"Uzdrowisko Wysowa" Spółka Akcyjna

Wysowa-Zdrój 149
38-316 Wysowa-Zdrój
NIP: 7380005590

Jadłospis

Na dzień: 05.11.2026, czwartek

Dieta podstawowa

śniadanie	*porcja*	*alergeny*
Ryż na mleku (• **mleko w proszku** • ryż)	300ml	Laktoza
Pieczywo mieszane (• **chleb mieszany** • **chleb razowy**)	150g	Gluten
Masło exstra (• **masło extra**)	15g	Laktoza
Herbata, cukier, marmolada (• herbata ekspreswa • cukier kryształ • marmolada wieloowocowa)	200ml/15g/15g	
Ser żółty (• **ser żółty**)	40g	Laktoza
Polędwica sopocka (• polędwica sopocka)	50g	
Sałatka z papryki (• papryka czerwona • cebula • oliwa z oliwek • jabłko)	100g	

obiad	*porcja*	*alergeny*
Rosół z makaronem (• marchew • **seler** • **makaron nitki**)	450ml	Gluten, Jajko, Seler
Udko pieczone (• udko drobiowe)	220g	
Ziemniaki (• ziemniaki)	150g	
Buraki oprószane (• buraki • **mąka pszenna** • **śmietana** • **margaryna mleczna** • ocet)	100g	Gluten, Laktoza
Woda z cytryną (• cytryna)	200ml	

kolacja	*porcja*	*alergeny*
Herbata, cukier, marmolada (• herbata ekspreswa • cukier kryształ • marmolada wieloowocowa)	200ml/15g/15g	
Pieczywo mieszane (• **chleb mieszany** • **chleb razowy**)	150g	Gluten
Masło exstra (• **masło extra**)	15g	Laktoza
Flaki wołowe (• flaki wołowe • **mąka pszenna** • kości drobiowe • marchew • **seler**)	300ml	Gluten, Seler
Twaróg krojony z roszpunką i oliwą (• **twaróg** • roszpunka • oliwa z oliwek • zioła prowansalskie)	70g	Laktoza
Pomidor z ziołami, liść sałaty (• pomidor • sałata zielona • zioła prowansalskie • oliwa z oliwek)	100g	
Klementynka (• klementynka)	1szt	

Wartość energetyczna	**Białka**	**Tłuszcze**	**Tłuszcze nasycone**	**Węglowodany**	**w tym cukry**	**Błonnik**	**Sód**
kcal	g	g	g	g	g	g	g
2285	**136,31**	**112,59**	**36,57**	**280,18**	**38,35**	**26,75**	**3,89**

Kierownik żywienia