

Jadłospis od dnia 01.01.2026r do dnia 07.01.2026r.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
CZWARTEK 01.01.2026 rok	NOWY ROK			
	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Wędlina drobiowa 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata 10 g (-) Babka 100g (1,3)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Wędlina drobiowa 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata 10 g (-) Babka 100g (1,3)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Wędlina drobiowa 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata 10 g (-) Pomarańcza 1szt. (-)
	IIŚ			Ciastko b/ c 1szt. (1)
	Obiad	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Rolada z schabu dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z białej kap. 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Rolada z schabu dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Marchewka mini got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Rolada z schabu dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Marchewka mini got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kielbasa biała 1szt. z chrzanem 30g (-) Sałatka gajowego 50g (1,3,10)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kielbasa biała 1szt. z keczupem 30g (-) Sałatka gajowego 50g (1,3,10)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kielbasa biała 1szt. z chrzanem 30g (-) Sałatka gajowego 50g (1,3,10)
	PN	Baton owocowy b/c 1szt. (-)	Baton owocowy b/c 1szt. (-)	Baton owocowy b/c 1szt. (-)

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PIĄTEK 02.01.2026 rok	Śniadanie	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml.250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g (1) Masło 82% 20g (7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Mód 25g (-) Roszponka z pomidorem, pestkami dyni, słonecznika i orzechami 50g (8)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml.250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Mód 25g (-) Roszponka z pomidorem, pestkami dyni, słonecznika i orzechami 50g (8)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml.250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Ser żółty 40g (7) Roszponka z pomidorem, pestkami dyni, słonecznika i orzechami 50g (8)
	IIŚ			Krakersy 1szt. (1)
	Obiad	Zupa fasolowa 350g (9) Piecarki w sosie śmietanowym 250g (1,7) Kasza pęczak 300g (1) Sur. z kiszanej kap. 150g (-) Kompot 250g (-) Banan 1szt. (-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Piecarki w sosie śmietanowym 250g (1,7) Kasza pęczak 300g (1) Buraczki got. 150g (-) Kompot 250g (-) Banan 1szt. (-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Piecarki w sosie śmietanowym 250g (1,7) Kasza pęczak 300g (1) Buraczki got. 150g (-) Herbata owocowa 250g(-) Kiwi 1szt. (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z tuńczyka i warzyw 50g (4,9) Serek „hochland” 22g (7) Sałatka z selera 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z tuńczyka i warzyw 50g (4,9) Serek „hochland” 22g (7) Sałatka z selera 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z tuńczyka i warzyw 50g (4,9) Serek „hochland” 22g (7) Sałatka z selera 50g (3,9)
	PN	Kefir 1szt. (7)	Kefir 1szt. (7)	Kefir 1szt. (7)

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
SOBOTA 03.01.2026 rok	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa łopatkowa 40g (-) Ser topiony 50g (7) Pomidor 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa łopatkowa 40g (-) Ser topiony 50g (7) Pomidor 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa łopatkowa 40g (-) Ser topiony 50g (7) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Pieczywo chrupkie (1)
	Obiad	Barszcz z makaronem 350g (1,9) Kurczak w sosie słodko - kwaśnym 250g (1) Ryż 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Barszcz z makaronem 350g (1,9) Kurczak w sosie słodko - kwaśnym 250g (1) Ryż 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Barszcz z makaronem 350g (1,9) Kurczak w sosie 250g (1) Ryż 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g (-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Paszтет drobiowy 60g (1) Twarożek z koperkiem 50g (7) Sałatka ziemniaczana 50g (3,9)	Herbata 250g (-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g(7) Paszтет drobiowy 60g (1) Twarożek z koperkiem 50g (7) Sałatka ziemniaczana 50g (3,9)	Herbata 250g (-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g(7) Paszтет drobiowy 60g (1) Twarożek z koperkiem 50g (7) Sałatka ziemniaczana 50g (3,9)
	PN	Mus owocowy b/c 1szt. (-)	Mus owocowy b/c 1szt. (-)	Mus owocowy b/c 1szt. (-)

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
NIEDZIELA 04.01.2026 rok	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-)
	IIŚ			Baton owocowy b/c 1szt. (-)
	Obiad	Zupa szpinakowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Kotlet schabowy smażony 80g (1,3) Ziemniaki dusz.300g (-) Kapusta biała got.150g (-) Kompot 250g(-) Jabłko 1szt. (-)	Zupa szpinakowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Bitka schabowa dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (150g) Ziemniaki 300g (-) Kalafior got. 150g (1) Kompot 250g(-) Jabłko 1szt. (-)	Zupa szpinakowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Bitka schabowa dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (150g) Ziemniaki 300g (-) Kalafior got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-) Jabłko 1szt. (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Ser żółty 40g (7) Pasta z fasoli i warzyw 50g (9) Sałatka z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Filet z indyka 40g (-) Pasta z ciecioroki i warzyw 50g (9) Sałatka z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Filet z indyka 40g (-) Pasta z ciecioroki i warzyw 50g (9) Sałatka z brokuła 50g (3,9)
	PN	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PONIEDZIAŁEK 05.01.2026 r	Śniadanie	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Kiełbasa szynkowa drobiowa 40g (-) Serek „gouda” 17g (7) Sałata 10g (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g(7) Kiełbasa szynkowa drobiowa 40g (-) Serek „gouda” 17g (7) Sałata 10g (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa szynkowa drobiowa 40g (-) Serek „gouda” 17g (7) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Biszkopty b/c (1)
	Obiad	Zupa ogórkowa 350g (1,7,9) Sos serowo – śmietanowy z szynką, groszkiem i pieczarkami 250g (1,7) Makaron 300g (1) Sałatka z buraczków 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Sos serowo – śmietanowy z szynką, groszkiem i pieczarkami 250g (1,7) Makaron 300g (1) Sałatka z buraczków 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Sos serowo – śmietanowy z szynką, groszkiem i pieczarkami 250g (1,7) Makaron 300g (1) Sałatka z buraczków 150g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro – smak” 1szt. (7) Sałatka z ryżu z kurczakiem , ananasem 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro – smak” 1szt. (7) Sałatka z ryżu z kurczakiem , ananasem 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro – smak” 1szt. (7) Sałatka z ryżu z kurczakiem 50g (3)
	PN	Jogurt nat.- 1szt. (7)	Jogurt nat. - 1szt. (7)	Jogurt nat.- 1szt. (7)

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
WTOREK 06.01.2026 rok ŚWIĘTO TRZECI	Śniadanie	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. Z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g (1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa śląska drobiowa 2 szt. (-) Serek „hochland” 22g (7) Gruszka 1szt. (-)	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. Z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa śląska drobiowa 2 szt. (-) Serek „hochland” 22g (7) Gruszka 1szt. (-)	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. Z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa śląska drobiowa 2 szt. (-) Serek „hochland” 22g (7) Gruszka 1szt. (-)
	IIŚ			Ser żółty 50g (7)
	Obiad	Rosół z makaronem 350g (1,9) Udko z kurczaka pieczone 1szt. (-) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Marchewka z groszkiem got.150g (1) Kompot 250g(-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Udko z kurczaka gotowane 1szt. (-) Sos potrawkowy 150g (1,3,7) Ziemniaki 300g (-) Marchewka z groszkiem got.150g (1) Kompot 250g(-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Udko z kurczaka gotowane 1szt. (-) Sos potrawkowy 150g (1,3,7) Ziemniaki 300g (-) Marchewka z groszkiem got.150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka biała 40 g (-) Pasta z jajka z szczypiorkiem 50g (3) Sałatka z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka biała 40 g (-) Pasta z jajka z szczypiorkiem 50g (3) Sałatka z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka biała 40 g (-) Pasta z jajka z szczypiorkiem 50g (3) Sałatka z kalafiora 50g (3,9)
	PN	Baton twarogowy - 1szt. (7)	Baton twarogowy – 1szt. (7)	Baton owocowy b/c -1szt. (-)

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
ŚRODA 07.01.2026 rok	Śniadanie	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „wiejski” – 1szt. (7) Powidła 30g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „wiejski” – 1szt. (7) Powidła 30g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Serek „wiejski” – 1szt. (7) Polędwica sopocka 40g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)
	Obiad	Zupa kalafiorowa 350g (1,9) Placki z ryby z warzywami dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki dusz. 300g (-) Sur. z włoskiej kap. 100g (3) Fasolka szp. got.100g (1) Kompot 250g (-)	Zupa kalafiorowa 350g (1,9) Placki z ryby z warzywami dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki dusz. 300g (-) Sur. z włoskiej kap. 100g (3) Fasolka szp. got. 100g (1) Kompot 250g (-)	Zupa kalafiorowa 350g (1,9) Placki z ryby z warzywami dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki dusz. 300g (-) Sur. z włoskiej kap. 100g (3) Fasolka szp. got. 100g (1) Kompot 250g (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka 1szt. (-) z keczupem 30g (-) Sałatka gyros 50g (3,10)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka 1szt. (-) z keczupem 30g (-) Sałatka gyros 50g (3,10)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka 1szt. (-) z keczupem 30g (-) Sałatka gyros 50g (3,10)
	PN	Deser mleczny - 1szt. (7)	Deser mleczny - 1szt. (7)	Ciastko b/c 1szt. (1)

OZNACZENIA ALERGENÓW POKARMOWYCH

Gluten (1)

Jaja i produkty pochodne (3)

Ryby i produkty pochodne (4)

Soja i produkty pochodne (6)

Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) (7)

Orzechy (8)

Seler i produkty pochodne (9)

Gorczyca i produkty pochodne (10)

Opracował:

Izabela Cegiela – Kier.działu żywienia

Alicja Kędzierska – Starszy dietetyk