Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 SEKTOR 2 SKIERNIEWICE

		1	2	3	4	5	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	SUMA
2026-03-30 poniedziałek	podst Skier	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) Szynka bartnika 20 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) rzodkiewka 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) makaron ciemny 200 g (***GLUTEN, JAJA***) gulasz cygański z mięsem wieprz. pieczarkami i warzywami (marchewka, seler, pietruszka, ogórek kiszony) 150 g (***SELER, GORCZYCA***) sałata z maślanką 120 g (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z ogórka kiszonego i cebuli 50 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 109,4** **Białko ogółem [g] 84** **Tłuszcz [g] 83,8** **Węglowodany ogółem [g] 267,6** **Sól [g] 4,7** **Sacharoza [g] 16,7** **Błonnik pokarmowy [g] 25,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8** **Sód [mg] 2 146,3**
	wątrobowa Skier	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) Szynka bartnika 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) Jabłko parzone 150 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (***SELER***) sztuka mięsa gotowana z sosem koperkowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) sałata z maślanką 120 g (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 905,6** **Białko ogółem [g] 88,8** **Tłuszcz [g] 41** **Węglowodany ogółem [g] 307,2** **Sól [g] 4,7** **Sacharoza [g] 13,9** **Błonnik pokarmowy [g] 23,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1** **Sód [mg] 2 029**
	lekka Skier	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) Szynka bartnika 20 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) Jabłko parzone 150 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (***SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) sztuka mięsa gotowana z sosem koperkowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) sałata z maślanką 120 g (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 028,1** **Białko ogółem [g] 95,1** **Tłuszcz [g] 48,8** **Węglowodany ogółem [g] 312,9** **Sól [g] 4,6** **Sacharoza [g] 15,7** **Błonnik pokarmowy [g] 21,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6** **Sód [mg] 1 947,9**
	cukrzycowa Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) Szynka bartnika 20 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) rzodkiewka 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy 200 ml	zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) makaron ciemny 200 g (***GLUTEN, JAJA***) sztuka mięsa gotowana z sosem koperkowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) sałata z maślanką 120 g (***MLEKO***) napój owocowy pomarańczowy 250 ml	Jabłko 150 g	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z ogórka kiszonego i cebuli 50 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 737,9** **Białko ogółem [g] 88,7** **Tłuszcz [g] 54,1** **Węglowodany ogółem [g] 239,7** **Sól [g] 5,2** **Sacharoza [g] 17,3** **Błonnik pokarmowy [g] 32,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21** **Sód [mg] 2 294,7**

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

2026-03-30 poniedziałek	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) Szynka bartnika 20 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) rzodkiewka 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Biszkopty 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) gulasz cygański z mięsem wieprz. pieczarkami i warzywami (marchewka, seler, pietruszka, ogórek kiszony) 150 g (***SELER, GORCZYCA***) makaron ciemny 200 g (***GLUTEN, JAJA***) sałata z maślanką 120 g (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z ogórka kiszonego i cebuli 50 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 278,9** **Białko ogółem [g] 88,3** **Tłuszcz [g] 85,9** **Węglowodany ogółem [g] 301,2** **Sól [g] 4,8** **Sacharoza [g] 35,4** **Błonnik pokarmowy [g] 25,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4** **Sód [mg] 2 174,3**
	dzieci Skier	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) Szynka bartnika 20 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) Jabłko parzone 150 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	mus owocowo-warzywny (tubka 100g) 100 g	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (***SELER***) naleśniki z serem 300 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) pomarańcza 1/2 szt. 100 g napój owocowy malinowy 250 ml	kanapka z ciemnego pieczywa z serem żółtym i masłem 82% (30g +25g+5g) 60 g (***GLUTEN, MLEKO***)	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 574,4** **Białko ogółem [g] 100,5** **Tłuszcz [g] 90,7** **Węglowodany ogółem [g] 351,1** **Sól [g] 5,2** **Sacharoza [g] 42,7** **Błonnik pokarmowy [g] 24,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3** **Sód [mg] 2 187,5**
	Dieta Położnicza Lekkostrawna	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) Szynka bartnika 20 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) Jabłko parzone 150 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Biszkopty 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (***SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) sztuka mięsa gotowana z sosem koperkowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) sałata z maślanką 120 g (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***)	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 257,6** **Białko ogółem [g] 103,7** **Tłuszcz [g] 52,9** **Węglowodany ogółem [g] 352,7** **Sól [g] 4,9** **Sacharoza [g] 35,4** **Błonnik pokarmowy [g] 22,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4** **Sód [mg] 2 038,9**
2026-03-31 wtorek	podst Skier	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa ogórkowa z ziemniakami zabielana 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) ryż na sypko 200 g schab gotowany z sosem pieczarkowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		pasta z makreli 70 g (***JAJA, RYBY, MLEKO***) papryka świeża 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 079,4** **Białko ogółem [g] 100,3** **Tłuszcz [g] 55,7** **Węglowodany ogółem [g] 307,1** **Sól [g] 5,3** **Sacharoza [g] 26,6** **Błonnik pokarmowy [g] 25,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2** **Sód [mg] 2 278,6**

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

2026-03-31 wtorek	wątrobowa Skier	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ryż na sypko 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) buraczki gotowane 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica 'Ani' 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 172,3** **Białko ogółem [g] 106,3** **Tłuszcz [g] 49,7** **Węglowodany ogółem [g] 335,1** **Sól [g] 4** **Sacharoza [g] 16,8** **Błonnik pokarmowy [g] 19,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2** **Sód [mg] 1 772,1**
	lekka Skier	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ryż na sypko 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) buraczki gotowane 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica 'Ani' 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 172,3** **Białko ogółem [g] 106,3** **Tłuszcz [g] 49,7** **Węglowodany ogółem [g] 335,1** **Sól [g] 4** **Sacharoza [g] 16,8** **Błonnik pokarmowy [g] 19,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2** **Sód [mg] 1 772,1**
	cukrzycowa Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml pieczywo chrupkie żytnie 20 g	zupa ogórkowa z ziemniakami zabielana 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) ryż brązowy 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) surówka z buraczków 120 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	sałatka z pomidorów, sałaty z fasolą czerwoną z olejem rzepakowym 200 g	pasta z makreli 70 g (***JAJA, RYBY, MLEKO***) papryka świeża 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 983,6** **Białko ogółem [g] 97,2** **Tłuszcz [g] 71,4** **Węglowodany ogółem [g] 254,6** **Sól [g] 4,9** **Sacharoza [g] 30,8** **Błonnik pokarmowy [g] 33,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3** **Sód [mg] 2 112,1**
	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	kisiel owocowy z/c z jabłkiem 200 ml	zupa ogórkowa z ziemniakami zabielana 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) ryż na sypko 200 g schab gotowany z sosem pieczarkowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		pasta z makreli 70 g (***JAJA, RYBY, MLEKO***) papryka świeża 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 208,2** **Białko ogółem [g] 100,4** **Tłuszcz [g] 55,7** **Węglowodany ogółem [g] 339,2** **Sól [g] 5,4** **Sacharoza [g] 49** **Błonnik pokarmowy [g] 25,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2** **Sód [mg] 2 302,9**

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

2026-03-31 wtorek	dzieci Skier	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	kisiel owocowy z/c z jabłkiem 200 ml	zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ryż na sypko 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (***MLEKO***)	polędwica 'Ani' 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 033,1** **Białko ogółem [g] 99,9** **Tłuszcz [g] 39,9** **Węglowodany ogółem [g] 330,7** **Sól [g] 3,8** **Sacharoza [g] 39,8** **Błonnik pokarmowy [g] 23,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1** **Sód [mg] 1 681,1**
	Dieta Położnicza Lekkostrawna	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	kisiel owocowy z/c z jabłkiem 200 ml	zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ryż na sypko 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) buraczki gotowane 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (***MLEKO***)	polędwica 'Ani' 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 362,1** **Białko ogółem [g] 110,1** **Tłuszcz [g] 51,2** **Węglowodany ogółem [g] 375,4** **Sól [g] 4,2** **Sacharoza [g] 40,9** **Błonnik pokarmowy [g] 20,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1** **Sód [mg] 1 845,4**
2026-04-01 środa	podst Skier	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml (***MLEKO***) ser żółty (1) 50 g (***MLEKO***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka pieczone 120 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		kiełbasa cienka wieprzowa na ciepło 60 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z ogórka kiszonego i cebuli 50 g (***SELER, GORCZYCA***) chrzan 15 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 068,9** **Białko ogółem [g] 89,1** **Tłuszcz [g] 79,5** **Węglowodany ogółem [g] 260,3** **Sól [g] 5,6** **Sacharoza [g] 12,1** **Błonnik pokarmowy [g] 21,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31** **Sód [mg] 2 373,9**
	wątrobowa Skier	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml (***MLEKO***) kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) warzywa gotowanee 120 g (***GLUTEN, SELER***) napój owocowy malinowy 250 ml		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) Jabłko parzone 150 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) Herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 211,6** **Białko ogółem [g] 89,2** **Tłuszcz [g] 65,7** **Węglowodany ogółem [g] 327,2** **Sól [g] 5,5** **Sacharoza [g] 15** **Błonnik pokarmowy [g] 22,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27** **Sód [mg] 2 233,1**
	lekka Skier	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml (***MLEKO***) kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) warzywa gotowanee 120 g (***GLUTEN, SELER***) napój owocowy malinowy 250 ml		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) Jabłko 150 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) Herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 211,6** **Białko ogółem [g] 89,2** **Tłuszcz [g] 65,7** **Węglowodany ogółem [g] 327,2** **Sól [g] 5,5** **Sacharoza [g] 15** **Błonnik pokarmowy [g] 22,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27** **Sód [mg] 2 233,1**

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

2026-04-01 środa	cukrzycowa Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) ser żółty (1) 50 g (***MLEKO***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	serek wiejski 150 g	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) surówka z kapusty pekińskiej 120 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	Kanapka z jajkiem 55 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałatka z ogórka kiszonego i cebuli 50 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 060,8** **Białko ogółem [g] 110,2** **Tłuszcz [g] 80,8** **Węglowodany ogółem [g] 236,9** **Sól [g] 7,2** **Sacharoza [g] 9,7** **Błonnik pokarmowy [g] 28,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6** **Sód [mg] 3 002,7**
	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml (***MLEKO***) ser żółty (1) 50 g (***MLEKO***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	soczek owocowo-warzywny 200 ml	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka pieczone 120 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		kiełbasa cienka wieprzowa na ciepło 60 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z ogórka kiszonego i cebuli 50 g (***SELER, GORCZYCA***) chrzan 15 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 116,9** **Białko ogółem [g] 89,6** **Tłuszcz [g] 79,7** **Węglowodany ogółem [g] 272,4** **Sól [g] 5,7** **Sacharoza [g] 17,7** **Błonnik pokarmowy [g] 23,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31** **Sód [mg] 2 403,9**
	dzieci Skier	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml (***MLEKO***) ser żółty (1) 50 g (***MLEKO***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	soczek owocowo-warzywny 200 ml	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka pieczone 120 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 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***) Jabłko 150 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 375,3** **Białko ogółem [g] 100,6** **Tłuszcz [g] 91,8** **Węglowodany ogółem [g] 300,5** **Sól [g] 6,1** **Sacharoza [g] 17,5** **Błonnik pokarmowy [g] 27,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9** **Sód [mg] 2 438,9**
	Dieta Położnicza Lekkostrawna	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml (***MLEKO***) kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	soczek owocowo-warzywny 200 ml	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) warzywa gotowane 120 g (***GLUTEN, SELER***) 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***) Jabłko 150 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) Herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 379,3** **Białko ogółem [g] 103** **Tłuszcz [g] 68,2** **Węglowodany ogółem [g] 352** **Sól [g] 6,2** **Sacharoza [g] 20,7** **Błonnik pokarmowy [g] 27** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9** **Sód [mg] 2 536,4**

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

2026-04-02 czwartek	podst Skier	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) ogórek zielony 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml		zupa kapuśniak z ziemniakami 400 ml (***SELER***) kasza gryczana 200 g (***GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN***) Bitka wieprzowa gotowana z sosem pieczeniowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) surówka z marchewki 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 978,8** **Białko ogółem [g] 86,6** **Tłuszcz [g] 73,4** **Węglowodany ogółem [g] 257,9** **Sól [g] 3,6** **Sacharoza [g] 14,6** **Błonnik pokarmowy [g] 29,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2** **Sód [mg] 1 575,5**
	wątrobowa Skier	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml		zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) Bitka wieprzowa gotowana z sosem pietruszkowym 80 g (***GLUTEN, SELER***) marchewka gotowanaa 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 329,3** **Białko ogółem [g] 92,2** **Tłuszcz [g] 79,2** **Węglowodany ogółem [g] 324,4** **Sól [g] 4,6** **Sacharoza [g] 10,9** **Błonnik pokarmowy [g] 24,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9** **Sód [mg] 1 952,6**
	lekka Skier	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml		zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) Bitka wieprzowa gotowana z sosem pietruszkowym 80 g (***GLUTEN, SELER***) marchewka gotowanaa 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 329,3** **Białko ogółem [g] 92,2** **Tłuszcz [g] 79,2** **Węglowodany ogółem [g] 324,4** **Sól [g] 4,6** **Sacharoza [g] 10,9** **Błonnik pokarmowy [g] 24,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9** **Sód [mg] 1 952,6**
	cukrzycowa Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) kasza gryczana 200 g (***GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN***) Bitka wieprzowa gotowana z sosem pietruszkowym 80 g (***GLUTEN, SELER***) surówka z marchewki 120 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	kanapka z ciemnego pieczywa z serem żółtym i masłem 82% (30g +25g+5g) 60 g (***GLUTEN, MLEKO***)	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 166,4** **Białko ogółem [g] 96,9** **Tłuszcz [g] 89** **Węglowodany ogółem [g] 259,9** **Sól [g] 5,3** **Sacharoza [g] 17,7** **Błonnik pokarmowy [g] 30,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8** **Sód [mg] 2 214,4**

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

2026-04-02 czwartek	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) ogórek zielony 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	Banan 1 szt 1 Por	zupa kapuśniak z ziemniakami 400 ml (***SELER***) kasza gryczana 200 g (***GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN***) Bitka wieprzowa gotowana z sosem pieczeniowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) surówka z marchewki 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 070,5** **Białko ogółem [g] 87,6** **Tłuszcz [g] 73,7** **Węglowodany ogółem [g] 280,1** **Sól [g] 3,6** **Sacharoza [g] 25,1** **Błonnik pokarmowy [g] 31,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3** **Sód [mg] 1 576,5**
	dzieci Skier	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	Banan 1 szt 1 Por	zupa kapuśniak z ziemniakami 400 ml (***SELER***) pierogi z serem z cynamonem 300 g (***GLUTEN, MLEKO***) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml	kanapka z ciemnego pieczywa z serem żółtym i masłem 82% (30g +25g+5g) 60 g (***GLUTEN, MLEKO***)	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 631,1** **Białko ogółem [g] 104,2** **Tłuszcz [g] 97** **Węglowodany ogółem [g] 349,6** **Sól [g] 4,5** **Sacharoza [g] 18,4** **Błonnik pokarmowy [g] 28,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3** **Sód [mg] 1 914,2**
	Dieta Położnicza Lekkostrawna	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	Banan 1 szt 1 Por	zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) Bitka wieprzowa gotowana z sosem pietruszkowym 80 g (***GLUTEN, SELER***) marchewka gotowana 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***)	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 278,5** **Białko ogółem [g] 97,5** **Tłuszcz [g] 59** **Węglowodany ogółem [g] 352,8** **Sól [g] 4,7** **Sacharoza [g] 22,4** **Błonnik pokarmowy [g] 25,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8** **Sód [mg] 1 981**
2026-04-03 piątek	podst Skier	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) pasta z jajka z koperkiem 70 g (***JAJA***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ziemniaki 200 g Pulpet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 80 g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, SELER***) surówka z kiszonej kapusty 120 g (***GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml		ser żółty (1) 50 g (***MLEKO***) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 152,1** **Białko ogółem [g] 74,2** **Tłuszcz [g] 89,9** **Węglowodany ogółem [g] 273,9** **Sól [g] 5,4** **Sacharoza [g] 9,8** **Błonnik pokarmowy [g] 24,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1** **Sód [mg] 2 194,6**

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

2026-04-03 piątek	wątrobowa Skier	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (***MLEKO***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ziemniaki 200 g pulpet z ryby gotowany w jarzynach 80 g (***GLUTEN, JAJA, RYBY***) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml		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] 1 902,8** **Białko ogółem [g] 77,7** **Tłuszcz [g] 45,3** **Węglowodany ogółem [g] 305,8** **Sól [g] 5,1** **Sacharoza [g] 8,7** **Błonnik pokarmowy [g] 19,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1** **Sód [mg] 2 016,3**
	lekka Skier	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) pasta z jajka z koperkiem 70 g (***JAJA***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ziemniaki 200 g Pulpet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 80 g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, SELER***) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml		ser biały krajanka (MLEKO) 60 g (***MLEKO***) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 174,1** **Białko ogółem [g] 83,4** **Tłuszcz [g] 71** **Węglowodany ogółem [g] 310,4** **Sól [g] 4,3** **Sacharoza [g] 9,3** **Błonnik pokarmowy [g] 19,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8** **Sód [mg] 1 678,6**
	cukrzycowa Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) pasta z jajka z koperkiem 70 g (***JAJA***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	Kanapka z ciemnego pieczywa z twarogem i masłem 82%(35g+30g+5g) 60 g (***GLUTEN, MLEKO***)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ziemniaki 200 g Pulpet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 80 g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, SELER***) surówka z kiszonej kapusty 120 g (***GORCZYCA***) napój owocowy pomarańczowy 250 ml	sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 150 g	ser żółty (1) 50 g (***MLEKO***) 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] 2 599** **Białko ogółem [g] 92,1** **Tłuszcz [g] 140,9** **Węglowodany ogółem [g] 259,5** **Sól [g] 6,2** **Sacharoza [g] 8,1** **Błonnik pokarmowy [g] 37,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,8** **Sód [mg] 2 452,1**
	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) pasta z jajka z koperkiem 70 g (***JAJA***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	ciasto drożdżowe 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ziemniaki 200 g Pulpet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 80 g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, SELER***) surówka z kiszonej kapusty 120 g (***GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml		ser żółty (1) 50 g (***MLEKO***) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 297,6** **Białko ogółem [g] 78,1** **Tłuszcz [g] 93,9** **Węglowodany ogółem [g] 297,8** **Sól [g] 5,6** **Sacharoza [g] 13,7** **Błonnik pokarmowy [g] 25,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9** **Sód [mg] 2 264,1**

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 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 SEKTOR 2 SKIERNIEWICE

2026-04-03 piątek	dzieci Skier	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) pasta z jajka z koperkiem 70 g (***JAJA***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	ciasto drożdżowe 30 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ziemniaki 200 g Pulpet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 80 g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, SELER***) surówka z kiszonej kapusty 120 g (***GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 1 Por	ser żółty (1) 50 g (***MLEKO***) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 331,1** **Białko ogółem [g] 77,5** **Tłuszcz [g] 92,6** **Węglowodany ogółem [g] 310,4** **Sól [g] 5,5** **Sacharoza [g] 22,6** **Błonnik pokarmowy [g] 26,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3** **Sód [mg] 2 237,3**
	Dieta Położnicza Lekkostrawna	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) pasta z jajka z koperkiem 70 g (***JAJA***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	ciasto drożdżowe 30 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ziemniaki 200 g Pulpet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 80 g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, SELER***) warzywa gotowane 150 g (***GLUTEN, SELER***) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 1 Por	ser biały krajanka (MLEKO) 60 g (***MLEKO***) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 369,3** **Białko ogółem [g] 86** **Tłuszcz [g] 70,6** **Węglowodany ogółem [g] 360,8** **Sól [g] 4,6** **Sacharoza [g] 26,7** **Błonnik pokarmowy [g] 25,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2** **Sód [mg] 1 838,5**
2026-04-04 sobota	podst Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) polędwica 'Ani' 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata 20 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) sztuka mięsa gotowana z sosem cebulowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) surówka z marchewki 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		kiełbasa podwawelska 60 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) chrzan 20 g pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 174,6** **Białko ogółem [g] 88,8** **Tłuszcz [g] 73,1** **Węglowodany ogółem [g] 307,1** **Sól [g] 5,1** **Sacharoza [g] 18,6** **Błonnik pokarmowy [g] 32,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6** **Sód [mg] 2 196,3**
	wątrobowa Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) polędwica 'Ani' 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) sztuka mięsa gotowana z sosem koperkowym (2) 80 g (***GLUTEN, SELER***) marchewka gotowana 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml		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] 2 094,8** **Białko ogółem [g] 87,4** **Tłuszcz [g] 49,7** **Węglowodany ogółem [g] 337,6** **Sól [g] 6,3** **Sacharoza [g] 14,5** **Błonnik pokarmowy [g] 25,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4** **Sód [mg] 2 668,3**

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

2026-04-04 sobota	lekka Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) polędwica 'Ani' 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) sztuka mięsa gotowana z sosem koperkowym (2) 80 g (***GLUTEN, SELER***) marchewka gotowana 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml		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] 2 094,8** **Białko ogółem [g] 87,4** **Tłuszcz [g] 49,7** **Węglowodany ogółem [g] 337,6** **Sól [g] 6,3** **Sacharoza [g] 14,5** **Błonnik pokarmowy [g] 25,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4** **Sód [mg] 2 668,3**
	cukrzycowa Skier	polędwica 'Ani' 50 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	Kanapka z jajkiem 55 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) sztuka mięsa gotowana z sosem koperkowym (2) 80 g (***GLUTEN, SELER***) surówka z marchewki 120 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	sok pomidorowy 200ml 1 szt	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] 1 990,7** **Białko ogółem [g] 85,7** **Tłuszcz [g] 68,6** **Węglowodany ogółem [g] 277,1** **Sól [g] 6,9** **Sacharoza [g] 14,6** **Błonnik pokarmowy [g] 38,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3** **Sód [mg] 2 942,3**
	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) polędwica 'Ani' 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata 20 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	sok jabłkowy 200ml 1 szt ciasteczka 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) sztuka mięsa gotowana z sosem cebulowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) surówka z marchewki 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		kiełbasa podwawelska 60 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) chrzan 20 g pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 434,6** **Białko ogółem [g] 91,7** **Tłuszcz [g] 85** **Węglowodany ogółem [g] 342,8** **Sól [g] 5,1** **Sacharoza [g] 28,5** **Błonnik pokarmowy [g] 33,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2** **Sód [mg] 2 211,3**
	dzieci Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) polędwica 'Ani' 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata 20 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Kanapka z jajkiem 55 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA***) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt	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)) 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 179,2** **Białko ogółem [g] 81,6** **Tłuszcz [g] 62,6** **Węglowodany ogółem [g] 335** **Sól [g] 5,6** **Sacharoza [g] 14,8** **Błonnik pokarmowy [g] 24,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2** **Sód [mg] 2 404,9**

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

2026-04-04 sobota	Dieta Położnicza Lekkostrawna	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) polędwica 'Ani' 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	sok jabłkowy 200ml 1 szt ciasteczka 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) sztuka mięsa gotowana z sosem koperkowym (2) 80 g (***GLUTEN, SELER***) marchewka gotowana 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml	mandarynka 1szt (100g) 100 g	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] 2 388,6** **Białko ogółem [g] 90,8** **Tłuszcz [g] 61,8** **Węglowodany ogółem [g] 381,7** **Sól [g] 6,3** **Sacharoza [g] 29** **Błonnik pokarmowy [g] 27,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31** **Sód [mg] 2 684,1**
2026-04-05 niedziela	podst Skier	zupa żurek na zakwasie 300 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) kielbasa biala parzona 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) chrzan 20 g sałata liść (20g) 1 Por ciasto drożdżowe 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, 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 napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka jarzynowa z groszkiem 80 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 206,8** **Białko ogółem [g] 99,4** **Tłuszcz [g] 75,7** **Węglowodany ogółem [g] 297** **Sól [g] 7,2** **Sacharoza [g] 19** **Błonnik pokarmowy [g] 30,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9** **Sód [mg] 2 864,7**
	wątrobowa Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) szynka gotowana wieprzowa 40 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) szynka bartnika 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) Jabłko parzone 120 g pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ciasto drożdżowe 50 g (***GLUTEN, JAJA, 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***) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka jarzynowa z groszkiem 100 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 374,3** **Białko ogółem [g] 111,2** **Tłuszcz [g] 72,2** **Węglowodany ogółem [g] 332,4** **Sól [g] 6,7** **Sacharoza [g] 19,9** **Błonnik pokarmowy [g] 24,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7** **Sód [mg] 2 714**
	lekka Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) szynka gotowana wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) Jabłko parzone 120 g ciasto drożdżowe 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 450 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (***GLUTEN, SELER***) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka jarzynowa z groszkiem 100 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 384,2** **Białko ogółem [g] 112,1** **Tłuszcz [g] 73,7** **Węglowodany ogółem [g] 330,5** **Sól [g] 6,2** **Sacharoza [g] 19,9** **Błonnik pokarmowy [g] 25** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8** **Sód [mg] 2 510,5**

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

2026-04-05 niedziela	cukrzycowa Skier	zupa żurek na zakwasie 300 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) kielbasa biala parzona 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) chrzan 20 g sałata liść (20g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy 200 ml	zupa rosół z makaronem 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 czerwonej kapusty 150 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	Kanapka z ciemnego pieczywa z twarogem i masłem 82%(35g+30g+5g) 60 g (***GLUTEN, MLEKO***)	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka jarzynowa z groszkiem 80 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 218,2** **Białko ogółem [g] 105,4** **Tłuszcz [g] 88** **Węglowodany ogółem [g] 270,4** **Sól [g] 7,9** **Sacharoza [g] 12,2** **Błonnik pokarmowy [g] 38,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1** **Sód [mg] 3 174,1**
	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	zupa żurek na zakwasie 300 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) kielbasa biala parzona 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) chrzan 20 g sałata liść (20g) 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ciasto drożdżowe 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	Banan 1 szt 1 Por	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 napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka jarzynowa z groszkiem 80 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 373,3** **Białko ogółem [g] 100,6** **Tłuszcz [g] 84,3** **Węglowodany ogółem [g] 319,2** **Sól [g] 7,2** **Sacharoza [g] 29,5** **Błonnik pokarmowy [g] 31,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5** **Sód [mg] 2 866,6**
	dzieci Skier	zupa żurek na zakwasie 300 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) kielbasa biala parzona 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ciasto drożdżowe 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	Banan 1 szt 1 Por	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 450 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka pieczone 130 g Brokuły gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	wafelek śmietankowy 1 szt	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka jarzynowa z groszkiem 80 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 383,8** **Białko ogółem [g] 101,4** **Tłuszcz [g] 87,6** **Węglowodany ogółem [g] 312,6** **Sól [g] 7,2** **Sacharoza [g] 27,5** **Błonnik pokarmowy [g] 30,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4** **Sód [mg] 2 850,5**
	Dieta Położnicza Lekkostrawna	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) szynka gotowana wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ciasto drożdżowe 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	Banan 1 szt 1 Por	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 450 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (***GLUTEN, SELER***) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	soczek owocowo-warzywny 200 ml	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka jarzynowa z groszkiem 80 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 462,4** **Białko ogółem [g] 112,9** **Tłuszcz [g] 73** **Węglowodany ogółem [g] 351,4** **Sól [g] 6,3** **Sacharoza [g] 33,3** **Błonnik pokarmowy [g] 26,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8** **Sód [mg] 2 512,3**

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

2026-04-06 poniedziałek	podst Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 60 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) rzodkiewka 50 g Ćwikła 20 g (***GLUTEN***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***) babka piaskowa "zebra" 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)		zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (***SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem ciemnym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) ogórek konserwowy 50 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 937,6** **Białko ogółem [g] 83,3** **Tłuszcz [g] 63,7** **Węglowodany ogółem [g] 268,7** **Sól [g] 6,2** **Sacharoza [g] 33,1** **Błonnik pokarmowy [g] 22,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5** **Sód [mg] 2 527,5**
	wątrobowa Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) szynka gotowana wieprzowa 60 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) Jabłko parzone 150 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***) Biszkopty 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)		zupa ryżowa z natką pietruszki 400 ml (***SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) warzywa gotowane 120 g (***GLUTEN, SELER***) napój owocowy malinowy 250 ml		kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 049,9** **Białko ogółem [g] 92,4** **Tłuszcz [g] 53,7** **Węglowodany ogółem [g] 310** **Sól [g] 5,5** **Sacharoza [g] 34,2** **Błonnik pokarmowy [g] 21,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8** **Sód [mg] 2 190,4**
	lekka Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 60 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) Ćwikła 20 g (***GLUTEN***) Jabłko parzone 150 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***) babka piaskowa "zebra" 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)		zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (***SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) warzywa gotowane 120 g (***GLUTEN, SELER***) napój owocowy malinowy 250 ml		kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 006,6** **Białko ogółem [g] 92,8** **Tłuszcz [g] 45,4** **Węglowodany ogółem [g] 318,2** **Sól [g] 5,7** **Sacharoza [g] 36,1** **Błonnik pokarmowy [g] 22,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3** **Sód [mg] 2 319,9**
	cukrzycowa Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 60 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) rzodkiewka 50 g Ćwikła 20 g (***GLUTEN***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml wafle ryżowe 30 g	Budyń b/c 200 g (***GLUTEN, MLEKO***)	zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (***SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z brokuła i jajka 150 g (***JAJA***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 30 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 5 g (***MLEKO***)	kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 293,6** **Białko ogółem [g] 111** **Tłuszcz [g] 85,8** **Węglowodany ogółem [g] 285,9** **Sól [g] 6,2** **Sacharoza [g] 23** **Błonnik pokarmowy [g] 33,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1** **Sód [mg] 2 509**

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

2026-04-06 poniedziałek	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 60 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) rzodkiewka 50 g Ćwikła 20 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***) babka piaskowa "zebra" 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	Budyń b/c 200 g (***GLUTEN, MLEKO***)	zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (***SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem ciemnym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) ogórek konserwowy 50 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 097,8** **Białko ogółem [g] 86,8** **Tłuszcz [g] 65,7** **Węglowodany ogółem [g] 300,8** **Sól [g] 6,3** **Sacharoza [g] 46,1** **Błonnik pokarmowy [g] 22,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7** **Sód [mg] 2 573,4**
	dzieci Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 60 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) rzodkiewka 50 g Ćwikła 20 g (***GLUTEN***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***) babka piaskowa "zebra" 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	Budyń z/c 200 g (***GLUTEN, MLEKO***)	zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (***SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem ciemnym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	soczek owocowo-warzywny 200 ml	kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) ogórek konserwowy 50 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 185,7** **Białko ogółem [g] 87,3** **Tłuszcz [g] 65,9** **Węglowodany ogółem [g] 322,8** **Sól [g] 6,4** **Sacharoza [g] 61,7** **Błonnik pokarmowy [g] 24,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7** **Sód [mg] 2 603,5**
	Dieta Położnicza Lekkostrawna	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 60 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) Ćwikła 20 g (***GLUTEN***) Jabłko parzone 150 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***) babka piaskowa "zebra" 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	Budyń b/c 200 g (***GLUTEN, MLEKO***)	zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (***SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) warzywa gotowane 120 g (***GLUTEN, SELER***) napój owocowy malinowy 250 ml	soczek owocowo-warzywny 200 ml	kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***)	**Wartość energetyczna [kcal] 2 214,8** **Białko ogółem [g] 96,8** **Tłuszcz [g] 47,6** **Węglowodany ogółem [g] 362,4** **Sól [g] 5,9** **Sacharoza [g] 54,7** **Błonnik pokarmowy [g] 24,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5** **Sód [mg] 2 395,8**
2026-04-07 wtorek	podst Skier	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) pasta z twarogu z zieleniną 70 g (***MLEKO***) Jabłko 150 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml		zupa pieczarkowa zabielana z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet z mięsa mieszanego gotowany na parze z sosem pomidorowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) surówka wielowarzywna 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		pasta z makreli 70 g (***JAJA, RYBY, MLEKO***) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 702,5** **Białko ogółem [g] 75,9** **Tłuszcz [g] 37,6** **Węglowodany ogółem [g] 277,7** **Sól [g] 4,7** **Sacharoza [g] 11,8** **Błonnik pokarmowy [g] 25,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18** **Sód [mg] 1 867,6**

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

2026-04-07 wtorek	wątrobowa Skier	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) pasta z twarogu z zieleniną 70 g (***MLEKO***) mus jabłkowy 100 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml		zupa koperkowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet gotowany na parze z sosem pietruszkowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) szpinak duszony 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 922,7** **Białko ogółem [g] 82,8** **Tłuszcz [g] 41,1** **Węglowodany ogółem [g] 315,7** **Sól [g] 3,9** **Sacharoza [g] 23,5** **Błonnik pokarmowy [g] 21,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6** **Sód [mg] 1 655,8**
	lekka Skier	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) pasta z twarogu z zieleniną 70 g (***MLEKO***) Jabłko 150 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml		zupa koperkowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet z mięsa mieszanego gotowany na parze z sosem pomidorowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) szpinak duszony 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z pomidorów, sałaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 803** **Białko ogółem [g] 81,2** **Tłuszcz [g] 35,8** **Węglowodany ogółem [g] 298,9** **Sól [g] 4,3** **Sacharoza [g] 11,1** **Błonnik pokarmowy [g] 19,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2** **Sód [mg] 1 861,6**
	cukrzycowa Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) pasta z twarogu z zieleniną 70 g (***MLEKO***) Jabłko 150 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	zupa koperkowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet z mięsa mieszanego gotowany na parze z sosem pomidorowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) surówka wielowarzywna 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	Kanapka z ciemnego pieczywa z szynką drobiową i masłem 82%(35g+20g+10g) 60 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***)	pasta z makreli 70 g (***JAJA, RYBY, MLEKO***) sałatka z pomidorów, sałaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 755,5** **Białko ogółem [g] 86,8** **Tłuszcz [g] 47,5** **Węglowodany ogółem [g] 261,5** **Sól [g] 5,7** **Sacharoza [g] 13** **Błonnik pokarmowy [g] 33,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7** **Sód [mg] 2 247,1**
	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) pasta z twarogu z zieleniną 70 g (***MLEKO***) Jabłko 150 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa pieczarkowa zabielana z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet z mięsa mieszanego gotowany na parze z sosem pomidorowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) surówka wielowarzywna 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		pasta z makreli 70 g (***JAJA, RYBY, MLEKO***) sałatka z pomidorów, sałaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 720,5** **Białko ogółem [g] 76,7** **Tłuszcz [g] 37,8** **Węglowodany ogółem [g] 281,5** **Sól [g] 5,2** **Sacharoza [g] 11,9** **Błonnik pokarmowy [g] 26,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1** **Sód [mg] 2 060,6**
	dzieci Skier	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) pasta z twarogu z zieleniną 70 g (***MLEKO***) mus jabłkowy 100 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	ciasto drożdżowe 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa koperkowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet z mięsa mieszanego gotowany na parze z sosem pomidorowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) surówka wielowarzywna 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	Kanapka z ciemnego pieczywa z szynką drobiową i masłem 82%(35g+20g+10g) 60 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***)	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z pomidorów, sałaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 997,2** **Białko ogółem [g] 83,1** **Tłuszcz [g] 46,4** **Węglowodany ogółem [g] 325,7** **Sól [g] 5** **Sacharoza [g] 27,8** **Błonnik pokarmowy [g] 28** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9** **Sód [mg] 2 078,8**

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

2026-04-07 wtorek	Dieta Położnicza Lekkostrawna	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) pasta z twarogu z zieleniną 70 g (***MLEKO***) Jabłko 150 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	ciasto drożdżowe 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa koperkowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet z mięsa mieszanego gotowany na parze z sosem pomidorowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) szpinak duszony 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	soczek owocowo-warzywny 200 ml	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 996,5** **Białko ogółem [g] 85,6** **Tłuszcz [g] 40** **Węglowodany ogółem [g] 334,9** **Sól [g] 4,6** **Sacharoza [g] 20,6** **Błonnik pokarmowy [g] 22,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19** **Sód [mg] 1 961,1**
2026-04-08 środa	podst Skier	zacierka na mleku (1) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ser żółty (2) 50 g (***MLEKO***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem szpinakowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) sałatka z ogórka kiszonego i cebuli 50 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 256** **Białko ogółem [g] 94,4** **Tłuszcz [g] 69,1** **Węglowodany ogółem [g] 328** **Sól [g] 5,4** **Sacharoza [g] 28,8** **Błonnik pokarmowy [g] 27,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2** **Sód [mg] 2 248,7**
	wątrobowa Skier	zacierka na mleku (1) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (***SELER***) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem szpinakowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) buraczki gotowane 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml		kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) pomidor sparzony 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 174,5** **Białko ogółem [g] 89,4** **Tłuszcz [g] 59,9** **Węglowodany ogółem [g] 329,5** **Sól [g] 5,4** **Sacharoza [g] 18,5** **Błonnik pokarmowy [g] 20,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1** **Sód [mg] 2 205,9**
	lekka Skier	zacierka na mleku (1) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (***SELER***) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem szpinakowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) buraczki gotowane 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml		kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 174,5** **Białko ogółem [g] 89,4** **Tłuszcz [g] 59,9** **Węglowodany ogółem [g] 329,5** **Sól [g] 5,4** **Sacharoza [g] 18,5** **Błonnik pokarmowy [g] 20,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1** **Sód [mg] 2 205,9**
	cukrzycowa Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) ser żółty (1) 50 g (***MLEKO***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml pieczywo chrupkie żytnie 2 g	zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ryż brązowy 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem szpinakowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) surówka z buraczków 120 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	Kanapka z ciemnego pieczywa z twarogem i masłem 82%(35g+30g+5g) 60 g (***GLUTEN, MLEKO***)	kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) sałatka z ogórka kiszonego i cebuli 50 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 149,7** **Białko ogółem [g] 97,8** **Tłuszcz [g] 76,4** **Węglowodany ogółem [g] 285,7** **Sól [g] 5,9** **Sacharoza [g] 33,7** **Błonnik pokarmowy [g] 36,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6** **Sód [mg] 2 465,7**

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

2026-04-08 środa	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	zacierka na mleku (1) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ser żółty (2) 50 g (***MLEKO***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	kisiel owocowy b/c z jabłkiem 200 ml	zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem szpinakowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) sałatka z ogórka kiszonego i cebuli 50 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 242,9** **Białko ogółem [g] 94,5** **Tłuszcz [g] 59,1** **Węglowodany ogółem [g] 347,1** **Sól [g] 5,5** **Sacharoza [g] 38,2** **Błonnik pokarmowy [g] 27,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5** **Sód [mg] 2 272,8**
	dzieci Skier	zacierka na mleku (1) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ser żółty (2) 50 g (***MLEKO***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	kisiel owocowy b/c z jabłkiem 200 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (***SELER***) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem szpinakowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	Kanapka z ciemnego pieczywa z twarogem i masłem 82%(35g+30g+5g) 60 g (***GLUTEN, MLEKO***)	kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) ogórek zielony 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 263,9** **Białko ogółem [g] 93,7** **Tłuszcz [g] 68,7** **Węglowodany ogółem [g] 330,4** **Sól [g] 5,7** **Sacharoza [g] 36,9** **Błonnik pokarmowy [g] 25,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8** **Sód [mg] 2 253,4**
	Dieta Położnicza Lekkostrawna	zacierka na mleku (1) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	kisiel owocowy b/c z jabłkiem 200 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (***SELER***) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem szpinakowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) buraczki gotowane 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml	Kanapka z ciemnego pieczywa z twarogem i masłem 82%(35g+30g+5g) 60 g (***GLUTEN, MLEKO***)	kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) sałatka z ogórka kiszonego i cebuli 50 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 493,7** **Białko ogółem [g] 98,2** **Tłuszcz [g] 70,2** **Węglowodany ogółem [g] 378,4** **Sól [g] 6,2** **Sacharoza [g] 40,3** **Błonnik pokarmowy [g] 22,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5** **Sód [mg] 2 631,8**
2026-04-09 czwartek	podst Skier	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) pasta z jajka z koperkiem 70 g (***JAJA***) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml		zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) Jabłko 150 g napój owocowy malinowy 250 ml		szynka gotowana wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) ogórek konserwowy 50 g (***SELER, GORCZYCA***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) Herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 034,2** **Białko ogółem [g] 71,4** **Tłuszcz [g] 57,6** **Węglowodany ogółem [g] 321,9** **Sól [g] 4,5** **Sacharoza [g] 19,9** **Błonnik pokarmowy [g] 28,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9** **Sód [mg] 1 788,9**

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

2026-04-09 czwartek	wątrobowa Skier	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml		zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA***) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) Jabłko 150 g napój owocowy malinowy 250 ml		szynka gotowana wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) mus jabłkowy 100 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) Herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 038,5** **Białko ogółem [g] 72,8** **Tłuszcz [g] 40,5** **Węglowodany ogółem [g] 356,3** **Sól [g] 4,5** **Sacharoza [g] 27,5** **Błonnik pokarmowy [g] 21,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1** **Sód [mg] 1 886,2**
	lekka Skier	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) pasta z jajka z koperkiem 70 g (***JAJA***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml		zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA***) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) Jabłko 150 g napój owocowy malinowy 250 ml		szynka gotowana wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) Herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 115,7** **Białko ogółem [g] 74,6** **Tłuszcz [g] 58,2** **Węglowodany ogółem [g] 333,2** **Sól [g] 4,4** **Sacharoza [g] 12,9** **Błonnik pokarmowy [g] 20,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1** **Sód [mg] 1 723,2**
	cukrzycowa Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) pasta z jajka z koperkiem 70 g (***JAJA***) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy 200 ml	zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) makaron ciemny 200 g (***GLUTEN, JAJA***) sztuka mięsa gotowana z sosem dietetycznym (2) 80 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z czerwonej kapusty 120 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	Kanapka z ciemnego pieczywa z szynką drobiową i masłem 82%(35g+20g+10g) 60 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***)	szynka gotowana wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 939,8** **Białko ogółem [g] 85,9** **Tłuszcz [g] 78,6** **Węglowodany ogółem [g] 238,2** **Sól [g] 6,1** **Sacharoza [g] 12,9** **Błonnik pokarmowy [g] 32,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3** **Sód [mg] 2 397,5**
	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) pasta z jajka z koperkiem 70 g (***JAJA***) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) Jabłko 150 g napój owocowy malinowy 250 ml		szynka gotowana wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) Herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 040,2** **Białko ogółem [g] 72,1** **Tłuszcz [g] 57,8** **Węglowodany ogółem [g] 322,9** **Sól [g] 4,5** **Sacharoza [g] 17,8** **Błonnik pokarmowy [g] 29,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20** **Sód [mg] 1 787,4**

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

2026-04-09 czwartek	dzieci Skier	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) pasta z jajka z koperkiem 70 g (***JAJA***) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	soczek owocowo-warzywny 200 ml	zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) Jabłko 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	mus owocowo-warzywny (tubka 100g) 100 g	szynka gotowana wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) Herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 194,2** **Białko ogółem [g] 74** **Tłuszcz [g] 58** **Węglowodany ogółem [g] 359,9** **Sól [g] 4,2** **Sacharoza [g] 48,1** **Błonnik pokarmowy [g] 31,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9** **Sód [mg] 1 662,4**
	Dieta Położnicza Lekkostrawna	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) pasta z jajka z koperkiem 70 g (***JAJA***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	soczek owocowo-warzywny 200 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA***) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) Jabłko 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Kanapka z ciemnego pieczywa z szynką drobiową i masłem 82%(35g+20g+10g) 60 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***)	szynka gotowana wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) Herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 325,5** **Białko ogółem [g] 81,6** **Tłuszcz [g] 67,4** **Węglowodany ogółem [g] 360** **Sól [g] 5,2** **Sacharoza [g] 18,6** **Błonnik pokarmowy [g] 24,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7** **Sód [mg] 2 019,7**
2026-04-10 piątek	podst Skier	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) pomidor 50 g szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) Pulpet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 150 g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, SELER***) surówka z kiszonej kapusty 120 g (***GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml		szynka polędwicowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) papryka konserwowa 50 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 984** **Białko ogółem [g] 72,7** **Tłuszcz [g] 73,3** **Węglowodany ogółem [g] 271,5** **Sól [g] 6,4** **Sacharoza [g] 10** **Błonnik pokarmowy [g] 25,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2** **Sód [mg] 2 554,2**
	wątrobowa Skier	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) Pulpet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 150 g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, SELER***) Brokuły gotowane 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		szynka polędwicowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 034,9** **Białko ogółem [g] 82,4** **Tłuszcz [g] 61,5** **Węglowodany ogółem [g] 298,7** **Sól [g] 5,7** **Sacharoza [g] 9,2** **Błonnik pokarmowy [g] 20,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8** **Sód [mg] 2 291,2**

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

2026-04-10 piątek	lekka Skier	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) Pulpet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 150 g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) Brokuły gotowane 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		szynka polędwicowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 034,9** **Białko ogółem [g] 82,4** **Tłuszcz [g] 61,5** **Węglowodany ogółem [g] 298,7** **Sól [g] 5,7** **Sacharoza [g] 9,2** **Błonnik pokarmowy [g] 20,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8** **Sód [mg] 2 291,2**
	cukrzycowa Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	Kanapka z jajkiem 55 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) Pulpet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 150 g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, SELER***) surówka z kiszonej kapusty 120 g (***GORCZYCA***) napój owocowy pomarańczowy 250 ml	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	szynka polędwicowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) papryka konserwowa 50 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 111,7** **Białko ogółem [g] 93,8** **Tłuszcz [g] 90** **Węglowodany ogółem [g] 247,9** **Sól [g] 7,7** **Sacharoza [g] 8,1** **Błonnik pokarmowy [g] 32,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7** **Sód [mg] 3 103,6**
	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) pomidor 50 g szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (***MLEKO***)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) Pulpet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 150 g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, SELER***) surówka z kiszonej kapusty 120 g (***GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml		szynka polędwicowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) papryka konserwowa 50 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 045** **Białko ogółem [g] 76,4** **Tłuszcz [g] 74,8** **Węglowodany ogółem [g] 279,7** **Sól [g] 6,5** **Sacharoza [g] 11,7** **Błonnik pokarmowy [g] 25,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1** **Sód [mg] 2 603,2**
	dzieci Skier	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Kanapka z jajkiem 55 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) Pulpet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 150 g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, SELER***) surówka z kiszonej kapusty 120 g (***GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (***MLEKO***)	szynka polędwicowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 321,1** **Białko ogółem [g] 90,6** **Tłuszcz [g] 91,6** **Węglowodany ogółem [g] 298** **Sól [g] 6,7** **Sacharoza [g] 11,8** **Błonnik pokarmowy [g] 27,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2** **Sód [mg] 2 755,8**

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 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 SEKTOR 2 SKIERNIEWICE

2026-04-10 piątek	Dieta Położnicza Lekkostrawna	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Kanapka z jajkiem 55 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) Pulpet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 150 g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) Brokuły gotowane 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (***MLEKO***)	szynka polędwicowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 378,8** **Białko ogółem [g] 100,3** **Tłuszcz [g] 80,3** **Węglowodany ogółem [g] 325,6** **Sól [g] 6,5** **Sacharoza [g] 11** **Błonnik pokarmowy [g] 23,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,9** **Sód [mg] 2 634,2**
2026-04-11 sobota	podst Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) pasta z twarogu z zieleniną 70 g (***MLEKO***) rzodkiewka 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa grochowa z ziemniakami (SELER, mąka PSZENNA, przyprawa warzywna (SELER, SOJA) 400 ml (***GLUTEN, SOJA, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) klops gotowany na parze z sosem pieczeniowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) surówka z marchewki 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		Szynka bartnika 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 953,9** **Białko ogółem [g] 80,1** **Tłuszcz [g] 57,6** **Węglowodany ogółem [g] 294,6** **Sól [g] 5,6** **Sacharoza [g] 16,3** **Błonnik pokarmowy [g] 31,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9** **Sód [mg] 2 260,7**
	wątrobowa Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) pasta z twarogu z zieleniną 70 g (***MLEKO***) pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) klops z miesa mieszanego gotowany na parze z sosem potrawkowym 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) warzywa gotowanee 120 g (***GLUTEN, SELER***) napój owocowy malinowy 250 ml		Szynka bartnika 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 993,3** **Białko ogółem [g] 85,5** **Tłuszcz [g] 51,8** **Węglowodany ogółem [g] 308,8** **Sól [g] 4,6** **Sacharoza [g] 13,9** **Błonnik pokarmowy [g] 24,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2** **Sód [mg] 1 832,2**
	lekka Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) pasta z twarogu z zieleniną 70 g (***MLEKO***) pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) klops z miesa mieszanego gotowany na parze z sosem potrawkowym 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) warzywa gotowanee 120 g (***GLUTEN, SELER***) napój owocowy malinowy 250 ml		Szynka bartnika 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 993,3** **Białko ogółem [g] 85,5** **Tłuszcz [g] 51,8** **Węglowodany ogółem [g] 308,8** **Sól [g] 4,6** **Sacharoza [g] 13,9** **Błonnik pokarmowy [g] 24,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2** **Sód [mg] 1 832,2**

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

2026-04-11 sobota	cukrzycowa Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) pasta z twarogu z zieleniną 70 g (***MLEKO***) rzodkiewka 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	zupa grochowa z ziemniakami (SELER, mąka PSZENNA, przyprawa warzywna (SELER, SOJA) 400 ml (***GLUTEN, SOJA, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) klops z miesa mieszanego gotowany na parze z sosem potrawkowym 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) surówka z marchewki 120 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	kanapka z ciemnego pieczywa z serem żółtym i masłem 82% (30g +25g+5g) 60 g (***GLUTEN, MLEKO***)	Szynka bartnika 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 989,3** **Białko ogółem [g] 93,9** **Tłuszcz [g] 58,9** **Węglowodany ogółem [g] 290,8** **Sól [g] 5,3** **Sacharoza [g] 17,2** **Błonnik pokarmowy [g] 40,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2** **Sód [mg] 2 076,3**
	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) pasta z twarogu z zieleniną 70 g (***MLEKO***) rzodkiewka 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	zupa grochowa z ziemniakami (SELER, mąka PSZENNA, przyprawa warzywna (SELER, SOJA) 400 ml (***GLUTEN, SOJA, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) klops gotowany na parze z sosem pieczeniowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) surówka z marchewki 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		Szynka bartnika 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 987,7** **Białko ogółem [g] 80,8** **Tłuszcz [g] 57,7** **Węglowodany ogółem [g] 302,7** **Sól [g] 5,6** **Sacharoza [g] 19,1** **Błonnik pokarmowy [g] 32,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9** **Sód [mg] 2 262,9**
	dzieci Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) pasta z twarogu z zieleniną 70 g (***MLEKO***) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	kanapka z szynką drobiową i masłem 82% (35g+20g+5g) 60 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***)	zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ryż z jabłkami z cynamonem 300 g jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) pomarańcza 1/2 szt. 100 g napój owocowy malinowy 250 ml	Biszkopty 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	Szynka bartnika 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 939,6** **Białko ogółem [g] 73,6** **Tłuszcz [g] 37,7** **Węglowodany ogółem [g] 338,2** **Sól [g] 4,5** **Sacharoza [g] 47,8** **Błonnik pokarmowy [g] 22,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8** **Sód [mg] 1 789,7**
	Dieta Położnicza Lekkostrawna	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) pasta z twarogu z zieleniną 70 g (***MLEKO***) pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	sok pomidorowy 200 ml	zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) klops z miesa mieszanego gotowany na parze z sosem potrawkowym 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) warzywa gotowanee 120 g (***GLUTEN, SELER***) napój owocowy malinowy 250 ml	Biszkopty 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	Szynka bartnika 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) sałata (3 liście) 30 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 180,8** **Białko ogółem [g] 90,6** **Tłuszcz [g] 54,1** **Węglowodany ogółem [g] 346,2** **Sól [g] 5,2** **Sacharoza [g] 32,7** **Błonnik pokarmowy [g] 25,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9** **Sód [mg] 2 053,2**

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

2026-04-12 niedziela	podst Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) ser żółty (2) 50 g (***MLEKO***) ogórek kiszony 50 g (***SELER, GORCZYCA***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) udko z kurczaka pieczone 120 g sałata z maślanką 120 g (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml		kiełbasa podwawelska na gorąco 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) Jabłko 150 g chrzan 20 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 951,7** **Białko ogółem [g] 92,1** **Tłuszcz [g] 76,8** **Węglowodany ogółem [g] 233,1** **Sól [g] 6,2** **Sacharoza [g] 12** **Błonnik pokarmowy [g] 20,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,6** **Sód [mg] 2 673,9**
	wątrobowa Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) polędwica 'Ani' 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (***JAJA, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) sałata z maślanką 120 g (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) Jabłko parzone 150 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 879,2** **Białko ogółem [g] 89,1** **Tłuszcz [g] 60,5** **Węglowodany ogółem [g] 252,8** **Sól [g] 5** **Sacharoza [g] 11,9** **Błonnik pokarmowy [g] 16** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2** **Sód [mg] 2 180,7**
	lekka Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) polędwica 'Ani' 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) sałata z maślanką 120 g (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) Jabłko parzone 150 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 945,3** **Białko ogółem [g] 90,4** **Tłuszcz [g] 59,1** **Węglowodany ogółem [g] 271** **Sól [g] 5** **Sacharoza [g] 11,5** **Błonnik pokarmowy [g] 16,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7** **Sód [mg] 2 160,6**
	cukrzycowa Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) polędwica 'Ani' 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) ogórek kiszony 50 g (***SELER, GORCZYCA***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) sałata z maślanką 120 g (***MLEKO***) napój owocowy pomarańczowy 250 ml	Kanapka z jajkiem 55 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) Jabłko 150 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 968,5** **Białko ogółem [g] 94** **Tłuszcz [g] 72,4** **Węglowodany ogółem [g] 248** **Sól [g] 6,3** **Sacharoza [g] 10** **Błonnik pokarmowy [g] 26,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8** **Sód [mg] 2 834,7**

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

2026-04-12 niedziela	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) ser żółty (2) 50 g (***MLEKO***) ogórek kiszony 50 g (***SELER, GORCZYCA***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) udko z kurczaka pieczone 120 g sałata z maślanką 120 g (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml		kiełbasa podwawelska na gorąco 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) Jabłko 150 g chrzan 20 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 969,7** **Białko ogółem [g] 92,9** **Tłuszcz [g] 77** **Węglowodany ogółem [g] 236,9** **Sól [g] 6,7** **Sacharoza [g] 12,1** **Błonnik pokarmowy [g] 21,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,7** **Sód [mg] 2 866,9**
	dzieci Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) polędwica 'Ani' 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) ogórek kiszony 50 g (***SELER, GORCZYCA***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Banan 1 szt 1 Por	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) udko z kurczaka pieczone 120 g sałata z maślanką 120 g (***MLEKO***) 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***) Jabłko parzone 150 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 110** **Białko ogółem [g] 96,3** **Tłuszcz [g] 75,6** **Węglowodany ogółem [g] 273,2** **Sól [g] 5,8** **Sacharoza [g] 21,9** **Błonnik pokarmowy [g] 24** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,9** **Sód [mg] 2 686,3**
	Dieta Położnicza Lekkostrawna	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) polędwica 'Ani' 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Banan 1 szt 1 Por	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) sałata z maślanką 120 g (***MLEKO***) 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***) Jabłko parzone 150 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 244** **Białko ogółem [g] 101,7** **Tłuszcz [g] 76,3** **Węglowodany ogółem [g] 299** **Sól [g] 5,6** **Sacharoza [g] 22,1** **Błonnik pokarmowy [g] 22,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,9** **Sód [mg] 2 388,6**

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