

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-05-11 poniedziałek	IMW dieta łatwostrawna	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Szynka staropolska 40 g Pomidor 100 g Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pasztet drobiowy 70 g		Zupa cukiniowa 350 ml (MLE, SEL) Marchewka gotowana 180 g (MLE, GLU) Kompot owocowy 300 ml Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 100 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 170 g		Twarożek 90 g (MLE) Szynka rzeż 40 g Pomidor bs 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 126,9 Białko ogółem [g] 128,2 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 263 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 49,2 Sól [g] 5,3 Cholesterol [mg] 313,2 Sód [mg] 1 653,6
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Maślanka 100 ml (MLE) Szynka staropolska 40 g Ogórki kiszzone 100 g Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pasztet drobiowy 70 g	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) Szynka włoska 30 g Masło śmietankowe 5 g (MLE)	Zupa cukiniowa 350 ml (MLE, SEL) Surówka z marchewki 120 g Kompot owocowy 300 ml Gołąbki 110 g (MIĘ) Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Kefir 150 ml (MLE)	Twarożek 90 g (MLE) Szynka rzeż 40 g Pomidor 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 014 Białko ogółem [g] 133,3 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 229,4 Błonnik pokarmowy [g] 46,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 suma cukrów prostych [g] 44,3 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 308,8 Sód [mg] 1 842
2026-05-12 wtorek	IMW dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU) Szynka rzeż 40 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pasta wielowarzywna 100 g Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Herbata 300 ml Sałatka z buraków z oliwą 100 g		Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Kompot owocowy 300 ml Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 100 g (MIĘ) Brokuł gotowany 180 g		Pasta z ryby, twarogu i natki 90 g (MLE, RYB) kiełbasa szynkowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Pomidor 100 g Herbata 300 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 227,6 Białko ogółem [g] 124,6 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 292,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 suma cukrów prostych [g] 39,7 Sól [g] 6,6 Cholesterol [mg] 282,1 Sód [mg] 2 201,9

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-05-12 wtorek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny 100 g (MLE) Szynka rzeż 40 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałatka z buraków z oliwą 100 g Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) Herbata 300 ml Humus 50 g (SEZ)	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) Twaróg z koperkiem 50 g (MLE) Masło śmietankowe 5 g (MLE)	Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 100 g (MIĘ) Kasza gryczana gotowana 170 g Kompot owocowy 300 ml Surówka z selera i jabłka 180 g (MLE, SEL)	Sok wielowarzywny 200 ml (SEL)	Pasta z ryby, twarogu i natki 90 g (MLE, RYB) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo razowe 120 g (GLU, ŻYT) Pomidor 100 g Herbata 300 ml kiełbasa szynkowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 337,9 Białko ogółem [g] 127,8 Tłuszcz [g] 75,9 Węglowodany ogółem [g] 313,2 Błonnik pokarmowy [g] 53,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 63,7 Sól [g] 9,6 Cholesterol [mg] 294,2 Sód [mg] 3 342,9
2026-05-13 środa	IMW dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 350 ml (MLE, GLU) Pasta jajeczna z nat. pietruszki 50 g (JAJ) Pomidor 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 300 ml Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Szynka włoska 40 g		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 300 ml Ryż gotowany 170 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 150 g (SOJ) Marchewka gotowana 180 g (MLE, GLU)		szynka wiejska 40 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml Ser biały 60 g (MLE) sałatka z tortellini 100 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 078,7 Białko ogółem [g] 87,4 Tłuszcz [g] 60,1 Węglowodany ogółem [g] 317,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 suma cukrów prostych [g] 58,8 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 460 Sód [mg] 1 703,7

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-05-13 środa	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Maślanka 150 ml (MLE) Pasta jajeczna z nat. pietruszki 50 g (JAJ) Pomidor 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 300 ml Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) Szynka włoska 40 g	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) Szynkowa 30 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Masło śmietankowe 5 g (MLE)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 300 ml Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 150 g (SOJ) Ryż brązowy 170 g Surówka z pora, marchewki i jabłka 120 g	Mandarynka 50 g	szynka wiejska 40 g sałatka z tortellini 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml Ser żółty 50 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 097,7 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 67,1 Węglowodany ogółem [g] 306,6 Błonnik pokarmowy [g] 53,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 suma cukrów prostych [g] 53,4 Sól [g] 6,9 Cholesterol [mg] 481,4 Sód [mg] 2 307,3
2026-05-14 czwartek	IMW dieta łatwostrawna	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Sałata 10 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (MLE) Szynka w siatce 40 g Pomidor 100 g pasta twarogowa z czubrycą 60 g (MLE) Cukier 5 g		Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Schab pieczony w sosie 100 g Kompot owocowy 300 ml Ziemniaki gotowane 170 g Buraczki 180 g (GLU)		Filet kruchy 50 g Pasta z zielonego groszku 50 g Pomidor 100 g Margaryna roślinna 15 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml Cukier 5 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 092,2 Białko ogółem [g] 127,7 Tłuszcz [g] 54,3 Węglowodany ogółem [g] 291,6 Błonnik pokarmowy [g] 34 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 69,9 Sól [g] 6,4 Cholesterol [mg] 210,4 Sód [mg] 1 638,4

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-05-14 czwartek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Salata 10 g Pieczywo razowe 120 g (ZYT) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (MLE) Szynka w siatce 40 g Ogórek świeży 100 g Jogurt naturalny 150 g (MLE) pasta twarogowa z czubrycą 60 g (MLE)	Masło śmietankowe 5 g (MLE) szynka wójtka 30 g Pieczywo razowe 50 g (ZYT)	Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Schab pieczony w sosie 100 g Ziemniaki gotowane 170 g Kompot owocowy 300 ml Surówka colesław 180 g (JAJ)	Koktajl mleczno owocowy 200 ml (MLE)	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pasta z zielonego groszku 50 g Papryka 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo razowe 120 g (ZYT) Herbata 300 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 174,8 Białko ogółem [g] 133,7 Tłuszcz [g] 68,8 Węglowodany ogółem [g] 279,1 Błonnik pokarmowy [g] 47,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 suma cukrów prostych [g] 51,7 Sól [g] 7,1 Cholesterol [mg] 585,4 Sód [mg] 2 023,2
2026-05-15 piątek	IMW dieta łatwostrawna	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU) Sałatka z pomidora z koperkiem 100 g Twarożek ziołowy 80 g (MLE) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml wędlina kaliska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, ORZ ARACH, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Cukier 5 g		Zupa koperkowa 350 ml (MLE, SEL) Makaron gotowany 170 g (GLU) Warzywa po grecku z oliwą 180 g Kompot owocowy 300 ml Krewetki w sosie śmietanowo cytrynowym 150 g (RYB)		Herbata 300 ml Pomidor 100 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Paprykarz domowy 90 g (RYB) Szynka włoska 40 g Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 337,2 Białko ogółem [g] 137 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 287,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 suma cukrów prostych [g] 49,6 Sól [g] 6 Cholesterol [mg] 183,2 Sód [mg] 1 901,2

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-05-15 piątek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	wędlina kaliska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, ORZ ARACH, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo razowe 120 g (ZYT) Herbata 300 ml Ser żółty 50 g (MLE) Maślanka 150 ml (MLE) Sałatka z pomidora z koperkiem 100 g	Masło śmietankowe 5 g (MLE) Szynka rzeż 30 g Pieczywo razowe 50 g (ZYT)	Zupa koperkowa 350 ml (MLE, SEL) Makaron razowy gotowany 170 g (GLU) Surówka z kapusty kiszanej 180 g Kompot owocowy 300 ml Krewetki w sosie śmietanowo cytrynowym 150 g (RYB)	sok z buraków 200 ml	Szynka włoska 40 g Herbata 300 ml Ogórki kiszane 100 g Pieczywo razowe 120 g (ZYT) Margaryna roślinna 15 g Paprykarz domowy 90 g (RYB)	Wartość energetyczna [kcal] 2 149,5 Białko ogółem [g] 118,3 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 290,3 Błonnik pokarmowy [g] 50,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 42,6 Sól [g] 8,6 Cholesterol [mg] 161,3 Sód [mg] 2 637,2
2026-05-16 sobota	IMW dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pomidor 100 g Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU) szynka wiejska 40 g Pasta wielowarzywna 80 g Sałata 10 g Cukier 5 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 180 g (GLU, MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Marchewka z groszkiem 180 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 300 ml Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Szynka drobiowa 40 g Pomidor 100 g Szynka wójta 40 g Cukier 5 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 755,4 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 53,6 Węglowodany ogółem [g] 245 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 59,9 Sól [g] 4,7 Cholesterol [mg] 214,5 Sód [mg] 1 382,5

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-05-16 sobota	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Papryka 100 g szynka wiejska 40 g Jogurt naturalny 150 g (MLE) Pieczeń z soczewicy i cukinii 80 g (GLU, SEL) Sałata 10 g	Masło śmietankowe 5 g (MLE) Kiełbasa kanapkowa 30 g Pieczywo razowe 50 g (ŻYT)	Kompot owocowy 300 ml Żurek z jajkiem 350 ml Gulasz wieprzowy z warzywami 180 g (GLU, MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej 180 g	Serek homogenizowany 200 g (MLE)	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 300 ml Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Szynka drobiowa 40 g Sałatka z zielonej fasolki, sezamem i oliwą 100 g Sałatka z zielonej fasolki, sezamem i oliwą 100 g Szynka wójta 40 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 370 Białko ogółem [g] 115,8 Tłuszcz [g] 84,6 Węglowodany ogółem [g] 309,8 Błonnik pokarmowy [g] 51,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 43,9 Sól [g] 7,2 Cholesterol [mg] 232,9 Sód [mg] 2 327
2026-05-17 niedziela	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pomidor 100 g Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU) Sałata 10 g Wędzonka krotoszyńska 40 g Cukier 5 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa pejszanka z ryżem 350 ml (SEL) Pierś z kurczaka w sosie warzywnym 100 g Ziemniaki gotowane 180 g Kalafior gotowany 180 g		masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Polędwica sopocka 40 g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR) Ser biały 80 g (MLE) sałatka z tortellini 100 g (GLU) Cukier 5 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 082,6 Białko ogółem [g] 113,9 Tłuszcz [g] 49,2 Węglowodany ogółem [g] 315,3 Błonnik pokarmowy [g] 41,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 suma cukrów prostych [g] 69,1 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 150,8 Sód [mg] 1 924,8

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-05-17 niedziela	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pomidor 100 g Sałata 10 g Kefir 150 ml (MLE)	Masło śmietankowe 5 g (MLE) Szynka staropolska 30 g Pieczywo razowe 50 g (ŻYT)	Kompot owocowy 300 ml Zupa pejszanka z ryżem 350 ml (SEL) Pierś z kurczaka w sosie warzywnym 100 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka colesław 180 g (JAJ)	Sok wielowarzywny 200 ml (SEL)	masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Połędwica sopocka 40 g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR) sałatka z tortellini 100 g (GLU) Ser żółty 50 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 992,7 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 57,9 Węglowodany ogółem [g] 295,5 Błonnik pokarmowy [g] 57,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 suma cukrów prostych [g] 58,9 Sól [g] 6,7 Cholesterol [mg] 127,2 Sód [mg] 2 661,3
2026-05-18 poniedziałek	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Szynka wójtka 40 g Pomidor 100 g Sałata 10 g Cukier 5 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa brokułowa 350 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Klops 100 g (MIĘ) Bukiet warzyw 180 g Sos pieczeniowy 80 g		Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Herbata 400 ml Pasta twarogowa z natką pietruszki 110 g (MLE) Szynka chłopska 50 g Pasta twarogowa z natką pietruszki 110 g (MLE) Sałata 10 g Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 615,9 Białko ogółem [g] 172 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 292,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,2 suma cukrów prostych [g] 51,3 Sól [g] 6,5 Cholesterol [mg] 393,5 Sód [mg] 2 596,5

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-05-18 poniedziałek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Masłanka 150 ml (MLE) Szynka wójtka 40 g Pomidor 100 g Sałata 10 g	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Polędwica sopocka 30 g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR)	Zupa brokułowa 350 ml (MLE, SEL) Klops 100 g (MIĘ) Surówka wielowarzywna 180 g Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Kompot owocowy 300 ml Sos pieczeniowy 80 g	Jogurt naturalny 100 g (MLE)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Herbata 400 ml Pasta twarogowa z natką pietruszki 110 g (MLE) Szynka chłopska 50 g Sałata 10 g Pasta twarogowa z natką pietruszki 110 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 626 Białko ogółem [g] 178 Tłuszcz [g] 96,4 Węglowodany ogółem [g] 283,6 Błonnik pokarmowy [g] 44 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,8 suma cukrów prostych [g] 32,9 Sól [g] 7,2 Cholesterol [mg] 405,3 Sód [mg] 2 913,4
2026-05-19 wtorek	IMW dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 350 ml (MLE, GLU) Pomidor 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml Paszтет drobiowy 50 g Sałata 10 g Cukier 5 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (MLE, SEL) Marchewka gotowana 180 g (MLE, GLU) Ryż gotowany 170 g Udka z kurczaka duszone 150 g		Schab gotowany 40 g Pomidor 100 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml Margaryna roślinna 15 g Twaróg chudy 90 g (MLE) Sałata 10 g Cukier 5 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 324,9 Białko ogółem [g] 137,7 Tłuszcz [g] 79,1 Węglowodany ogółem [g] 280,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 suma cukrów prostych [g] 54,7 Sól [g] 4,4 Cholesterol [mg] 412,4 Sód [mg] 1 745,4

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-05-19 wtorek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny 150 g (MLE) Paszтет drobiowy 50 g Ogórki kiszzone 100 g Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) Polędwica sopočka 30 g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR) Masło śmietankowe 5 g (MLE)	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (MLE, SEL) Surówka z marchewki 180 g Ryż brązowy 170 g Kompot owocowy 300 ml Udko z kurczaka duszone 150 g	Serek wiejski 200 g (MLE)	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Ogórki kiszzone 100 g Sałata 10 g Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml Margaryna roślinna 15 g Twaróg chudy 90 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 442,6 Białko ogółem [g] 155,5 Tłuszcz [g] 98,8 Węglowodany ogółem [g] 253,4 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 suma cukrów prostych [g] 35 Sól [g] 7,2 Cholesterol [mg] 742 Sód [mg] 3 053,9
2026-05-20 środa	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Kasza kukurydziana na mleku 350 g (MLE) Pomidor 100 g Sałata 10 g kiełbasa krakowska 40 g Szynka staropolska 40 g		Kompot owocowy 300 ml zupa dyniowa 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Pieczeń polska z pietruszką 100 g (MIE) Brokuł gotowany 180 g		kiełbasa biała gotowana 100 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałatka wiosenna z koperkiem 150 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 218,8 Białko ogółem [g] 116,9 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 257,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 32,5 Sól [g] 3,7 Cholesterol [mg] 231,9 Sód [mg] 1 424,4

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-20 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-05-20 środa	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Sałata 10 g Ogórek świeży 100 g kiełbasa krakowska 40 g Kefir 150 ml (MLE) Szynka staropolska 40 g	Masło śmietankowe 5 g (MLE) Szynka galicyjska 30 g Pieczywo razowe 50 g (ŻYT)	Kompot owocowy 300 ml zupa dyniowa 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Pieczeń polsku z pietruszką 100 g (MIĘ) Surówka z kapusty czerwonej 180 g	Jogurt naturalny 100 g (MLE)	kiełbasa biała gotowana 100 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Herbata 400 ml Sałata 10 g sałatka wiosenna z koperkiem 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 337,2 Białko ogółem [g] 121,1 Tłuszcz [g] 102,2 Węglowodany ogółem [g] 255,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 suma cukrów prostych [g] 32,6 Sól [g] 4,4 Cholesterol [mg] 259,2 Sód [mg] 1 757,5