

Jadłospis od dnia 07.09.2026r do dnia 16.09.2026r.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PONIEDZIAŁEK 07.09.2026 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% 15g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Dżem 25g (-) Sałata 10g (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Dżem 25g (-) Sałata 10g (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g(7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Filet z indyka 40g (-) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Ser żółty 50g (7)
	Obiad	Grochówka 350g (9) Sos boloński dusz. 250g(1) Makaron 300g (1) Sur. z warzyw 150g (7,9) Kompot 250g (-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Gulasz wiepr. got. z jarzynami 250g (1,9) Makaron 300g (1) Sur. z warzyw 150g (7,9) Kompot 250g (-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Gulasz wieprz. got. z jarzynami 250g (1,9) Makaron pełnoziarnisty 300g (1) Sur. z warzyw 150g (7,9) Herbata owocowa 250g (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Ryba w zalewie 100g (4) Ser żółty 40g (7) Ogórek kon. 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor 50g (-)
	PN	Jogurt nat. 1szt. (7)	Jogurt nat. 1szt. (7)	Jogurt nat.1szt. (7)
		E: 2241 kcal; B:79,13g;T:78,49g w tym kw.tł.nasy:30,19g; W:289,12 g w tym cukry: 50,20g; Bł: 30,62g, sól:4,82g	E: 2353 kcal; B:81,93 g;T:63,06g w tym kw.tł.nasy:31,19g; W:297,73 g w tym cukry:50,77g; Bł: 25,15 g, sól:4,58g	E: 2340 kcal; B:79,55 g;T:78,04g w tym kw.tł.nasy:30,91g; W:317,72g w tym cukry: 39,02g; Bł: 41,95 g, sól:4,60g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
WTOREK 08.09.2026 rok	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 50g (3,9) Serek „deliser” 17g (7) Papryka 50g (-) Jabłko 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 50g (3,9) Serek „deliser” 17g (7) Pomidor 50g (-) Jabłko 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 50g (3,9) Serek „deliser” 17g (7) Pomidor 50g (-) Jabłko 1szt. (-)
	IIŚ			Krakersy 1szt. (1)
	Obiad	Zupa pomid. z makar. 350g (1,9) Jajko sadzone 1szt. (3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z marchewki 100g (-) Mizeria 100g (7) Kompot 250g (-)	Zupa pomid. z makar. 350g (1,9) Jajko got. 1szt. (3) Sos koperkowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z marchewki 100g (-) Fasolka szp. got.100g (1) Kompot 250g (-)	Zupa pomid. z makar. 350g (1,9) Jajko got. 1szt. (3) Sos koperkowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z marchewki 100g (-) Fasolka szp. got.100g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Parówka ex. 1szt. (-) z musztar. 30g (10) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Parówka ex. 1szt. (-) z keczupem 30g (-) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Parówka ex. 1szt. (-) z musztar. 30g (10) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)
	PN	Baton owocowy b/c 1szt. (-)	Baton owocowy b/c 1szt. (-)	Baton owocowy b/c 1szt. (-)
		E: 2295 kcal; B:70,68g;T:97,01g w tym kw.tł.nasy:28,85 g; W: 300,90g w tym cukry: 59,77 g; Bł: 37,12 g, sól:4,97 g	E: 2289 kcal; B:86,13 g;T:94,43 g w tym kw.tł.nasy:27,41g; W: 311,96g w tym cukry: 58,99 g; Bł: 31,50g, sól:4,80g	E: 2365 kcal; B:94,21g;T:96,42 g w tym kw.tł.nasy:27,42g; W: 275,69 g w tym cukry: 50,98g; Bł: 46,62g, sól:4,20g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
ŚRODA 09.09.2026 rok	Śniadanie	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Kieł. łopatkowa 40g (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Kieł. łopatkowa 40g (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Kieł. łopatkowa 40g (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sałata lodowa 10g (-)
	IIŚ			Jogurt nat. 1szt. (7)
	Obiad	Zupa wiedeńska 350g (1,9) Kurczak pieczony 100g (-) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sał. z buraczków 150g (-) Kompot 250g	Zupa wiedeńska 350g (1,9) Kurczak got. 100g (-) Sos potrawkowy 150g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sał. z buraczków 150g (-) Kompot 250g	Zupa wiedeńska 350g (1,9) Kurczak got. 100g (-) Sos potrawkowy 150g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Brokuł got.150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „fro – smak” 1szt. (7) Sał. z makaronu i kalafiora 50g (1,3)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „fro – smak” 1szt. (7) Sał. z makaronu i kalafiora 50g (1,3)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 15g (7) Serek „fro – smak” 1szt. (7) Sał. z makaronu pełnoziarnistego i kalafiora 50g (1,3)
	PN	Ciastko b/c - 1szt.(1)	Ciastko b/c - 1szt.(1)	Ciastko b/c - 1szt.(1)
		E: 2331 kcal; B:87,45g;T:86,85g w tym kw.tł.nasy:31,64g; W:318,41g w tym cukry: 42,96g; Bł: 41,72g, sól:4,25 g.	E: 2209 kcal; B:77,49g;T:82,49 g w tym kw.tł.nasy:28,79g; W:288,63 g w tym cukry: 55,15g; Bł: 24,54 g, sól:4,27g.	E: 2207 kcal; B:85,18 g;T:95,48 gw tym kw.tł.nasy:30,16g; W:267,28g w tym cukry: 35,18g; Bł: 46,37g, sól:4,30g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
CZWARTEK 10.09.2026 rok	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Paszтет drobiowy 60g (1) Powidła 30g (-) Pomidor 50g (-) Brzoskwinia 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Paszтет drobiowy 60g (1) Powidła 30g (-) Pomidor 50g (-) Brzoskwinia 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Paszтет drobiowy 60g (1) Szynka got. 40g (-) Pomidor 50g (-) Brzoskwinia 1szt. (-)
	IIŚ			Kefir 1szt. (7)
	Obiad	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Gołąbki w kapuście dusz.80g (3) Sos pomidorowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Gołąbki w kapuście dusz.80g (3) Sos pomidorowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Gołąbki w kapuście dusz.80g (3) Sos pomidorowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Kieł. biała cienka 1szt. (-) Pasta z soczewicy i warzyw 50g (9) Sał. wegetariańska 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Kieł. biała cienka 1szt. (-) Pasta z soczewicy i warzyw 50g (9) Sał. wegetariańska 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Kieł. biała cienka 1szt. (-) Pasta z soczewicy i warzyw 50g (9) Sał. wegetariańska 50g (-)
	PN	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)
		E: 2287 kcal; B:76,575 g;T:87,79g w tym kw.tł.nasy:28,98 g; W: 277,51 g w tym cukry: 52,56 g; Bł: 31,33 g, sól:4,39g.	E: 2222 kcal; B:81,73 g;T:87,14 g w tym kw.tł.nasy:30,94g; W: 277,5 g w tym cukry: 48,05g; Bł: 21,22 g, sól:4,52g.	E: 2277 kcal; B:78,79g;T:84,36 g w tym kw.tł.nasy:30,81g; W: 287,37g w tym cukry: 35,64 g; Bł: 38,74 g, sól:4,82g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PIĄTEK 11. 09.08.2026r	Śniadanie	Zupa ml. budyniowa 300 (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g(7) Ser topiony 50g (7) Jajko got. 1szt. (3) Papryka 50g (-)	Zupa ml. budyniowa 300 (7) Zupa ml. z ml. 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Ser topiony 50g (7) Jajko got. 1szt. (3) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. budyniowa 300 (7) Zupa ml. z ml. 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Ser topiony 50g (7) Jajko got. 1szt. (3) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)
	Obiad	Barszcz ukraiński 350g (1,9) Sos brokułowo -śmietanowy 250g (1,7) Kasza j. 300g (1) Sur. z kiszonej kap. 150g (-) Kompot 250g (-)	Barszcz z jarzynami 350g (1,9) Sos brokułowo -śmietanowy 250g (1,7) Kasza j. 300g (1) Cukinia dusz. 150g (1) Kompot 250g (-)	Barszcz z jarzynami 350g (1,9) Sos brokułowo -śmietanowy 250g (1,7) Kasza j. 300g (1) Cukinia dusz. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Paprykarz 100g (4) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor z koperkiem , pestkami dyni i słonecznika 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Galaretką z ryby 150g (3,4) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor z koperkiem , pestkami dyni i słonecznika 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Galaretką z ryby 150g (3,4) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor z koperkiem , pestkami dyni i słonecznika 50g (-)
	PN	Baton twarogowy - 1szt. (7)	Baton twarogowy - 1szt (7)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2341 kcal; B:83,31g;T:92,42g w tym kw.tł.nasy:29,27g; W: 285,00 g w tym cukry: 42,09g; Bł: 28,81 g, sól:5,29g	E: 2383 kcal; B:88,64g;T:92,72 g w tym kw.tł.nasy:28,24g; W: 287,84 g w tym cukry: 39,02 g; Bł: 19,90 g, sól:4,85g.	E: 2300 kcal; B:83,37g;T:93,79g w tym kw.tł.nasy:30,54 g; W: 278,01 g w tym cukry: 26,16g; Bł: 44,16g, sól:4,88g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
SOBOTA 12.09.2026 rok	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Kieł. szynkowa drobiowa 40g (-) Twarożek z szczypiorkiem 50g (7) Sałata 10g (-) Gruszka 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Kieł. szynkowa drobiowa 40g (-) Twarożek z szczypiorkiem 50g (7) Sałata 10g (-) Gruszka 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Kieł. szynkowa drobiowa 40g (-) Twarożek z szczypiorkiem 50g (7) Sałata 10g (-) Gruszka 1szt. (-)
	IIŚ			Pieczywo chrupkie (1)
	Obiad	Zupa kalafiorowa 350g (1,9) Kiełbasa smażona z cebulką 1szt. (-) Ziemniaki 300g (-) Sałatka z ogórka kisz. 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa kalafiorowa 350g (1,9) Mięso wieprz. got. 80g (-) Sos jarzynowy 150g (1,9) Sur. z marchewki i selera 150g (9) Kompot 250g (-)	Zupa kalafiorowa 350g (1,9) Mięso wieprz. got. 80g (-) Sos jarzynowy 150g (1,9) Sur. z marchewki i selera 150g (9) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g (1) Masło 82% 15g (7) Pasztetowa drobiowa 40g (-) Pasta warzywna 50g (9) Sał. z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g (1) Masło 82% 15g (7) Pasztetowa drobiowa 40g (-) Pasta warzywna 50g (9) Sał. z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g (1) Masło 82% 15g (7) Pasztetowa drobiowa 40g (-) Pasta warzywna 50g (9) Sał. z brokuła 50g (3,9)
	PN	Kefir owocowy - 1szt. (7)	Kefir owocowy – 1szt. (7)	Kefir – 1szt. (7)
		E: 2234 kcal; B:95,64 g;T:76,63 g w tym kw.tł.nasy:30,91g; W:283,86g w tym cukry: 45,02g; Bł: 32,21 g, sól:4,80g	E: 2281 kcal; B:93,61g;T:73,73 g w tym kw.tł.nasy:32,10g; W:289,78 g w tym cukry: 42,54g; Bł: 23,69g, sól:4,92g	E: 2237 kcal; B:93,74 g;T:86,55 gw tym kw.tł.nasy:30,35g; W:256,88g w tym cukry: 28,91g; Bł: 39,31 g, sól:4,83 g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
NIEDZIELA 13.09.2026rok	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Parówka cienka drobiowa 1szt. (-) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor 50g (-) Sałata 10g (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Parówka cienka drobiowa 1szt. (-) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor 50g (-) Sałata 10g (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g(7) Parówka cienka drobiowa 1szt. (-) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor 50g (-) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Pieczywo chrupkie (1)
	Obiad	Rosół z makaronem 350g (1,9) Udko z kurczaka got. 1szt. (-) Sos potrawkowy 150g (1,3) Ryż 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Udko z kurczaka got. 1szt. (-) Sos potrawkowy 150g (1,3) Ryż 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Udko z kurczaka got. 1szt. (-) Sos potrawkowy 150g (1,3) Ryż pełnoziarnisty 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Kiełbasa krakowska 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sał. ziemniaczana 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Kiełbasa krakowska 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sał. ziemniaczana 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Kiełbasa krakowska 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sał. ziemniaczana 50g (3,9)
	PN	Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)
		E: 2395 kcal; B:96,21g;T:90,76g w tym kw.łł.nasy:32,05g; W: 317,45 g w tym cukry: 59,20 g; Bł: 35,03, sól:5,24g.	E: 2343 kcal; B:101,74g; T:90,21g w tym kw.łł.nasy:55,04g; W: 320,96g w tym cukry: 57,04g; Bł: 26,52g, sól: 6,29 g	E: 2390 kcal; B:100,25 g;T:91,33g w tym kw.łł.nasy:29,41 g; W: 277,96g w tym cukry: 50,83 g; Bł: 40,32 g, sól:5,00g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PONIEDZIAŁEK 14.09.2026 rok	Śniadanie	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Miód 25g (-) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Miód 25g (-) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Pasta warzywna 1szt. (6,9,10) Sałata lodowa 10g (-)
	IIŚ			Wędlina 50g (-)
	Obiad	Szpinakowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Pieczeń rzymska dusz. 80g (1,3) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (1) Kapusta biała got. 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa szpinakowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Pulpet wieprz. got. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Kalafior got.150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa szpinakowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Pulpet wieprz. got. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Kalafior got.150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Pasta z ryby wędzonej i jajka 50g (3,4) Serek „gouda” 17g (7) Sałatka grecka 50g (7)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Pasta z tuńczyka i jajka 50g (3,4) Serek „gouda” 17g (7) Sałatka grecka 50g (7)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Pasta z tuńczyka i jajka 50g (3,4) Serek „gouda” 17g (7) Sałatka grecka 50g (7)
	PN	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)
		E: 2410 kcal; B:84,66 g;T:89,06g w tym kw.tł.nasy:32,48 g; W:343,37 g w tym cukry: 60,87g; Bł: 30,78 g, sól:5,96g	E: 2481 kcal; B:101,15g;T:91,51g w tym kw.tł.nasy:32,43 g; W:342,95g w tym cukry: 59,04 g; Bł: 23,11g, sól:4,85g.	E: 2468 kcal; B:98,77g;T:96,49g w tym kw.tł.nasy: 32,15g; W:372,94 g w tym cukry: 42,29g; Bł: 39,91 g, sól:4,77g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
WTOREK 15.09.2026 rok	Śniadanie	Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g (1) Masło 82% 15g (7) Szynka kon. 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Ogórek ziel. 50g (-) śliwki 2 szt. (-)	Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Szynka kon. 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Pomidor 50g (-) śliwki 2szt. (-)	Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Szynka kon. 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Pomidor 50g (-) śliwki 2szt. (-)
	IIŚ			Baton owocowy b/c 1szt. (-)
	Obiad	Zupa krupnik 350g (1,9) Placki z ryby dusz. z warzywami 80g (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Warzywa dusz. 150g (9) Kompot 250g (-)	Zupa krupnik 350g (1,9) Placki z ryby dusz. z warzywami 80g (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Warzywa dusz. 150g (9) Kompot 250g (-)	Zupa krupnik 350g (1,9) Placki z ryby dusz. z warzywami 80g (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Warzywa dusz. 150g (9) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Serek fro- smak” 1szt. (7) Sał. z ryżu z kurczakiem i ananasem 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Serek fro- smak” 1szt. (7) Sał. z ryżu z kurczakiem i ananasem 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Serek fro- smak” 1szt. (7) Sał. z ryżu pełnoziarnistego z kurczakiem 50g (3)
	PN	Jogurt nat. – 1szt. (7)	Jogurt nat. – 1szt. (7)	Jogurt nat. – 1szt. (7)
		E: 2277 kcal; B:72,79g;T:92,74 g w tym kw.tł.nasy: 32,24g; W:295,18 g w tym cukry: 60,17g; Bł: 35,37g, sól:4,70g.	E: 2208 kcal; B:76,31;T:90,93g w tym kw.tł.nasy:32,49g; W:285,56 g w tym cukry: 58,07g; Bł: 26,99g, sól:4,67g	E: 2272 kcal; B:81,81g;T:91,00g w tym kw.tł.nasy:32,42g; W:283,39g w tym cukry: 35,93g; Bł: 43,25g, sól:4,94 g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
ŚRODA 16.09.2026 rok	Śniadanie	Zupa ml. z kaszka p 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Kiełbasa śląska cienka 1szt.(-) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Parówka cienka 1szt.(-) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Kiełbasa śląska cienka 1szt.(-) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałata lodowa 10g (-)
	IIŚ			Krakersy - 1szt. (1)
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350g (9) Leczo warzywne 300g (1,9) Makaron 300g (1) Sur. z pekińskiej kap. 150g (3) Kompot 250g(-) Brzoskwinia 1 szt. (-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Leczo warzywne 300g (1,9) Makaron 300g (1) Sur. z pekińskiej kap. 150g (3) Kompot 250g(-) Brzoskwinia 1szt. (-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Leczo warzywne 300g (1,9) Makaron pełnoziarnisty 300g (1) Sur. z pekińskiej kap. 150g (3) Herbata owocowa 250g(-) Brzoskwinia 1szt. (-)
	Kolacja	Herbata 250g (-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Szynka biała 40g (-) Ser topiony 50g (7) Sał. z ciecioriki 50g (3)	Herbata 250g (-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g(7) Szynka biała 40g (-) Ser topiony 50g (7) Sał. z ciecioriki 50g (3)	Herbata 250g (-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g(7) Szynka biała 40g (-) Ser topiony 50g (7) Sał. z ciecioriki 50g (3)
	PN	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2201 kcal; B:89,28g;T:83,12g w tym kw.tł.nasy:30,55g; W:340,32g w tym cukry: 55,58g; Bł: 34,03g, sól:4,89g	E: 2324 kcal; B:89,62g;T:80,99g w tym kw.tł.nasy:31,02g; W:343,00g w tym cukry: 53,29g; Bł: 25,43g, sól:4,70g.	E: 2141 kcal; B:79,56g;T:78,71g w tym kw.tł.nasy:31,86g; W:289,01g w tym cukry: 45,77 g; Bł: 42,77g, sól:4,86g.

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)

Sezam (11)

Opracował:
Izabela Cegiela – Kier.działu żywienia