelek śmietankowy 1 szt	Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) mus jabłkowy 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 150 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2598,3** **Białko ogółem [g] 103,8** **Tłuszcz [g] 69,7** **Węglowodany ogółem [g] 399,3** **Sól [g] 5,6** **Sacharoza [g] 49,9** **Błonnik pokarmowy [g] 20,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7** **Sód [mg] 2 256,8**
	z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów D03	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) ser biały krajanka z koperkiem 50 g (***MLEKO***) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)150 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa ogórkowa z ryżem zabielana 400 ml (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA***) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) surówka z buraczków 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Kanapka z jajkiem 55 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)150 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2436,5** **Białko ogółem [g] 107,9** **Tłuszcz [g] 97,8** **Węglowodany ogółem [g] 297,9** **Sól [g] 7,1** **Sacharoza [g] 36,3** **Błonnik pokarmowy [g] 34,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8** **Sód [mg] 3 041,7**
	łatwostrawna z ogr. tłuszczu D05	kukurydzianka na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 20 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) ser biały krajanka z koperkiem 50 g (***MLEKO***) pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa brokułowa z ryżem 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) buraczki gotowane150 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml	wafelek śmietankowy 1 szt	Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) mus jabłkowy 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 150 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2598,3** **Białko ogółem [g] 103,8** **Tłuszcz [g] 69,7** **Węglowodany ogółem [g] 399,3** **Sól [g] 5,6** **Sacharoza [g] 49,9** **Błonnik pokarmowy [g] 20,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7** **Sód [mg] 2 256,8**

Własność Grek RTC Sp.z o.o. Wszelkie prawa zastrzeżone.Wykaz alergenów i skladniki potraw u dietetyka szpitala lub w siedzibie firmy.

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 SEKTOR 4 TOMASZÓW

2026-04-29 środa	podstawowa D01	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) ser żółty (1) 30 g (***MLEKO***) pieczeń rzymska 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, GORCZYCA***) sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	rogalik maślany 1/2 szt. (40 g) 0,5 szt (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA***) makaron świderek 200 g (***GLUTEN, JAJA***) sos boloński z mięsem i warzywami (1) 200 g napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (***MLEKO***)	pasta z makreli wędzonej, twarogu z cebulką 70 g (***JAJA, RYBY, MLEKO***) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 206,4** **Białko ogółem [g] 101,4** **Tłuszcz [g] 74,9** **Węglowodany ogółem [g] 313,7** **Sól [g] 6** **Sacharoza [g] 12,2** **Błonnik pokarmowy [g] 23,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4** **Sód [mg] 2 406,9**
	łatwostrawna D02	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) ser biały krajanka (MLEKO) 30 g (***MLEKO***) szynka polędwicowa 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	rogalik maślany 1/2 szt. (40 g) 0,5 szt (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA***) makaron świderek 200 g (***GLUTEN, JAJA***) sos boloński z mięsem i warzywami (1) 200 g napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (***MLEKO***)	szynka bartnika 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 150 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 422,1** **Białko ogółem [g] 103,6** **Tłuszcz [g] 57,6** **Węglowodany ogółem [g] 380,4** **Sól [g] 6** **Sacharoza [g] 14,3** **Błonnik pokarmowy [g] 16,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1** **Sód [mg] 2 389,7**
	z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów D03	ser żółty (1) 50 g (***MLEKO***) szynka polędwicowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA***) makaron świderek 200 g (***GLUTEN, JAJA***) sos boloński z mięsem i warzywami (1) 200 g napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***)	szynka bartnika 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 848,2** **Białko ogółem [g] 96,3** **Tłuszcz [g] 58,6** **Węglowodany ogółem [g] 246,8** **Sól [g] 7** **Sacharoza [g] 6,8** **Błonnik pokarmowy [g] 26,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2** **Sód [mg] 2 750,9**
	łatwostrawna z ogr. tłuszczu D05	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) szynka polędwicowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	rogalik maślany 1/2 szt. (40 g) 0,5 szt (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA***) ziemniaki 200 g pulpet z mięsa mieszanego gotowany na parze z sosem jarzynowym 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) warzywa gotowane 150 g (***GLUTEN, SELER***) napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (***MLEKO***)	szynka bartnika 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) pomidor sparzony 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 150 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 343,4** **Białko ogółem [g] 95,4** **Tłuszcz [g] 47,4** **Węglowodany ogółem [g] 398,1** **Sól [g] 7,3** **Sacharoza [g] 20,7** **Błonnik pokarmowy [g] 28,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1** **Sód [mg] 2 908,9**

Własność Grek RTC Sp.z o.o. Wszelkie prawa zastrzeżone.Wykaz alergenów i skladniki potraw u dietetyka szpitala lub w siedzibie firmy.

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 SEKTOR 4 TOMASZÓW

2026-04-30 czwartek	podstawowa D01	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) marmolada owocowa 20 g polędwica sopocka wieprzowa 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	ciasto drożdżowe 60 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) pierogi z serem, cukrem i cynamonem 300 g (***GLUTEN, MLEKO***) Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt	polędwica 'Ani 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) sałatka z brokuła, pomidora, groszku, kukurydzy 50 g (***GORCZYCA***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2263,3** **Białko ogółem [g] 82,1** **Tłuszcz [g] 68** **Węglowodany ogółem [g] 343,5** **Sól [g] 4** **Sacharoza [g] 36,1** **Błonnik pokarmowy [g] 25,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1** **Sód [mg] 1 834,5**
	łatwostrawna D02	płatki owsiane na wywarze z jarzyn 300 ml (***GLUTEN, SELER***) marmolada owocowa 20 g polędwica sopocka wieprzowa 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) sałata 20 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	ciasto drożdżowe 60 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) pierogi z serem, cukrem i cynamonem 300 g (***GLUTEN, MLEKO***) Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt	polędwica 'Ani 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) sałatka z brokuła, pomidora, groszku, kukurydzy 50 g (***GORCZYCA***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2439,9** **Białko ogółem [g] 85,7** **Tłuszcz [g] 67,3** **Węglowodany ogółem [g] 383,1** **Sól [g] 4** **Sacharoza [g] 38,3** **Błonnik pokarmowy [g] 20,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1** **Sód [mg] 1 835**
	z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów D03	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) ser żółty (1) 50 g (***MLEKO***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Kanapka z ciemnego pieczywa z twarogem i masłem 82%(35g+30g+15g) 60 g (***GLUTEN, MLEKO***)	zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) pierogi z serem, cukrem i cynamonem 300 g (***GLUTEN, MLEKO***) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml	soczek owocowo-warzywny 200 ml	polędwica 'Ani 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) sałatka z brokuła, pomidora, groszku, kukurydzy 50 g (***GORCZYCA***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2506,2** **Białko ogółem [g] 108,1** **Tłuszcz [g] 88,4** **Węglowodany ogółem [g] 333,6** **Sól [g] 6** **Sacharoza [g] 33,8** **Błonnik pokarmowy [g] 28,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,4** **Sód [mg] 2 678**
	łatwostrawna z ogr. tłuszczu D05	płatki owsiane na wywarze z jarzyn 300 ml (***GLUTEN, SELER***) marmolada owocowa 20 g polędwica sopocka wieprzowa 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) sałata 20 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	ciasto drożdżowe 60 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (***JAJA, SELER***) pierogi z serem, cukrem i cynamonem 300 g (***GLUTEN, MLEKO***) Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt	polędwica 'Ani 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) sałatka z brokuła, pomidora, groszku, kukurydzy 50 g (***GORCZYCA***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2215,7** **Białko ogółem [g] 83,3** **Tłuszcz [g] 58,7** **Węglowodany ogółem [g] 347,6** **Sól [g] 4,1** **Sacharoza [g] 38,2** **Błonnik pokarmowy [g] 17,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9** **Sód [mg] 1 857,4**

Własność Grek RTC Sp.z o.o. Wszelkie prawa zastrzeżone.Wykaz alergenów i skladniki potraw u dietetyka szpitala lub w siedzibie firmy.

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 SEKTOR 4 TOMASZÓW

2026-05-01 piątek	podstawowa D01	pasta z jajka z koperkiem 50 g (***JAJA***) polędwica sopocka wieprzowa 25 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	gruszka 1szt150 g	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z miruny panierowany smażony 100 g (***GLUTEN, JAJA, RYBY***) surówka z kiszonej kapusty 150 g (***GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (***MLEKO***)	ser topiony (2) 50 g (***MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 200 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2082,9** **Białko ogółem [g] 79,9** **Tłuszcz [g] 95,5** **Węglowodany ogółem [g] 239,7** **Sól [g] 6,2** **Sacharoza [g] 9,8** **Błonnik pokarmowy [g] 27,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6** **Sód [mg] 2 545,3**
	łatwostrawna D02	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	mus owocowo-warzywny (tubka 100g) 100 g	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z miruny gotowany w jarzynach po grecku 100 g (***GLUTEN, RYBY, SELER***) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (***MLEKO***)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2040,4** **Białko ogółem [g] 88,1** **Tłuszcz [g] 59,8** **Węglowodany ogółem [g] 310,9** **Sól [g] 5,5** **Sacharoza [g] 34,9** **Błonnik pokarmowy [g] 21,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9** **Sód [mg] 2 341,6**
	z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów D03	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pasta z jajka z koperkiem 50 g (***JAJA***) ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe 30 g	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z miruny gotowany w jarzynach po grecku 100 g (***GLUTEN, RYBY, SELER***) surówka z kiszonej kapusty 150 g (***GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (***MLEKO***)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 120 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1985,7** **Białko ogółem [g] 83,9** **Tłuszcz [g] 80,2** **Węglowodany ogółem [g] 240,2** **Sól [g] 6,1** **Sacharoza [g] 7,7** **Błonnik pokarmowy [g] 31,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4** **Sód [mg] 2 569,9**
	łatwostrawna z ogr. tłuszczu D05	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***) sałata 20 g	mus owocowo-warzywny (tubka 100g) 100 g	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z miruny gotowany w jarzynach po grecku 100 g (***GLUTEN, RYBY, SELER***) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (***MLEKO***)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) mus jabłkowy 100 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2145,5** **Białko ogółem [g] 87,8** **Tłuszcz [g] 56,6** **Węglowodany ogółem [g] 332,6** **Sól [g] 5,5** **Sacharoza [g] 49,5** **Błonnik pokarmowy [g] 22,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6** **Sód [mg] 2 338,6**

Własność Grek RTC Sp.z o.o. Wszelkie prawa zastrzeżone.Wykaz alergenów i skladniki potraw u dietetyka szpitala lub w siedzibie firmy.

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 SEKTOR 4 TOMASZÓW

2026-05-02 sobota	podstawowa D01	ser żółty (2) 50 g (***MLEKO***) polędwica 'Ani 30 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Galaretka owocowa 150 g (***GLUTEN, MLEKO***)	zupa jarzynowa z ziemniakami z fasolką szparagową 400 ml (***GLUTEN, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) klops gotowany na parze z sosem pieczeniowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Babka piaskowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 441,4** **Białko ogółem [g] 85,5** **Tłuszcz [g] 100,8** **Węglowodany ogółem [g] 313,7** **Sól [g] 7,3** **Sacharoza [g] 35,4** **Błonnik pokarmowy [g] 31,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9** **Sód [mg] 3 053,3**
	łatwostrawna D02	polędwica 'Ani 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) marmolada owocowa 30 g sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Galaretka owocowa 150 g (***GLUTEN, MLEKO***)	zupa jarzynowa z ziemniakami z fasolką szparagową 400 ml (***GLUTEN, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) klops z miesa mieszanego gotowany na parze z sosem potrawkowym 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) marchewka gotowana 150 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml	Babka piaskowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 428,8** **Białko ogółem [g] 89,1** **Tłuszcz [g] 57,6** **Węglowodany ogółem [g] 403,2** **Sól [g] 5,7** **Sacharoza [g] 43,7** **Błonnik pokarmowy [g] 28,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3** **Sód [mg] 2 434,4**
	z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów D03	ser żółty (2) 50 g (***MLEKO***) polędwica 'Ani 30 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy 200 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami z fasolką szparagową 400 ml (***GLUTEN, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) klops z miesa mieszanego gotowany na parze z sosem potrawkowym 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Kanapka z jajkiem 55 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 388,7** **Białko ogółem [g] 96,6** **Tłuszcz [g] 101,6** **Węglowodany ogółem [g] 284,2** **Sól [g] 7,1** **Sacharoza [g] 8,1** **Błonnik pokarmowy [g] 39,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,2** **Sód [mg] 2 968,9**
	łatwostrawna z ogr. tłuszczu D05	polędwica 'Ani 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) marmolada owocowa 30 g sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Galaretka owocowa 150 g (***GLUTEN, MLEKO***)	zupa jarzynowa z ziemniakami z fasolką szparagową 400 ml (***GLUTEN, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) klops z miesa mieszanego gotowany na parze z sosem potrawkowym 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) marchewka gotowana 150 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml	Babka piaskowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 428,8** **Białko ogółem [g] 89,1** **Tłuszcz [g] 57,6** **Węglowodany ogółem [g] 403,2** **Sól [g] 5,7** **Sacharoza [g] 43,7** **Błonnik pokarmowy [g] 28,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3** **Sód [mg] 2 434,4**

Własność Grek RTC Sp.z o.o. Wszelkie prawa zastrzeżone.Wykaz alergenów i skladniki potraw u dietetyka szpitala lub w siedzibie firmy.

2026-05-03 niedziela	podstawowa D01	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (***MLEKO***) polędwica sopocka wieprzowa 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) (***MLEKO***)	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka pieczone 130 g Surówka z buraczków 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasteczka 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	Szynka bartnika 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 931,5** **Białko ogółem [g] 93,6** **Tłuszcz [g] 63,9** **Węglowodany ogółem [g] 257,5** **Sól [g] 4,6** **Sacharoza [g] 25,9** **Błonnik pokarmowy [g] 24,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8** **Sód [mg] 1 924,5**
	łatwostrawna D02	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (***MLEKO***) polędwica sopocka wieprzowa 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) (***MLEKO***)	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (***GLUTEN, SELER***) buraczki gotowane 150 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasteczka 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	Szynka bartnika 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 554,9** **Białko ogółem [g] 107,4** **Tłuszcz [g] 88,3** **Węglowodany ogółem [g] 342,4** **Sól [g] 5,1** **Sacharoza [g] 29,1** **Błonnik pokarmowy [g] 19,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7** **Sód [mg] 2 153**
	z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów D03	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (***MLEKO***) polędwica sopocka wieprzowa 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 120 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***)	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z buraczków 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Brokuły gotowane 200 g	Szynka bartnika 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 120 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 832,8** **Białko ogółem [g] 96,2** **Tłuszcz [g] 64,9** **Węglowodany ogółem [g] 231,1** **Sól [g] 4,7** **Sacharoza [g] 16,8** **Błonnik pokarmowy [g] 31,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9** **Sód [mg] 1 931,6**
	łatwostrawna z ogr. tłuszczu D05	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (***MLEKO***) marmolada owocowa 30 g pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) (***MLEKO***)	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (***GLUTEN, SELER***) buraczki gotowane 150 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasteczka 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	Szynka bartnika 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) Jabłko parzone 120 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 606,2** **Białko ogółem [g] 101,1** **Tłuszcz [g] 87,5** **Węglowodany ogółem [g] 364** **Sól [g] 4,9** **Sacharoza [g] 35,4** **Błonnik pokarmowy [g] 20,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2** **Sód [mg] 1 971,4**

Własność Grek RTC Sp.z o.o. Wszelkie prawa zastrzeżone.Wykaz alergenów i skladniki potraw u dietetyka szpitala lub w siedzibie firmy.

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 SEKTOR 4 TOMASZÓW

2026-05-04 poniedziałek	podstawowa D01	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) marmolada owocowa 30 g kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 30 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	rogalik maślany 1/2 szt. (40 g) 0,5 szt (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) kasza gryczana 200 g (***GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN***) gulasz wieprzowy (1) (mąka PSZENNA, przyprawa warzywna (SELER, SOJA) 150 g (***GLUTEN***) Surówka z kiszonych ogórków 150 g (***SELER, GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z pomidorów, sałaty, natki pietruszki z pestkami słonecznika 150 g	polędwica z warzywami 50 g Jabłko 120 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 741** **Białko ogółem [g] 92,4** **Tłuszcz [g] 114,2** **Węglowodany ogółem [g] 355,4** **Sól [g] 5,6** **Sacharoza [g] 23,6** **Błonnik pokarmowy [g] 39,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4** **Sód [mg] 2 633,6**
	łatwostrawna D02	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) marmolada owocowa 30 g kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 30 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 100 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	rogalik maślany 1/2 szt. (40 g) 0,5 szt (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (***SELER***) ryż na sypko 200 g potrawka z mięsa łopatki z warzywami (marchew, pietruszka, seler) 150 g (***SELER***) szpinak gotowany 150 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z pomidorów, sałaty, natki pietruszki z pestkami słonecznika 150 g	polędwica z warzywami 50 g Jabłko 120 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 811,3** **Białko ogółem [g] 90** **Tłuszcz [g] 106,9** **Węglowodany ogółem [g] 388,6** **Sól [g] 4,7** **Sacharoza [g] 21,9** **Błonnik pokarmowy [g] 32,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9** **Sód [mg] 1 889,3**
	z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów D03	kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) ser topiony (1) 50 g (***MLEKO***) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	twarożek z koperkiem 60 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 50 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (***SELER***) kasza gryczana 200 g (***GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN***) potrawka z mięsa łopatki z warzywami (marchew, pietruszka, seler) 150 g (***SELER***) Surówka z kiszonych ogórków 150 g (***SELER, GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z pomidorów, sałaty, natki pietruszki z pestkami słonecznika 150 g	polędwica z warzywami 50 g Jabłko 120 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 460,8** **Białko ogółem [g] 91,8** **Tłuszcz [g] 124,5** **Węglowodany ogółem [g] 263,7** **Sól [g] 6,9** **Sacharoza [g] 11,9** **Błonnik pokarmowy [g] 42,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46** **Sód [mg] 3 217,7**
	łatwostrawna z ogr. tłuszczu D05	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) marmolada owocowa 30 g kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 30 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 100 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	rogalik maślany 1/2 szt. (40 g) 0,5 szt (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (***SELER***) ryż na sypko 200 g potrawka z mięsa łopatki z warzywami (marchew, pietruszka, seler) 150 g (***SELER***) szpinak gotowany 150 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100 ml) 1 szt (***MLEKO***)	polędwica z warzywami 50 g Jabłko 120 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 376,2** **Białko ogółem [g] 82,3** **Tłuszcz [g] 64,8** **Węglowodany ogółem [g] 379,2** **Sól [g] 4,7** **Sacharoza [g] 22,9** **Błonnik pokarmowy [g] 26,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4** **Sód [mg] 1 905,3**

Własność Grek RTC Sp.z o.o. Wszelkie prawa zastrzeżone.Wykaz alergenów i skladniki potraw u dietetyka szpitala lub w siedzibie firmy.

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 SEKTOR 4 TOMASZÓW

2026-05-05 wtorek	podstawowa D01	zacierka na mleku (1) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ser biały mielony z natką pietruszki 40 g (***MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 20 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienną zabielana 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g fasolka po bretońsku z kiełbasą cienką (wieprzową) 300 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) Jabłko 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 1 Por	pasta z makreli 70 g (***JAJA, RYBY, MLEKO***) ogórek kiszony 50 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 304,5** **Białko ogółem [g] 101,1** **Tłuszcz [g] 60,9** **Węglowodany ogółem [g] 356,8** **Sól [g] 7,1** **Sacharoza [g] 45,5** **Błonnik pokarmowy [g] 38,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1** **Sód [mg] 3 009**
	łatwostrawna D02	zacierka na mleku (1) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ser biały mielony z natką pietruszki 40 g (***MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 20 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g sztuka mięsa gotowana z sosem dietetycznym (2) 80 g (***GLUTEN, SELER***) buraczki gotowane 150 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 1 Por	polędwica 'Ani 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) Jabłko 120 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 391,4** **Białko ogółem [g] 91,2** **Tłuszcz [g] 60,9** **Węglowodany ogółem [g] 380,7** **Sól [g] 5,5** **Sacharoza [g] 54,5** **Błonnik pokarmowy [g] 22,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2** **Sód [mg] 2 355,1**
	z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów D03	ser biały mielony z natką pietruszki 40 g (***MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 20 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 100 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienną zabielana 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g sztuka mięsa gotowana z sosem dietetycznym (2) 80 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z buraczków 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	pomarańcza 1 szt 180 g	polędwica 'Ani 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) ogórek kiszony 50 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 100 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 493,3** **Białko ogółem [g] 70,4** **Tłuszcz [g] 40,4** **Węglowodany ogółem [g] 226,3** **Sól [g] 4,7** **Sacharoza [g] 26,3** **Błonnik pokarmowy [g] 29** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7** **Sód [mg] 2 241,9**
	łatwostrawna z ogr. tłuszczu D05	zacierka na mleku (1) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ser biały mielony z natką pietruszki 40 g (***MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 20 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g sztuka mięsa gotowana z sosem dietetycznym (2) 80 g (***GLUTEN, SELER***) buraczki gotowane 150 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 1 Por	polędwica 'Ani 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) Jabłko 120 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 391,4** **Białko ogółem [g] 91,2** **Tłuszcz [g] 60,9** **Węglowodany ogółem [g] 380,7** **Sól [g] 5,5** **Sacharoza [g] 54,5** **Błonnik pokarmowy [g] 22,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2** **Sód [mg] 2 355,1**

Własność Grek RTC Sp.z o.o. Wszelkie prawa zastrzeżone.Wykaz alergenów i skladniki potraw u dietetyka szpitala lub w siedzibie firmy.

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 SEKTOR 4 TOMASZÓW

2026-05-06 środa	podstawowa D01	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) szynka złocista 40 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) papryka konserwowa 50 g (***SELER, GORCZYCA***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	soczek owocowy (200ml) 1szt	zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem ciemnym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) sałata z maślanką 150 g (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) ogórek zielony 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 695,3** **Białko ogółem [g] 107,8** **Tłuszcz [g] 56,8** **Węglowodany ogółem [g] 301** **Sól [g] 6,1** **Sacharoza [g] 12,6** **Błonnik pokarmowy [g] 25,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7** **Sód [mg] 2 593,3**
	łatwostrawna D02	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) szynka złocista 40 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	soczek owocowy (200ml) 1szt	zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) sałata z maślanką 150 g (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałata liść (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 348,8** **Białko ogółem [g] 115,3** **Tłuszcz [g] 57,1** **Węglowodany ogółem [g] 352,4** **Sól [g] 5,7** **Sacharoza [g] 13,8** **Błonnik pokarmowy [g] 17,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6** **Sód [mg] 2 399,9**
	z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów D03	Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) szynka złocista 40 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) papryka konserwowa 50 g (***SELER, GORCZYCA***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 100 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***)	zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) sałata z maślanką 150 g (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml	sok pomidorowy 200ml 1 szt	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) ogórek zielony 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 742,6** **Białko ogółem [g] 100,5** **Tłuszcz [g] 50,9** **Węglowodany ogółem [g] 233,9** **Sól [g] 5,8** **Sacharoza [g] 6,8** **Błonnik pokarmowy [g] 26,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5** **Sód [mg] 2 455,8**
	łatwostrawna z ogr. tłuszczu D05	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) marmolada owocowa 30 g szynka złocista 40 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	soczek owocowy (200ml) 1szt	zupa koperkowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) jarzynka gotowana 150 g (***GLUTEN, SELER***) napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałata liść (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 403,3** **Białko ogółem [g] 98,8** **Tłuszcz [g] 66,6** **Węglowodany ogółem [g] 363,9** **Sól [g] 5,6** **Sacharoza [g] 22,8** **Błonnik pokarmowy [g] 22,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7** **Sód [mg] 2 318,8**

Własność Grek RTC Sp.z o.o. Wszelkie prawa zastrzeżone.Wykaz alergenów i skladniki potraw u dietetyka szpitala lub w siedzibie firmy.

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 SEKTOR 4 TOMASZÓW

2026-05-07 czwartek	podstawowa D01	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ser topiony (1) 50 g (***MLEKO***) szynka wieprzowa (kanapkowa) 40 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA***) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)60 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Ciasteczka 30 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem słodko-kwaśnym 130 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Sałatka z brokuła, pomidora, groszku kukurydzy 150 g (***GORCZYCA***)	kwarożek z koperkiem 70 g (***MLEKO***) sałata liść (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 100 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 459,4** **Białko ogółem [g] 102,2** **Tłuszcz [g] 88,9** **Węglowodany ogółem [g] 330,2** **Sól [g] 4,8** **Sacharoza [g] 15,6** **Błonnik pokarmowy [g] 35** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,4** **Sód [mg] 1 961,5**
	łatwostrawna D02	szynka wieprzowa (kanapkowa) 40 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA***) dżemik 25 g pomidor 50 g pieczywo pszenne 100 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***) płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Ciasteczka 30 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem słodko-kwaśnym 130 g (***GLUTEN, SELER***) marchewka gotowana 150 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml	Sałatka z brokuła, pomidora, groszku kukurydzy 150 g (***GORCZYCA***)	kwarożek z koperkiem 70 g (***MLEKO***) sałata liść (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 100 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 577,3** **Białko ogółem [g] 99,8** **Tłuszcz [g] 79** **Węglowodany ogółem [g] 382,3** **Sól [g] 3,9** **Sacharoza [g] 24,1** **Błonnik pokarmowy [g] 29,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2** **Sód [mg] 1 573,7**
	z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów D03	ser topiony (1) 50 g (***MLEKO***) szynka wieprzowa (kanapkowa) 40 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA***) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)100 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe 30 g	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) ryż brązowy 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem słodko-kwaśnym 130 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Sałatka z brokuła, pomidora, groszku kukurydzy 150 g (***GORCZYCA***)	kwarożek z koperkiem 70 g (***MLEKO***) sałata liść (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)130 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 018,4** **Białko ogółem [g] 89,5** **Tłuszcz [g] 75** **Węglowodany ogółem [g] 265,3** **Sól [g] 4,6** **Sacharoza [g] 9,3** **Błonnik pokarmowy [g] 37,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4** **Sód [mg] 1 847**
	łatwostrawna z ogr. tłuszczu D05	szynka wieprzowa (kanapkowa) 40 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA***) dżemik 25 g pomidor 50 g pieczywo pszenne 100 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***) płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Ciasteczka 30 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem słodko-kwaśnym 130 g (***GLUTEN, SELER***) marchewka gotowana 150 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml	Sałatka z brokuła, pomidora, groszku kukurydzy 150 g (***GORCZYCA***)	kwarożek z koperkiem 70 g (***MLEKO***) sałata liść (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 100 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 577,3** **Białko ogółem [g] 99,8** **Tłuszcz [g] 79** **Węglowodany ogółem [g] 382,3** **Sól [g] 3,9** **Sacharoza [g] 24,1** **Błonnik pokarmowy [g] 29,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2** **Sód [mg] 1 573,7**

Własność Grek RTC Sp.z o.o. Wszelkie prawa zastrzeżone.Wykaz alergenów i skladniki potraw u dietetyka szpitala lub w siedzibie firmy.

2026-05-08 piątek	podstawowa D01	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 60 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) ogórek konserwowy 50 g (***SELER, GORCZYCA***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (***MLEKO***)	zupa grochowa z ziemniakami (SELER, mąka PSZENNA, przyprawa warzywna (SELER, SOJA) 400 ml (***GLUTEN, SOJA, SELER***) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml	babka piaskowa 30 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	szynka polędwicowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) sałata liść (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 079,4** **Białko ogółem [g] 82,6** **Tłuszcz [g] 47,7** **Węglowodany ogółem [g] 344,6** **Sól [g] 6,1** **Sacharoza [g] 22,1** **Błonnik pokarmowy [g] 29,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4** **Sód [mg] 2 436**
	łatwostrawna D02	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 60 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (***MLEKO***)	zupa solferino z ziemniakami (jarzynowo-pomidorowa) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml	babka piaskowa 30 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	szynka polędwicowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) sałata liść (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 236** **Białko ogółem [g] 82** **Tłuszcz [g] 48,3** **Węglowodany ogółem [g] 378** **Sól [g] 6** **Sacharoza [g] 22,5** **Błonnik pokarmowy [g] 18,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5** **Sód [mg] 2 456,7**
	z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów D03	szynka konserwowa wieprzowa 60 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) ogórek konserwowy 50 g (***SELER, GORCZYCA***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (***MLEKO***)	zupa solferino z ziemniakami (jarzynowo-pomidorowa) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLUTEN, JAJA***) mus truskawkowy 100 g jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 250 g	szynka polędwicowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) sałata liść (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 572,5** **Białko ogółem [g] 60,3** **Tłuszcz [g] 52,6** **Węglowodany ogółem [g] 227,4** **Sól [g] 6,3** **Sacharoza [g] 13,8** **Błonnik pokarmowy [g] 25,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2** **Sód [mg] 2 514,6**
	łatwostrawna z ogr. tłuszczu D05	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 60 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (***MLEKO***)	zupa krupnik ryżowy z natką pietruszki 400 ml (***SELER***) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml	babka piaskowa 30 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	szynka polędwicowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) sałata liść (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 170,5** **Białko ogółem [g] 79,9** **Tłuszcz [g] 48,1** **Węglowodany ogółem [g] 362,7** **Sól [g] 6** **Sacharoza [g] 20,9** **Błonnik pokarmowy [g] 15,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4** **Sód [mg] 2 430,6**

Własność Grek RTC Sp.z o.o. Wszelkie prawa zastrzeżone.Wykaz alergenów i skladniki potraw u dietetyka szpitala lub w siedzibie firmy.

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 SEKTOR 4 TOMASZÓW

2026-05-09 sobota	podstawowa D01	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ser biały krajanka (MLEKO) 60 g (***MLEKO***) Jabłko 120 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	soczek owocowy (200 ml) 1szt	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g kapusta gotowana z mięsem 300 g (***SELER***) napój owocowy malinowy 250 ml	chałka z dżemem (30g+25g) 60 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałatka z ogórka zielonego i koperku 100 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 138,8** **Białko ogółem [g] 79,3** **Tłuszcz [g] 101,5** **Węglowodany ogółem [g] 308,1** **Sól [g] 5,1** **Sacharoza [g] 20,7** **Błonnik pokarmowy [g] 32,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39** **Sód [mg] 2 008,2**
	łatwostrawna D02	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ser biały krajanka (MLEKO) 60 g (***MLEKO***) Jabłko 120 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	soczek owocowy (200 ml) 1szt	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g klops z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem jarzynowym (marchewka, seler, pietruszka) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) buraczki gotowanee 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	chałka z dżemem (30g+25g) 60 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 552,5** **Białko ogółem [g] 87,7** **Tłuszcz [g] 77,9** **Węglowodany ogółem [g] 389,5** **Sól [g] 5** **Sacharoza [g] 35,4** **Błonnik pokarmowy [g] 28,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2** **Sód [mg] 2 097,1**
	z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów D03	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (***MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) Jabłko 120 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100 g) 100 ml (***MLEKO***)	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g klops z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem jarzynowym (marchewka, seler, pietruszka) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) Surówka z buraczków 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	sok pomidorowy (200 ml) 1szt	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z ogórka zielonego i koperku 100 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 520,3** **Białko ogółem [g] 86,1** **Tłuszcz [g] 71,2** **Węglowodany ogółem [g] 277,1** **Sól [g] 6,1** **Sacharoza [g] 20,8** **Błonnik pokarmowy [g] 38,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2** **Sód [mg] 2 545,5**
	łatwostrawna z ogr. tłuszczu D05	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ser biały krajanka (MLEKO) 60 g (***MLEKO***) Jabłko 120 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	soczek owocowy (200 ml) 1szt	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g klops z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem jarzynowym (marchewka, seler, pietruszka) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) buraczki gotowanee 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	chałka z dżemem (30g+25g) 60 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 552,5** **Białko ogółem [g] 87,7** **Tłuszcz [g] 77,9** **Węglowodany ogółem [g] 389,5** **Sól [g] 5** **Sacharoza [g] 35,4** **Błonnik pokarmowy [g] 28,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2** **Sód [mg] 2 097,1**

Własność Grek RTC Sp.z o.o. Wszelkie prawa zastrzeżone.Wykaz alergenów i skladniki potraw u dietetyka szpitala lub w siedzibie firmy.

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 SEKTOR 4 TOMASZÓW

2026-05-10 niedziela	podstawowa D01	ser żółty (2) 50 g (***MLEKO***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Ciasteczka 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 450 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z czerwonej kapusty 150 g marchewka gotowana z groszkiem 100 g (***GLUTEN, GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (***GLUTEN***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 120 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 315,5** **Białko ogółem [g] 97,6** **Tłuszcz [g] 89,5** **Węglowodany ogółem [g] 321,7** **Sól [g] 6,1** **Sacharoza [g] 29,6** **Błonnik pokarmowy [g] 33,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40** **Sód [mg] 2 461,6**
	łatwostrawna D02	szynka złocista 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 250 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Ciasteczka 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (***GLUTEN, SELER***) marchewka gotowana z groszkiem 150 g (***GLUTEN, GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 360,4** **Białko ogółem [g] 95,7** **Tłuszcz [g] 89,5** **Węglowodany ogółem [g] 354,5** **Sól [g] 6** **Sacharoza [g] 33,4** **Błonnik pokarmowy [g] 21,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7** **Sód [mg] 2 393,5**
	z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów D03	szynka złocista 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 120 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	mus jabłkowy 100 g Chrupki kukurydziane 30 g	zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (***GLUTEN, SELER***) surówka z czerwonej kapusty 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 971,2** **Białko ogółem [g] 81,9** **Tłuszcz [g] 56,6** **Węglowodany ogółem [g] 275,7** **Sól [g] 5,2** **Sacharoza [g] 23,6** **Błonnik pokarmowy [g] 34,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2** **Sód [mg] 2 076,6**
	łatwostrawna z ogr. tłuszczu D05	szynka złocista 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 250 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Ciasteczka 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (***GLUTEN, SELER***) marchewka gotowana z groszkiem 150 g (***GLUTEN, GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 360,4** **Białko ogółem [g] 95,7** **Tłuszcz [g] 89,5** **Węglowodany ogółem [g] 354,5** **Sól [g] 6** **Sacharoza [g] 33,4** **Błonnik pokarmowy [g] 21,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7** **Sód [mg] 2 393,5**

Własność Grek RTC Sp.z o.o. Wszelkie prawa zastrzeżone.Wykaz alergenów i skladniki potraw u dietetyka szpitala lub w siedzibie firmy.