

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-19 do dnia 2026-08-30 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-08-19 środa	IMW dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Kasza jęczmienna na mleku 350 g (MLE, GLU) Sałata 10 g Pomidor bs 100 g ketchup 10 g parówki drobiowe 120 g Cukier 5 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Szynka drobiowa 30 g	Kompot owocowy 300 ml Zupa cukiniowa 350 ml (MLE, SEL) Schab duszony 100 g Buraczki 180 g (GLU) Ziemniaki gotowane 180 g	Kefir 150 ml (MLE)	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Warzywa pieczone 100 g Polędwica sopocka 40 g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR) szynka wiejska 40 g Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 566,6 Białko ogółem [g] 147,1 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 328,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39 suma cukrów prostych [g] 66 Sól [g] 8,8 Sód [mg] 3 067,5
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Sałata 10 g Jogurt naturalny 150 g (MLE) Papryka 100 g ketchup 10 g parówki drobiowe 120 g	Masło śmietankowe 5 g (MLE) Szynka drobiowa 30 g Pieczywo razowe 50 g (ŻYT)	Kompot owocowy 300 ml Ziemniaki gotowane 180 g Zupa pieczarkowa 350 ml Schab duszony 100 g Mizeria 180 g (MLE)	Kefir 150 ml (MLE)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml sałatka warzywna z sosem koperkowym 100 g (MLE) szynka wiejska 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 052,8 Białko ogółem [g] 114,7 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 220,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39 suma cukrów prostych [g] 25,1 Sól [g] 7,6 Sód [mg] 2 546,6
	IMW dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pomidor bs 100 g płatki ryżowe na mleku 350 ml (MLE) Szynka w siatce 20 g Szynka drobiowa 40 g Cukier 5 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Serek wiejski 50 g (MLE)	Zupa brokułowa 350 ml (MLE, SEL) Kompot owocowy 300 ml Bukiet warzyw 180 g Pyzy z mięsem gotowane 250 g	Serek homogenizowany 1 szt (MLE)	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Twarożek 90 g (MLE) Sałata 10 g Szynka galicyjska 40 g Pomidor bs 100 g Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 473 Białko ogółem [g] 129,2 Tłuszcz [g] 80,7 Węglowodany ogółem [g] 327,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 suma cukrów prostych [g] 58 Sól [g] 7,1 Sód [mg] 2 311,4

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-19 do dnia 2026-08-30 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-08-20 czwartek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Pomidor 100 g Szynka w siatce 20 g Kefir 150 ml (MLE) Szynka drobiowa 40 g	Masło śmietankowe 5 g (MLE) Serek wiejski 50 g (MLE) Pieczywo razowe 50 g (ŻYT)	Kompot owocowy 300 ml Surówka francuska 150 g (JAJ) Zupa brokułowa 350 ml (MLE, SEL) Pyzy z mięsem gotowane 250 g	Serek homogenizowany 200 g (MLE)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Herbata 400 ml Twarożek 90 g (MLE) Sałata 10 g Pomidor 100 g Szynka galicyjska 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 358,4 Białko ogółem [g] 127,1 Tłuszcz [g] 89,8 Węglowodany ogółem [g] 287,3 Błonnik pokarmowy [g] 51,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 suma cukrów prostych [g] 46,4 Sól [g] 6,4 Sód [mg] 2 334,8
2026-08-21 piątek	IMW dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU) twaróg (ser biały) 70 g (MLE) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Herbata 300 ml Szynka staropolska 30 g Pomidor 100 g Sałata 10 g Dżem 25 g Cukier 5 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Zupa kalafiorowa 350 ml (MLE, SEL) Filet z miruny na parze 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku z oliwą 180 g Kompot owocowy 300 ml Sos cytrynowy 50 g	soki owocowe 200 ml	Szynka drobiowa 40 g Herbata 300 ml Pomidor 100 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Paprykarz domowy 90 g (RYB) Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 391,7 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 83,2 Węglowodany ogółem [g] 318,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 suma cukrów prostych [g] 59,6 Sól [g] 6,1 Sód [mg] 2 420,6

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-19 do dnia 2026-08-30 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-08-21 piątek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Ser żółty 70 g (MLE) Szynka staropolska 30 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) Herbata 300 ml Kefir 150 ml (MLE) Sałatka z pomidora 100 g Sałata 10 g	Masło śmietankowe 5 g (MLE) Polędwica sopocka 30 g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR) Pieczywo razowe 50 g (ŻYT)	Zupa kalafiorowa 350 ml (MLE, SEL) Filet z miruny na parze 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszanej 180 g Kompot owocowy 300 ml Sos cytrynowy 50 g	Jabłko 1 szt	Szynka włoska 40 g Herbata 300 ml Ogórki kiszane 100 g Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Paprykarz domowy 90 g (RYB) Sałata 10 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 186 Białko ogółem [g] 99,9 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 303,9 Błonnik pokarmowy [g] 56,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 suma cukrów prostych [g] 62 Sól [g] 7 Sód [mg] 2 812,2
2026-08-22 sobota	IMW dieta łatwostrawna	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) wędlina kaliska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, ORZ ARACH, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pasta z zielonego groszku 60 g Pomidor bs 100 g Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Herbata 300 ml Cukier 5 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Wędlina 30 g	Zupa szpinakowa 350 ml (MLE, SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, MIĘ) Fasolka szparagowa 180 g Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Kompot owocowy 300 ml	gruszka 100 g	szynka wiejska 40 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU) kiełbasa krakowska 50 g Pomidor bs 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Herbata 300 ml Cukier 5 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 156,2 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 65,2 Węglowodany ogółem [g] 298,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 suma cukrów prostych [g] 57,6 Sól [g] 6,3 Sód [mg] 1 614,3

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-19 do dnia 2026-08-30 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-08-22 sobota	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Maślanka 150 ml (MLE) wędlina kaliska 40 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, ORZ ARACH, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Pasta z zielonego groszku 60 g Ogórek 100 g Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) Herbata 300 ml	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) Szynekowa 30 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ) Masło śmietankowe 5 g (MLE)	Zupa szpinakowa 350 ml (MLE, SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, MIĘ) Surówka wielowarzywna 180 g Kompot owocowy 300 ml Kasza gryczana gotowana 170 g	gruszka 100 g	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) kiełbasa krakowska 50 g Ser żółty 40 g (MLE) Pomidor 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Herbata 300 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 107,8 Białko ogółem [g] 111,8 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 282,9 Błonnik pokarmowy [g] 50,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 45,9 Sól [g] 6,5 Sód [mg] 2 149,5
2026-08-23 niedziela	IMW dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU) Pomidor bs 100 g Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 50 g Cukier 5 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Polędwica 30 g	Zupa pejszanka z ryżem 350 ml (SEL) Udka z kurczaka duszone 150 g Ziemniaki gotowane 170 g Kompot owocowy 300 ml Buraczki 180 g (GLU)	Mus jabłkowy 100 g	Pomidor bs 100 g Szynek chłopski 40 g Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 70 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml Cukier 5 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 312,4 Białko ogółem [g] 114,7 Tłuszcz [g] 73,3 Węglowodany ogółem [g] 317,4 Błonnik pokarmowy [g] 39,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 suma cukrów prostych [g] 74,3 Sól [g] 5,9 Sód [mg] 2 380,1

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-19 do dnia 2026-08-30 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-08-23 niedziela	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny 150 g (MLE) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (ZYT) Herbata 300 ml Wędzonka krotoszyńska 50 g Ogórek 100 g	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Szynka w siatce 30 g	Zupa pejszanka z ryżem 350 ml (SEL) Udko z kurczaka duszone 150 g Ziemniaki gotowane 170 g Surówka z marchewki 180 g Kompot owocowy 300 ml	Jogurt naturalny 100 g (MLE)	Szynka chłopska 40 g Pomidor 100 g Pieczywo razowe 120 g (ZYT) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pasta z ciecierzycy 70 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 156,2 Białko ogółem [g] 116,6 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 279 Blonnik pokarmowy [g] 46,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 suma cukrów prostych [g] 53,7 Sól [g] 5,9 Sód [mg] 1 970,8
2026-08-24 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) Paszтет drobiowy 70 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Szynka włoska 30 g	Zupa cukiniowa 350 ml (MLE, SEL) Bukiet warzyw 180 g Kompot owocowy 300 ml Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 100 g (GLU, ME) Ziemniaki gotowane 170 g	Kefir 150 ml (MLE)	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] 2 381,2 Białko ogółem [g] 145,8 Tłuszcz [g] 80,5 Węglowodany ogółem [g] 286,7 Blonnik pokarmowy [g] 34,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,3 suma cukrów prostych [g] 54,6 Sól [g] 6 Sód [mg] 1 933,2

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-19 do dnia 2026-08-30 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-08-24 poniedziałek	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 selera i jabłka 180 g (MLE, SEL) 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] 2 031,3 Białko ogółem [g] 134,1 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 239,6 Błonnik pokarmowy [g] 48,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 suma cukrów prostych [g] 51,3 Sól [g] 5,7 Sód [mg] 1 818,1
2026-08-25 wtorek	IMW dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU) Szynka rzeż 40 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Pasta wielowarzynna 100 g Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Herbata 300 ml Sałatka z buraków z oliwą 100 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Twaróg z koperkiem 30 g (MLE)	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	Sok pomidorowy 200 ml	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] 2 439,1 Białko ogółem [g] 132,9 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 324,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 suma cukrów prostych [g] 43,7 Sól [g] 7,2 Sód [mg] 2 436,5

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-19 do dnia 2026-08-30 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-08-25 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) Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 100 g (MIĘ) Kasza gryczana gotowana 170 g Kompot owocowy 300 ml Surówka z marchewki z chrzanem 180 g	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] [kcal] 2 275 Białko ogółem [g] 128,2 Tłuszcz [g] 76,2 Węglowodany ogółem [g] 290,2 Błonnik pokarmowy [g] 42,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 52,5 Sól [g] 8,8 Sód [mg] 3 035,9
2026-08-26 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 Masło śmietankowe 5 g (MLE)	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Szynkowa 30 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 300 ml Sos jogurtowo-owocowy 100 g (MLE) Naleśniki z serem (2 szt) 250 g (MLE, GLU, JAJ)	Jabłko 1 szt	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] [kcal] 2 325,9 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 64,2 Węglowodany ogółem [g] 342,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 suma cukrów prostych [g] 53,4 Sól [g] 6,5 Sód [mg] 2 149,3

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-19 do dnia 2026-08-30 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-08-26 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 Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 100 g (GLU, MIE) Ryż brązowy 170 g Surówka z pora, marchewki i jabłka 120 g	Jabłko 1 szt	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] [kcal] 2 098,6 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 68,2 Węglowodany ogółem [g] 292,7 Łącznie Węglowodany prostych [g] 42,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8 suma cukrów prostych [g] 33,9 Sól [g] 6,5 Sód [mg] 2 148
2026-08-27 czwartek	IMW dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU) 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	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Szynka wójtka 30 g	Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Schab pieczony w sosie 100 g Kompot owocowy 300 ml Ziemniaki gotowane 170 g Buraczki 180 g (GLU)	Koktajl mleczno owocowy 200 ml (MLE)	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] [kcal] 2 404,1 Białko ogółem [g] 141 Tłuszcz [g] 62,9 Węglowodany ogółem [g] 337,8 Łącznie Węglowodany prostych [g] 37,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 suma cukrów prostych [g] 78,3 Sól [g] 7,1 Sód [mg] 1 897,1

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-19 do dnia 2026-08-30 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-08-27 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 wójtą 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 z ogórkiem 180 g	Kefir 150 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] [kcal] 2 199,5 Białko ogółem [g] 133,7 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 295,7 Błonnik pokarmowy [g] 56,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 suma cukrów prostych [g] 57,3 Sól [g] 7,6 Sód [mg] 2 227,3
2026-08-28 piątek	IMW dieta łatwostrawna	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU) Sałatka z pomidora z koperkiem 100 g Twarożek zielony 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	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Szynka rzeż 30 g	Zupa koperkowa 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Warzywa po grecku z oliwą 180 g Kompot owocowy 300 ml Łosoś duszony 100 g (RYB)	sok z buraków 200 ml	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] [kcal] 2 590,5 Białko ogółem [g] 147,7 Tłuszcz [g] 83,2 Węglowodany ogółem [g] 328,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 suma cukrów prostych [g] 61,8 Sól [g] 7,5 Sód [mg] 2 170,9

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-19 do dnia 2026-08-30 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-08-28 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 (ŻYT) 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 (ŻYT)	Zupa koperkowa 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Surówka z kapusty kiszanej 180 g Kompot owocowy 300 ml Łosoś duszony 100 g (RYB)	sok z buraków 200 ml	Szynka włoska 40 g Herbata 300 ml Ogórki kiszane 100 g Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Paprykarz domowy 90 g (RYB)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 140 Białko ogółem [g] 118,1 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 288,1 Błonnik pokarmowy [g] 50,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 42,5 Sól [g] 8,6 Sód [mg] 2 636,4
2026-08-29 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	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) kielbasa szynkowa 30 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, SEZ)	Kompot owocowy 300 ml Zupa grycikowa 350 ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 180 g (GLU, MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Dynia pieczona 180 g	Serek homogenizowany 1 szt (MLE)	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] [kcal] 2 000,7 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 280,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 suma cukrów prostych [g] 52,7 Sól [g] 5,9 Sód [mg] 1 850,9

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-19 do dnia 2026-08-30 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-08-29 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 wielowarzywna 180 g	Serek homogenizowany 1 szt (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] [kcal] 2 176,3 Białko ogółem [g] 107,8 Tłuszcz [g] 80,6 Węglowodany ogółem [g] 275,8 Błonnik pokarmowy [g] 46 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 suma cukrów prostych [g] 36,6 Sól [g] 7,2 Sód [mg] 2 306,4
	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	Szynka staropolska 30 g Masło śmietankowe 5 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa ryżanka 400 ml (SEL) Pierś z kurczaka w sosie warzywnym 100 g Ziemniaki gotowane 180 g Kalafior gotowany 180 g	Sok owocowy 199 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] [kcal] 2 537,3 Białko ogółem [g] 146,8 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 343,8 Błonnik pokarmowy [g] 28 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 suma cukrów prostych [g] 57,5 Sól [g] 4,9 Sód [mg] 1 958,5

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-19 do dnia 2026-08-30 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2026-08-30 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 ryżanka 400 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) Polędwica sopocka 40 g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR) sałatka z tortellini 100 g (GLU) Ser żółty 50 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 188,2 Białko ogółem [g] 118,3 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 289,2 Błonnik pokarmowy [g] 44,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 suma cukrów prostych [g] 38,5 Sól [g] 6,3 Sód [mg] 2 515,6