

Jadłospis od dnia 01.03.2026r do dnia 10.03.2026r.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
NIEDZIELA 01.03.2026 rok	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata 10g (-) Banan 1szt. (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 20g (7) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata 10g (-) Banan 1szt. (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata 10g (-) Pomarańcza 1szt. (-)
	IIŚ			Mus owocowy b/c 1szt. (-)
	Obiad	Zupa pomid. z l. ciastem 350g (1,3,9) Kotlet de volaille dusz. 80g (1,3,7) Ziemniaki dusz.300g (-) Fasolka szp. got.100g (1) Sur. z warzyw 100g (7,9) Kompot 250g(-)	Zupa pomid. z l. ciastem 350g (1,3,9) Kotlet de volaille dusz. 80g (1,3,7) Ziemniaki dusz.300g (-) Fasolka szp. got.100g (1) Sur. z warzyw 100g (7,9) Kompot 250g(-)	Zupa pomid. z l. ciastem 350g (1,3,9) Kotlet de volaille dusz. 80g (1,3,7) Ziemniaki dusz.300g (-) Fasolka szp. got.100g (1) Sur. z warzyw 100g (7,9) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z mięsa got. z szczypiorkiem 50g (3) Serek „gouda” 17g (7) Pomidor z koperkiem i pestkami słonecznika 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z mięsa got. z szczypiorkiem 50g (3) Serek „gouda” 17g (7) Pomidor z koperkiem i pestkami słonecznika 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z mięsa got. z szczypiorkiem 50g (3) Serek „gouda” 17g (7) Pomidor z koperkiem i pestkami słonecznika 50g (-)
	PN	Ciastko b/c - 1szt. (1)	Ciastko b/c - 1szt. (1)	Ciastko b/c - 1szt. (1)
		E: 2580 kcal; B:103,39g;T:98,98g w tym kw.tł.nasy:44,64g; W:317,16g w tym cukry: 60,46g; Bł: 34,01 g, sól:5,76g	E: 2426 kcal; B:80,75g;T:70,01g w tym kw.tł.nasy:30,56 g; W:360,69g w tym cukry: 63,25 g; Bł: 35,34g, sól:3,65g.	E: 2462 kcal; B:78,96g;T:71,98g w tym kw.tł.nasy: 31,48g; W:371,49 g w tym cukry: 49,84g; Bł: 52,42 g, sól:3,73g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PONIEDZIAŁEK 02.03.2026 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) Serek „wiejski” 1szt. (7) Powidła 30g (-) Sałatka wegetariańska 50g (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g(7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Powidła 30g (-) Sałatka wegetariańska 50g (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Ser żółty 40g (7) Sałatka wegetariańska 50g (-)
	IIŚ			Kefir - 1szt. (7)
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniak. 350g (1,7,9) Kurczak po chińsku dusz. 250g (1) Ryż 300g (-) Sur. z włoskiej kapusty 150g (3) Kompot 250g(-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Kurczak po chińsku dusz. 250g (1) Ryż 300g (-) Sur. z włoskiej kapusty 150g (3) Kompot 250g(-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Kurczak po chińsku dusz.250g (1) Ryż 300g (-) Sur. z włoskiej kapusty 150g (3) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Salceson biały 40g (-) Paszтет drobiowy 60 g (1) Sałatka z selera 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka z fileta z kurczaka 40g (-) Paszтет drobiowy 60 g (1) Sałatka z selera 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka z fileta z kurczaka 40g (-) Paszтет drobiowy 60 g (1) Sałatka z selera 50g (3,9)
	PN	Baton twarogowy – 1szt. (7)	Baton twarogowy – 1szt. (7)	Baton owocowy b/c – 1szt. (-)
		E: 2258 kcal; B:80,97g;T:81,65 g w tym kw.tł.nasy:29,18g; W:289,77 g w tym cukry: 20,38g; Bł: 36,29 g, sól:4,93 g	E: 2078 kcal; B:95,84 g;T:68,17 gw tym kw.tł.nasy:25,73 g; W:263,03g w tym cukry: 34,99 g; Bł: 21,80 g, sól:3,58g	E: 2003 kcal; B:80,21 g;T:69,16 g w tym kw.tł.nasy: 25,73 g; W:255,00 g w tym cukry: 22,58g; Bł: 40,39 g, sól:3,60g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
WTOREK 03.03.2026 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) Kiełbasa śląska drobiowa 2szt. (-) Serek „deliser” 17g (7) Pomidor 50g (-) Kiwi 1szt. (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa śląska drobiowa 2szt. (-) Serek „deliser” 17g (7) Pomidor 50g (-) Kiwi 1szt. (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa śląska drobiowa 2szt. (-) Serek „deliser” 17g (7) Pomidor 50g (-) Kiwi 1szt. (-)
	IIŚ			Krakersy 1szt. (1)
	Obiad	Barszcz z makaronem 350g (1,7,9) Schab duszony 80g (-) W sosie własnym 150g(1) Ziemniaki 300g (-) Kapusta biała got. 150g (-) Kompot 250g(-)	Barszcz z makaronem 350g (1,7,9) Schab duszony 80g (-) W sosie własnym 150g(1) Ziemniaki 300g (-) Kalafior got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Barszcz z makaronem 350g (1,7,9) Schab duszony 80g (-) W sosie własnym 150g(1) Ziemniaki 300g (-) Kalafior got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro – smak” 1szt. (7) Sał. gajowego 50g (1,3,10)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro – smak” 1szt. (7) Sał. gajowego 50g (1,3,10)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro – smak” 1szt. (7) Sał. gajowego 50g (1,3,10)
	PN	Jogurt nat. - 1szt. (7)	Jogurt nat.- 1szt. (7)	Jogurt nat.-1szt. (7)
		E: 2160 kcal; B:82,39g;T:75,59,19g w tym kw.tł.nasy:32,99g; W: 269,06g w tym cukry: 31,74g; Bł: 30,54 g, sól:4,03g.	E: 2208 kcal; B:87,92g;T:75,04g w tym kw.tł.nasy:32,98g, W: 272,57g w tym cukry: 29,58g; Bł: 22,40 g sól:4,18g	E: 2133 kcal; B:82,29g;T:76,03g w tym kw.tł.nasy:32,98g; W: 264,63g w tym cukry: 18,17g; Bł: 40,62 g, sól:4,20g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
ŚRODA 04.03.2026 rok	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) Połędwica z piersi kurczaka 40g (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z kaszka p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Połędwica z piersi kurczaka 40g (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z kaszka p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Połędwica z piersi kurczaka 40g (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Pieczywo chrupkie 1szt. (1)
	Obiad	Zupa gołąbkowa 350g (1,9) Piecarki w sosie śmietanowym 250g (1,7) Kasza gryczana 300g (-) Sur. z czerwonej kapusty 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Pierogi z mięsem 300g (1,3) Sur. z warzyw 150g (7,9) Kompot 250g (-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Piecarki w sosie śmietanowym 250g (1,7) Kasza gryczana 300g (-) Sur. z warzyw 150g (7,9) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka cienka 1szt. (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka cienka 1szt. (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka cienka 1szt. (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)
	PN	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2748 kcal; B:83,86 g;T:102,30g w tym kw.tł.nasy:31,76g; W:365,11g w tym cukry: 61,79g; Bł: 42,67g, sól:5,09g.	E: 2380 kcal; B:85,79 g;T:81,64gw tym kw.tł.nasy:35,51g; W:303,42g w tym cukry:64,82 g; Bł: 26,32g, sól:5,21g	E: 2548 kcal; B:83,86 g;T:102,30g w tym kw.tł.nasy:31,76g; W:365,11g w tym cukry: 61,79g; Bł: 42,67g, sól:5,09g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
CZWARTEK 05.03.2026 rok	Śniadanie	Zupa ml. z pł. owsianymi 250g (1,7) Kawa zb. Z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasztetowa drobiowa 40g (-) Serek „hochland” 17g (7) Sałata 10 g (-) Papryka 50g (-)	Zupa ml. z pł. owsianymi 250g (1,7) Kawa zb. Z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasztetowa drobiowa 40g (-) Serek „hochland” 17g (7) Sałata 10 g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z pł.owsianymi 250g (1,7) Kawa zb. Z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Pasztetowa drobiowa 40g (-) Serek „hochland” 17g (7) Sałata 10 g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Baton owocowy b/c 1szt. (-)
	Obiad	Koperkowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Kurczak pieczony 100g (-) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Brokuł got.100g (1) Sałatka z buraczków 100g (-) Kompot 250g (-)	Koperkowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Kurczak got. 100g (-) Sos potrawkowy 150g (1,3,7) Ziemniaki 300g (-) Brokuł got.100g (1) Sałatka z buraczków 100g (-) Kompot 250g (-)	Koperkowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Kurczak got. 100g (-) Sos potrawkowy 150g (1,3,7) Ziemniaki 300g (-) Brokuł got.100g (1) Sałatka z buraczków 100g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka got. 40g (-) Pasta z ciecioriki i koperku 50g (-) Sałatka z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka got. 40g (-) Pasta z ciecioriki i koperku 50g (-) Sałatka z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka got. 40g (-) Pasta z ciecioriki i koperku 50g (-) Sałatka z kalafiora 50g (3,9)
	PN	Kefir - 1szt. (7)	Kefir - 1szt. (7)	Kefir - 1szt. (7)
		E: 2431 kcal; B:79,50g;T:74,43g w tym kw.tł.nasy:38,20 g; W: 325,88g w tym cukry: 40,45g; Bł: 31,92g, sól:4,72g	E: 2428 kcal; B:85,25g;T:75,20g w tym kw.tł.nasy:38,90g; W: 331,83g w tym cukry: 43,50g; Bł: 32,66g, sól:4,77g.	E: 2464 kcal; B:87,06g;T:78,16g w tym kw.tł.nasy:42,82 g; W: 322,63g w tym cukry: 35,12g; Bł: 35,73g, sól:4,93g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PIĄTEK 06.03.2026 rok	Śniadanie	Zupa ml. z makaronem 250g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Dżem 25g (-) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. z makaronem 250g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Dżem 25g (-) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. z makaronem 250g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Ser żółty 40g (7) Sałata lodowa 10g (-)
	IIŚ			Biszkopty b/c (1)
	Obiad	Zupa szpinakowa 350g (1,9) Filet z ryby duszony 80g (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Fasolka szp. got.100g (1) Sur. z kiszonej kap. 100g (-) Kompot 250g (-)	Zupa szpinakowa 350g (1,9) Filet z ryby duszony 80g (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Fasolka szp. got.100g (1) Sur. z marchewki 100g (-) Kompot 250g (-)	Zupa szpinakowa 350g (1,9) Filet z ryby duszony 80g (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Fasolka szp. got.100g (1) Sur. z marchewki 100g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z ziel. pietr. 50g (3) Ser żółty 40g (7) Sałatka grecka 50g (7)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z ziel. pietr. 50g (3) Ser topiony 50g (7) Sałatka grecka 50g (7)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z ziel. pietr. 50g (3) Ser topiony 50g (7) Sałatka grecka 50g (7)
	PN	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2336 kcal; B:85,69g;T:71,60 g w tym kw.tł.nasy:40,92g; W:326,51g w tym cukry: 52,04g; Bł: 34,98 g, sól:4,08g	E: 2322 kcal; B:90,46g;T:63,33 gw tym kw.tł.nasy:35,64g; W:333,81 g w tym cukry: 52,28g; Bł: 27,56 g, sól:4,33g	E: 2463 kcal; B:97,70 g;T:85,25 gw tym kw.tł.nasy:41,64g; W:316,48g w tym cukry: 31,18g; Bł: 46,18 g, sól:4,03 g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
SOBOTA 07.03.2026 rok	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa śląska cienka 1szt. (-) Twarożek z koperkiem 50g (7) Sałata 10g (-) Jabłko 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka drobiowa cienka 1szt. (-) Twarożek z koperkiem 50g (7) Sałata 10g (-) Jabłko 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa śląska cienka 1szt. (-) Twarożek z koperkiem 50g (7) Sałata 10g (-) Jabłko 1szt. (-)
	IIŚ			Ciastko b/c 1szt. (1)
	Obiad	Zupa porowa z makaronem 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1,7) Ryż 300g (-) Bukiet z warzyw got.150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa porowa z makaronem 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1,7) Ryż 300g (-) Bukiet z warzyw got.150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa z makaronem 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1,7) Ryż 300g (-) Bukiet z warzyw got.150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g (-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pieczeń 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Pomidor z koperkiem i pestkami dyni 50g (-)	Herbata 250g (-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g(7) Polędwica sopocka 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Pomidor z koperkiem i pestkami dyni 50g (-)	Herbata 250g (-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g(7) Polędwica sopocka 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Pomidor z koperkiem i pestkami dyni 50g (-)
	PN	Jogurt nat. - 1szt. (7)	Jogurt nat.- 1szt. (7)	Jogurt nat. - 1szt. (7)
		E: 2419 kcal; B:70,03g;T:72,50 g w tym kw.tł.nasy:34,29g; W:314,26 g w tym cukry: 40,25g; Bł: 35,82 g, sól:5,44 g.	E: 2320 kcal; B:75,50 g;T:69,70 gw tym kw.tł.nasy:37,83 g; W:340,50g w tym cukry: 45,00 g; Bł: 38,85 g, sól:3,78g	E: 2404 kcal; B:72,47 g;T:77,58 g w tym kw.tł.nasy: 38,68 g; W:350,56 g w tym cukry: 40,45g; Bł: 40,17g, sól:3,80g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
NIEDZIELA 08.03.2026 rok	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g (1) Masło 82% 20g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 50g (3,9) Serek „gouda” 17g (7) Sałata lodowa 10 g (-) Papryka 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g (1) Masło 82% 20g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 50g (3,9) Serek „gouda” 17g (7) Sałata lodowa 10 g (-) Pomidor 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g (1) Masło 82% 20g(7) Pasta z kurczaka i warzyw 50g (3,9) Serek „gouda” 17g (7) Sałata lodowa 10 g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Serek wiejski 1szt. (7)
	Obiad	Zupa z białych warzyw 350g (1,9) Kotlet schabowy smażony z pieczarkami 80g (1,3) Ziemniaki dusz. 300g (-) Kapusta czerwona got.150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa z białych warzyw 350g (1,9) Bitka schabowa dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki dusz. 300g (-) Buraczki got.150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa z białych warzyw 350g (1,9) Bitka schabowa dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki dusz. 300g (-) Buraczki got.150g (-) Herbata owocowa 250g (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Sałatka z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Sałatka z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Sałatka z brokuła 50g (3,9)
	PN	Baton owocowy b/c -1szt. (-)	Baton owocowy b/c – 1szt.(-)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2403 kcal; B:88,31 g;T:82,48g w tym kw.tł.nasy:35,93g; W:318,65g w tym cukry: 57,28g; Bł: 38,51g, sól:5,97g.	E: 2499 kcal; B:94,46 g;T:88,25gw tym kw.tł.nasy:34,81g; W:316,53 g w tym cukry: 51,69 g; Bł: 27,49g, sól:5,94g	E: 2535 kcal; B:92,67 g;T:91,22gw tym kw.tł.nasy:35,73 g; W:327,33 g w tym cukry: 38,28g; Bł: 43,56g, sól:5,92g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PONIEDZIAŁEK 09.03.2026 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) Polędwica sopocka 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Mix sałat z pestkami dyni,słonecznika i orzechami 50g (8)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Mix sałat z pestkami dyni,słonecznika i orzechami 50g (8)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Mix sałat z pestkami dyni,słonecznika i orzechami 50g (8)
	IIŚ			Mus owocowy b/c - 1szt. (-)
	Obiad	Zupa pomid. z l. ciastem 350g (1,3,9) Placki z kurczaka dusz. z warzywami 80g (1,9) Ziemniaki dusz. 300g (-) Sur. z białej kap. 100g (-) Kalafior got. 100g (1) Kompot 250g(-)	Zupa pomid. z l. ciastem 350g (1,3,9) Placki z kurczaka dusz. z warzywami 80g (1,9) Ziemniaki dusz. 300g (-) Sur. z marchewki 100g (-) Kalafior got. 100g (1) Kompot 250g(-)	Zupa pomid. z l. ciastem 350g (1,3,9) Placki z kurczaka dusz. z warzywami 80g (1,9) Ziemniaki dusz. 300g (-) Sur. z marchewki 100g (-) Kalafior got. 100g (1) 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 i ananasem 50g (3)	Herbata 250g (-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g(7) Serek „fro-smak” 1szt. (7) Sałatka z ryżu z kurczakiem i 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	Baton twarogowy - 1szt. (7)	Baton twarogowy - 1szt. (7)	Sok pomidorowy b/c - 1szt.(-)
		E: 2350 kcal; B:80,37g;T:86,41g w tym kw.tł.nasy:37,27g; W:304,46g w tym cukry: 62,03g; Bł: 34,69g, sól:4,73 g.	E: 2398 kcal; B:85,90g;T:85,86 g w tym kw.tł.nasy:33,26g; W:307,97 g w tym cukry: 62,87g; Bł: 26,18 g, sól:4,78g	E: 2266 kcal; B:81,17 g;T:77,49 gw tym kw.tł.nasy:32,56g; W:304,69g w tym cukry: 59,08g; Bł: 40,50g, sól:4,93g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
WTOREK 10.03.2026 rok	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) Twarożek z szczypiorkiem 50g (7) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałata 10g (-) Kiwi 1szt. (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Twarożek z szczypiorkiem 50g (7) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałata 10g (-) Kiwi 1szt. (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Twarożek z szczypiorkiem 50g (7) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałata 10g (-) Kiwi 1szt. (-)
	IIŚ			Krakersy 1szt. (1)
	Obiad	Zupa fasolowa 350g (9) Leczo warzywne dusz. 250g (1,9) Makaron 300g (1) Sur. z selera150g (7,9) Kompot 250g(-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Leczo warzywne dusz. 250g (1,9) Makaron 300g (1) Sur. z selera150g (7,9) Kompot 250g(-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Leczo warzywne dusz. 250g (1,9) Makaron 300g (1) Sur. z selera150g (7,9) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka kon. 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Sałatka ziemniaczana 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka kon. 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Sałatka ziemniaczana 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka kon. 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Sałatka ziemniaczana 50g (3,9)
	PN	Kefir - 1szt. (7)	Kefir - 1szt. (7)	Kefir -1szt. (7)
		E: 2683 kcal; B:89,67g;T:88,63g w tym kw.tł.nasy:39,83g; W: 374,32 g w tym cukry: 54,32g; Bł: 47,93 g, sól:6,23g.	E: 2384 kcal; B:69,48g;T:67,62 g w tym kw.tł.nasy:33,16g; W: 362,04 g w tym cukry: 51,18 g; Bł: 30,94 g, sól:4,22g	E: 2391 kcal; B:72,65g;T:75,42g w tym kw.tł.nasy:35,87 g; W: 352,86 g w tym cukry: 37,27g; Bł: 47,96g, sól:4,58g

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