Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 SEKTOR 2 SKIERNIEWICE

		1	2	3	4	5	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	SUMA
2026-04-20 poniedziałek	podst Skier	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) papryka konserwowa 50 g (***SELER, GORCZYCA***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) kasza gryczana 200 g (***GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN***) gulasz wieprzowy (1) (mąka PSZENNA, przyprawa warzywna (SELER, SOJA) 150 g (***GLUTEN***) Surówka z kiszonych ogórków 120 g (***SELER, GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml		sałata (3 liście) 30 g ser żółty (2) 50 g (***MLEKO***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 142,2** **Białko ogółem [g] 93,1** **Tłuszcz [g] 77,2** **Węglowodany ogółem [g] 282,7** **Sól [g] 6,2** **Sacharoza [g] 14,5** **Błonnik pokarmowy [g] 27,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1** **Sód [mg] 2 858,7**
	wątrobowa Skier	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pomidor 50 g kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (***SELER***) ryż na sypko 200 g sztuka mięsa gotowana z sosem koperkowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) szpinak duszony 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) sałata (3 liście) 30 g herbata 250 ml MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***)	**Wartość energetyczna [kcal] 2 081** **Białko ogółem [g] 92,4** **Tłuszcz [g] 59,5** **Węglowodany ogółem [g] 305,4** **Sól [g] 4,9** **Sacharoza [g] 11,9** **Błonnik pokarmowy [g] 22,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7** **Sód [mg] 2 097,1**
	lekka Skier	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (***SELER***) ryż na sypko 200 g sztuka mięsa gotowana z sosem koperkowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) szpinak duszony 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***)	**Wartość energetyczna [kcal] 2 105,6** **Białko ogółem [g] 92,8** **Tłuszcz [g] 59,3** **Węglowodany ogółem [g] 310,6** **Sól [g] 4,8** **Sacharoza [g] 13,6** **Błonnik pokarmowy [g] 21,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7** **Sód [mg] 2 069,5**
	cukrzycowa Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) 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	Budyń z/c 200 g (***GLUTEN, MLEKO***)	zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) kasza gryczana 200 g (***GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN***) sztuka mięsa gotowana z sosem koperkowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z kiszonych ogórków 120 g (***SELER, GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 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***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***)	**Wartość energetyczna [kcal] 2 117,1** **Białko ogółem [g] 97,3** **Tłuszcz [g] 70** **Węglowodany ogółem [g] 291,3** **Sól [g] 6,4** **Sacharoza [g] 36,5** **Błonnik pokarmowy [g] 34,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8** **Sód [mg] 3 013,8**

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 SEKTOR 2 SKIERNIEWICE

2026-04-20 poniedziałek	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) papryka konserwowa 50 g (***SELER, GORCZYCA***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Budyń z/c 200 g (***GLUTEN, MLEKO***)	zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, SELER***) kasza gryczana 200 g (***GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN***) gulasz wieprzowy (1) (mąka PSZENNA, przyprawa warzywna (SELER, SOJA) 150 g (***GLUTEN***) Surówka z kiszonych ogórków 120 g (***SELER, GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml		ser żółty (2) 50 g (***MLEKO***) 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] 2 342,3** **Białko ogółem [g] 96,6** **Tłuszcz [g] 79,2** **Węglowodany ogółem [g] 324,7** **Sól [g] 6,3** **Sacharoza [g] 37,5** **Błonnik pokarmowy [g] 28** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,3** **Sód [mg] 2 904,7**
	dzieci Skier	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***)	Budyń z/c 200 g (***GLUTEN, MLEKO***)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (***SELER***) ryż na sypko 200 g gulasz wieprzowy (1) (mąka PSZENNA, przyprawa warzywna (SELER, SOJA) 150 g (***GLUTEN***) Surówka z kiszonych ogórków 120 g (***SELER, GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***)	ser żółty (2) 50 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) sałata (3 liście) 30 g herbata 250 ml MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***)	**Wartość energetyczna [kcal] 2 285,5** **Białko ogółem [g] 93,5** **Tłuszcz [g] 68,9** **Węglowodany ogółem [g] 334** **Sól [g] 6,1** **Sacharoza [g] 36,6** **Błonnik pokarmowy [g] 22,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4** **Sód [mg] 2 814,7**
	Dieta Położnicza Lekkostrawna	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	Budyń z/c 200 g (***GLUTEN, MLEKO***)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (***SELER***) ryż na sypko 200 g sztuka mięsa gotowana z sosem koperkowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) szpinak duszony 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***)	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) sałata (3 liście) 30 g herbata 250 ml MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***)	**Wartość energetyczna [kcal] 2 365,7** **Białko ogółem [g] 100,6** **Tłuszcz [g] 63,3** **Węglowodany ogółem [g] 358,8** **Sól [g] 5,1** **Sacharoza [g] 37,6** **Błonnik pokarmowy [g] 21,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1** **Sód [mg] 2 178,5**
2026-04-21 wtorek	podst Skier	zacierka na mleku (1) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ser biały mielony z natką pietruszki 80 g (***MLEKO***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml		zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienną zabielana 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g fasolka po bretońsku z kiełbasą cienką (wieprzową) 300 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) Surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		pasta z makreli 70 g (***JAJA, RYBY, MLEKO***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 957,3** **Białko ogółem [g] 96,9** **Tłuszcz [g] 49,1** **Węglowodany ogółem [g] 299,4** **Sól [g] 5,8** **Sacharoza [g] 18,8** **Błonnik pokarmowy [g] 35,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3** **Sód [mg] 2 354**

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 SEKTOR 2 SKIERNIEWICE

2026-04-21 wtorek

wątrobowa Skier	zacierka na mleku (1) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ser biały mielony z natką pietruszki 80 g (***MLEKO***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) pulpet z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem koperkowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) buraczki gotowane 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica 'Ani' 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 972,6** **Białko ogółem [g] 81,8** **Tłuszcz [g] 57,6** **Węglowodany ogółem [g] 291,3** **Sól [g] 3,9** **Sacharoza [g] 16** **Błonnik pokarmowy [g] 18,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30** **Sód [mg] 1 744,6**
lekka Skier	zacierka na mleku (1) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ser biały mielony z natką pietruszki 80 g (***MLEKO***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) pulpet z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem koperkowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) buraczki gotowane 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica 'Ani' 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml sałata (3 liście) 30 g	**Wartość energetyczna [kcal] 1 976,2** **Białko ogółem [g] 82,1** **Tłuszcz [g] 57,7** **Węglowodany ogółem [g] 292** **Sól [g] 3,9** **Sacharoza [g] 16,1** **Błonnik pokarmowy [g] 19,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30** **Sód [mg] 1 745,5**
cukrzycowa Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) ser biały mielony z natką pietruszki 80 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	Kanapka z ciemnego pieczywa z szynką drobiową i masłem 82%(35g+20g+10g) 60 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***)	zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienną zabielana 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) pulpet z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem koperkowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	pieczywo chrupkie żytnie 2 g Jabłko 150 g	pasta z makreli 70 g (***JAJA, RYBY, MLEKO***) 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] 2 023,9** **Białko ogółem [g] 87,8** **Tłuszcz [g] 73,2** **Węglowodany ogółem [g] 269,7** **Sól [g] 5,2** **Sacharoza [g] 26,7** **Błonnik pokarmowy [g] 32,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7** **Sód [mg] 2 054,8**
Rehabilitacja Dieta Podstawowa	zacierka na mleku (1) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ser biały mielony z natką pietruszki 80 g (***MLEKO***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	Biszkopty 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienną zabielana 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g fasolka po bretońsku z kielbasą cienką (wieprzową) 300 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) Surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		pasta z makreli 70 g (***JAJA, RYBY, MLEKO***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 126,8** **Białko ogółem [g] 101,2** **Tłuszcz [g] 51,2** **Węglowodany ogółem [g] 333** **Sól [g] 5,9** **Sacharoza [g] 37,5** **Błonnik pokarmowy [g] 35,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9** **Sód [mg] 2 382**

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 SEKTOR 2 SKIERNIEWICE

2026-04-21 wtorek	dzieci Skier	zacierka na mleku (1) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ser biały mielony z natką pietruszki 80 g (***MLEKO***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	Biszkopty 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) pulpet z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem koperkowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***)	polędwica 'Ani' 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 002,9** **Białko ogółem [g] 80,1** **Tłuszcz [g] 60,3** **Węglowodany ogółem [g] 296,5** **Sól [g] 3,8** **Sacharoza [g] 44,6** **Błonnik pokarmowy [g] 23** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5** **Sód [mg] 1 671,3**
	Dieta Położnicza Lekkostrawna	zacierka na mleku (1) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ser biały mielony z natką pietruszki 80 g (***MLEKO***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	Biszkopty 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem koperkowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) buraczki gotowane 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***)	polędwica 'Ani' 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 052,5** **Białko ogółem [g] 90,2** **Tłuszcz [g] 45,2** **Węglowodany ogółem [g] 331** **Sól [g] 4,2** **Sacharoza [g] 35,7** **Błonnik pokarmowy [g] 19,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9** **Sód [mg] 1 833,8**
2026-04-22 środa	podst Skier	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) szynka złocista 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) 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***)		zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) schab gotowany z sosem ciemnym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) surówka z selera i jabłka 120 g (***SELER***) napój owocowy malinowy 250 ml		pasztet wieprz.-drob. z blachy 60 g (***GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA***) ogórek kiszony 50 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 036,4** **Białko ogółem [g] 86,5** **Tłuszcz [g] 69,2** **Węglowodany ogółem [g] 279,2** **Sól [g] 6** **Sacharoza [g] 11,6** **Błonnik pokarmowy [g] 24,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5** **Sód [mg] 2 612,9**
	wątrobowa Skier	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) szynka złocista 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) jarzynka gotowana 120 g (***GLUTEN, SELER***) napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 138,3** **Białko ogółem [g] 94,7** **Tłuszcz [g] 68,2** **Węglowodany ogółem [g] 297,2** **Sól [g] 5,1** **Sacharoza [g] 12,3** **Błonnik pokarmowy [g] 20,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34** **Sód [mg] 2 146,1**
	lekka Skier	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) szynka złocista 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) jarzynka gotowana 120 g (***GLUTEN, SELER***) napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 070,5** **Białko ogółem [g] 98** **Tłuszcz [g] 52,3** **Węglowodany ogółem [g] 313,1** **Sól [g] 5,2** **Sacharoza [g] 12,9** **Błonnik pokarmowy [g] 21,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3** **Sód [mg] 2 187,8**

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 SEKTOR 2 SKIERNIEWICE

2026-04-22 środa	cukrzycowa Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) 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	zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) surówka z selera i jabłka 120 g (***SELER***) napój owocowy malinowy 250 ml	sok pomidorowy 200ml 1 szt	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) ogórek kiszony 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] 1 857** **Białko ogółem [g] 89,8** **Tłuszcz [g] 66,6** **Węglowodany ogółem [g] 238,7** **Sól [g] 4,9** **Sacharoza [g] 15,6** **Błonnik pokarmowy [g] 29,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4** **Sód [mg] 2 269,6**
	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) szynka złocista 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) 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***)	kisiel owocowy z/c z jabłkiem 200 ml	zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem ciemnym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) surówka z selera i jabłka 120 g (***SELER***) napój owocowy malinowy 250 ml		pasztet wieprz.-drob. z blachy 60 g (***GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA***) ogórek kiszony 50 g (***SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 015,6** **Białko ogółem [g] 86,5** **Tłuszcz [g] 52,7** **Węglowodany ogółem [g] 311,2** **Sól [g] 6,1** **Sacharoza [g] 34** **Błonnik pokarmowy [g] 24,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5** **Sód [mg] 2 635,4**
	dzieci Skier	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) szynka złocista 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) 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***)	kisiel owocowy z/c z jabłkiem 200 ml	zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem ciemnym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) jarzynka gotowana 120 g (***GLUTEN, SELER***) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 1 Por	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 133,8** **Białko ogółem [g] 91,4** **Tłuszcz [g] 51,5** **Węglowodany ogółem [g] 340,2** **Sól [g] 5,5** **Sacharoza [g] 46,1** **Błonnik pokarmowy [g] 27,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4** **Sód [mg] 2 313,6**
	Dieta Położnicza Lekkostrawna	ryż na mleku 300 ml (***MLEKO***) szynka złocista 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2***) sałata (3 liście) 30 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 pomidorowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (***GLUTEN, SELER***) jarzynka gotowana 120 g (***GLUTEN, SELER***) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 1 Por	polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 291** **Białko ogółem [g] 99,1** **Tłuszcz [g] 52,6** **Węglowodany ogółem [g] 367,4** **Sól [g] 5,3** **Sacharoza [g] 45,8** **Błonnik pokarmowy [g] 23,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4** **Sód [mg] 2 213,1**
2026-04-23 czwartek	podst Skier	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) pasta z jajka z koperkiem 70 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 szpinakowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem słodko-kwaśnym 120 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z białej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) Jabłko 150 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 111,9** **Białko ogółem [g] 90,8** **Tłuszcz [g] 67** **Węglowodany ogółem [g] 299,7** **Sól [g] 4,3** **Sacharoza [g] 12** **Błonnik pokarmowy [g] 26,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3** **Sód [mg] 1 700,1**

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 SEKTOR 2 SKIERNIEWICE

2026-04-23 czwartek	wątrobowa Skier	pasta z jajka z koperkiem 70 g (***JAJA***) pomidor 50 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) marchewka gotowana 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica drobiowa z wieprzowiną 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] 2 345,5** **Białko ogółem [g] 94,2** **Tłuszcz [g] 68,7** **Węglowodany ogółem [g] 349,6** **Sól [g] 4,7** **Sacharoza [g] 25,2** **Błonnik pokarmowy [g] 23,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25** **Sód [mg] 1 859,4**
	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***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) marchewka gotowana 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) Jabłko 150 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 381,2** **Białko ogółem [g] 100,2** **Tłuszcz [g] 70,8** **Węglowodany ogółem [g] 347,9** **Sól [g] 4,8** **Sacharoza [g] 13,5** **Błonnik pokarmowy [g] 23,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1** **Sód [mg] 1 930**
	cukrzycowa Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) pasta z jajka z koperkiem 70 g (***JAJA***) 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 szpinakowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) ryż brązowy 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z białej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	kanapka z ciemnego pieczywa z serem żółtym i masłem 82% (30g +25g+5g) 60 g (***GLUTEN, MLEKO***)	polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) Jabłko 150 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 029** **Białko ogółem [g] 96,4** **Tłuszcz [g] 78,1** **Węglowodany ogółem [g] 252** **Sól [g] 5,4** **Sacharoza [g] 12,8** **Błonnik pokarmowy [g] 34,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7** **Sód [mg] 2 142,3**
	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) pasta z jajka z koperkiem 70 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***)	chałka z masłem (50g+10g) 60 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) dżemik 25 g	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem słodko-kwaśnym 120 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z białej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) Jabłko 150 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 349,4** **Białko ogółem [g] 93,3** **Tłuszcz [g] 77,4** **Węglowodany ogółem [g] 333,6** **Sól [g] 4,5** **Sacharoza [g] 20,8** **Błonnik pokarmowy [g] 27,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3** **Sód [mg] 1 785**
	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***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	chałka z masłem (50g+10g) 60 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) dżemik 25 g	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z białej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	soczek owocowo-warzywny 200 ml	polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) Jabłko 150 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 396,9** **Białko ogółem [g] 93,6** **Tłuszcz [g] 77,6** **Węglowodany ogółem [g] 345,7** **Sól [g] 4,6** **Sacharoza [g] 26,4** **Błonnik pokarmowy [g] 29** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4** **Sód [mg] 1 814,2**

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 SEKTOR 2 SKIERNIEWICE

2026-04-23 czwartek	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***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	chałka z masłem (50g+10g) 60 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) dżemik 25 g	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) marchewka gotowana 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml	soczek owocowo-warzywny 200 ml	polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) Jabłko 150 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 336,4** **Białko ogółem [g] 93,4** **Tłuszcz [g] 79,6** **Węglowodany ogółem [g] 324** **Sól [g] 4** **Sacharoza [g] 26,4** **Błonnik pokarmowy [g] 24,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8** **Sód [mg] 1 586,3**
2026-04-24 piątek	podst 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***)		zupa solferino z ziemniakami (jarzynowo-pomidorowa) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml		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] 1 887,1** **Białko ogółem [g] 70,1** **Tłuszcz [g] 48,5** **Węglowodany ogółem [g] 303,3** **Sól [g] 5** **Sacharoza [g] 11** **Błonnik pokarmowy [g] 21,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8** **Sód [mg] 1 994,4**
	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***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa krupnik ryżowy z natką pietruszki 400 ml (***SELER***) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml		szynka polędwicowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 894,3** **Białko ogółem [g] 72,4** **Tłuszcz [g] 41,2** **Węglowodany ogółem [g] 316** **Sól [g] 5,3** **Sacharoza [g] 9,4** **Błonnik pokarmowy [g] 14,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4** **Sód [mg] 2 129,2**
	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***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa solferino z ziemniakami (jarzynowo-pomidorowa) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml		szynka polędwicowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) 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] 1 965,9** **Białko ogółem [g] 74,3** **Tłuszcz [g] 42,6** **Węglowodany ogółem [g] 330,2** **Sól [g] 5,3** **Sacharoza [g] 11** **Błonnik pokarmowy [g] 16,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6** **Sód [mg] 2 153**

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 SEKTOR 2 SKIERNIEWICE

2026-04-24 piątek	cukrzycowa Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) 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 kukurydziane 2 szt	zupa solferino z ziemniakami (jarzynowo-pomidorowa) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) Filet z miruny panierowany pieczony 100 g (***GLUTEN, RYBY***) surówka z kiszonej kapusty 120 g (***GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (***MLEKO***)	pasta z makreli 70 g (***JAJA, RYBY, MLEKO***) sałatka z pomidorów, salaty, 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] 1 921,4** **Białko ogółem [g] 78** **Tłuszcz [g] 81,5** **Węglowodany ogółem [g] 233,1** **Sól [g] 6** **Sacharoza [g] 15,3** **Błonnik pokarmowy [g] 28,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1** **Sód [mg] 2 416,6**
	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	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***)	kisiel owocowy z/c z jabłkiem 200 ml	zupa solferino z ziemniakami (jarzynowo-pomidorowa) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml		pasta z makreli 70 g (***JAJA, RYBY, MLEKO***) chrzan 20 g 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] 2 024,8** **Białko ogółem [g] 70,7** **Tłuszcz [g] 48,6** **Węglowodany ogółem [g] 337,4** **Sól [g] 5,1** **Sacharoza [g] 34,1** **Błonnik pokarmowy [g] 22,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8** **Sód [mg] 2 019,5**
	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***)	kisiel owocowy z/c z jabłkiem 200 ml	zupa solferino z ziemniakami (jarzynowo-pomidorowa) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml	kanapka z ciemnego pieczywa z polędwicą drobiową i masłem 82% (35g+20g+10g) 60 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***)	szynka polędwicowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) 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] 2 092,5** **Białko ogółem [g] 72,9** **Tłuszcz [g] 50,5** **Węglowodany ogółem [g] 348,5** **Sól [g] 5,8** **Sacharoza [g] 33,5** **Błonnik pokarmowy [g] 23,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1** **Sód [mg] 2 303,4**
	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***)	kisiel owocowy b/c z jabłkiem 200 ml	zupa solferino z ziemniakami (jarzynowo-pomidorowa) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) napój owocowy malinowy 250 ml	kanapka z ciemnego pieczywa z polędwicą drobiową i masłem 82% (35g+20g+10g) 60 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***)	szynka polędwicowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) 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] 1 914,2** **Białko ogółem [g] 71,1** **Tłuszcz [g] 49,8** **Węglowodany ogółem [g] 304,2** **Sól [g] 5** **Sacharoza [g] 29** **Błonnik pokarmowy [g] 16,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9** **Sód [mg] 1 985,1**

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 SEKTOR 2 SKIERNIEWICE

2026-04-25 sobota	podst Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) Jabłko parzone 150 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml		zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) pulpet gotowany na parze z sosem pietruszkowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) buraczki gotowanee 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		szynka złocista 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 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 803,4** **Białko ogółem [g] 72,7** **Tłuszcz [g] 51,9** **Węglowodany ogółem [g] 274,3** **Sól [g] 4,7** **Sacharoza [g] 21,9** **Błonnik pokarmowy [g] 26,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4** **Sód [mg] 1 962,4**
	wątrobowa Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) Jabłko parzone 150 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml		zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) pulpet gotowany na parze z sosem pietruszkowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) buraczki gotowanee 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		szynka złocista 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] 1 954,4** **Białko ogółem [g] 80,5** **Tłuszcz [g] 53** **Węglowodany ogółem [g] 299,7** **Sól [g] 4,6** **Sacharoza [g] 19,6** **Błonnik pokarmowy [g] 21,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4** **Sód [mg] 1 863,7**
	lekka Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) Jabłko parzone 150 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml		zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) pulpet gotowany na parze z sosem pietruszkowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) buraczki gotowanee 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		szynka złocista 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] 1 954,4** **Białko ogółem [g] 80,5** **Tłuszcz [g] 53** **Węglowodany ogółem [g] 299,7** **Sól [g] 4,6** **Sacharoza [g] 19,6** **Błonnik pokarmowy [g] 21,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4** **Sód [mg] 1 863,7**
	cukrzycowa Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) Jabłko 120 g 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 brokułowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) pulpet gotowany na parze z sosem pietruszkowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	Kanapka z jajkiem 55 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	szynka złocista 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] 1 994,7** **Białko ogółem [g] 92,3** **Tłuszcz [g] 60,3** **Węglowodany ogółem [g] 287,4** **Sól [g] 6** **Sacharoza [g] 28,2** **Błonnik pokarmowy [g] 34,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7** **Sód [mg] 2 507,4**

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 SEKTOR 2 SKIERNIEWICE

2026-04-25 sobota	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) Jabłko parzone 150 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	chałka z masłem 82 % i miodem(30g+7g+25g) 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) pulpet gotowany na parze z sosem pietruszkowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) buraczki gotowane 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml		szynka złocista 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 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 036,8** **Białko ogółem [g] 77,2** **Tłuszcz [g] 52,6** **Węglowodany ogółem [g] 327,3** **Sól [g] 4,8** **Sacharoza [g] 25,4** **Błonnik pokarmowy [g] 27,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6** **Sód [mg] 2 033,4**
	dzieci Skier	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) Jabłko parzone 150 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	chałka z masłem 82 % i miodem(30g+7g+25g) 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) pulpet gotowany na parze z sosem pietruszkowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) buraczki gotowanee 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	Kanapka z jajkiem 55 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	szynka złocista 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 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 347,2** **Białko ogółem [g] 89,5** **Tłuszcz [g] 79,7** **Węglowodany ogółem [g] 332,6** **Sól [g] 5,6** **Sacharoza [g] 25,4** **Błonnik pokarmowy [g] 29,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6** **Sód [mg] 2 346**
	Dieta Położnicza Lekkostrawna	jogurt naturalny 100 ml (***MLEKO***) ser biały mielony z koperkiem 80 g (***MLEKO***) Jabłko parzone 150 g Pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata 250 ml	chałka z masłem 82 % i miodem(30g+7g+25g) 50 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) kasza jęczmienna 200 g (***GLUTEN***) pulpet gotowany na parze z sosem pietruszkowym (1) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) buraczki gotowane 120 g (***GLUTEN***) napój owocowy malinowy 250 ml	Kanapka z jajkiem 55 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	szynka złocista 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] 2 146,5** **Białko ogółem [g] 89,5** **Tłuszcz [g] 69,3** **Węglowodany ogółem [g] 303** **Sól [g] 4,3** **Sacharoza [g] 21,8** **Błonnik pokarmowy [g] 23,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5** **Sód [mg] 1 773,3**
2026-04-26 niedziela	podst Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) ser żółty (1) 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 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 Surówka z czerwonej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		Kiełbasa podwawelska na gorąco 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) ogórek kiszony 50 g (***SELER, GORCZYCA***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml chrzan 20 g	**Wartość energetyczna [kcal] 1 867,2** **Białko ogółem [g] 90** **Tłuszcz [g] 72,9** **Węglowodany ogółem [g] 223,5** **Sól [g] 6,2** **Sacharoza [g] 11** **Błonnik pokarmowy [g] 21,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1** **Sód [mg] 2 633,1**

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 SEKTOR 2 SKIERNIEWICE

2026-04-26 niedziela	wątrobowa Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 250 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) marchewka gotowana z groszkiem 120 g (***GLUTEN, GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 291,4** **Białko ogółem [g] 93,9** **Tłuszcz [g] 87,5** **Węglowodany ogółem [g] 291,9** **Sól [g] 5** **Sacharoza [g] 11,9** **Błonnik pokarmowy [g] 19,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1** **Sód [mg] 2 142,3**
	lekka Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 250 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***) marchewka gotowana z groszkiem 120 g (***GLUTEN, GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml		polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 214,1** **Białko ogółem [g] 93,6** **Tłuszcz [g] 84,9** **Węglowodany ogółem [g] 278,6** **Sól [g] 5** **Sacharoza [g] 12** **Błonnik pokarmowy [g] 19,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,3** **Sód [mg] 2 156,6**
	cukrzycowa Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) herbata b/c 250 ml	kanapka z ciemnego pieczywa z polędwicą drobiową i masłem 82% (35g+20g+10g) 60 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***)	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***) Surówka z czerwonej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) ogórek kiszony 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] 1 837,5** **Białko ogółem [g] 89,3** **Tłuszcz [g] 69** **Węglowodany ogółem [g] 228,8** **Sól [g] 5,5** **Sacharoza [g] 10,5** **Błonnik pokarmowy [g] 29** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4** **Sód [mg] 2 498,5**
	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) ser żółty (1) 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 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	kanapka z ciemnego pieczywa z polędwicą drobiową i masłem 82% (35g+20g+10g) 60 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***)	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) udko z kurczaka pieczone 120 g Surówka z czerwonej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		Kiełbasa podwawelska na gorąco 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) ogórek kiszony 50 g (***SELER, GORCZYCA***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml chrzan 20 g	**Wartość energetyczna [kcal] 2 029** **Białko ogółem [g] 96,5** **Tłuszcz [g] 81,9** **Węglowodany ogółem [g] 238,2** **Sól [g] 6,9** **Sacharoza [g] 11,1** **Błonnik pokarmowy [g] 23,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,7** **Sód [mg] 2 899,6**

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-20 do dnia 2026-04-26 SEKTOR 2 SKIERNIEWICE

2026-04-26 niedziela	dzieci Skier	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) ogórek zielony 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 ciemnego pieczywa z polędwicą drobiową i masłem 82% (35g+20g+10g) 60 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***)	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) Ziemniaki z koperkiem 200 g (***MLEKO***) udko z kurczaka pieczone 120 g Surówka z czerwonej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 1 859,9** **Białko ogółem [g] 89** **Tłuszcz [g] 63,5** **Węglowodany ogółem [g] 245,4** **Sól [g] 5,1** **Sacharoza [g] 13,2** **Błonnik pokarmowy [g] 23,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9** **Sód [mg] 2 149,5**
	Dieta Położnicza Lekkostrawna	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***) polędwica sopocka wieprzowa 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałata (3 liście) 30 g pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) kawa zbożowa na mleku 250 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	kanapka z ciemnego pieczywa z polędwicą drobiową i masłem 82% (35g+20g+10g) 60 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***)	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 120 g (***GLUTEN, SELER***) marchewka gotowana z groszkiem 120 g (***GLUTEN, GORCZYCA***) napój owocowy malinowy 250 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) pomidor 50 g MASŁO 82% 10 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 110 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	**Wartość energetyczna [kcal] 2 057,6** **Białko ogółem [g] 100,7** **Tłuszcz [g] 55** **Węglowodany ogółem [g] 301,3** **Sól [g] 5,6** **Sacharoza [g] 14,9** **Błonnik pokarmowy [g] 22,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6** **Sód [mg] 2 388**

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