

Jadłospis od dnia 09.07.2026r do dnia 18.07.2026r.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
CZWARTEK 09.07.2026 rok	Śniadanie	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka drobiowa 1szt. (-) Ser żółty 40g (7) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka drobiowa 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Parówka drobiowa 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Krakersy - 1szt. (1)
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350g (9) Sos boloński dusz. 250g (1) Makaron 300g (1) Sał. z buraczków 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Sos mięsno - warzywny dusz. 250g (1,9) Makaron 300g (1) Sał. z buraczków 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Sos mięsno - warzywny dusz. 250g (1,9) Makaron pełnoziarnisty 300g (1) Sał. 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) 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	Deser mleczny kaszka z owocem - 1szt. (7)	Deser mleczny kaszka z owocem - 1szt. (7)	Jogurt nat. - 1szt. (7)
		E: 2249 kcal; B:73,43g;T:72,49g w tym kw.tł.nasy:26,11g; W:315,90g w tym cukry: 36,61g; Bł: 38,56g, sól:4,70g	E: 2237 kcal; B:77,49g;T:68,46gw tym kw.tł.nasy:26,06g; W:313,91g w tym cukry: 35,56g; Bł: 29,17g, sól:5472g	E: 2384 kcal; B:76,58g;T:83,92gw tym kw.tł.nasy:29,12g; W:319,40g w tym cukry: 27,70g; Bł: 46,85g, sól:4,86g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PIĄTEK 10.07.2026 rok	Śniadanie	Zupa ml. budyniowa 250g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Dżem 25g (-) Sałata 10g (-) Banan 1szt. (-)	Zupa ml. budyniowa 250g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Dżem 25g (-) Sałata 10g (-) Banan 1szt. (-)	Zupa ml. budyniowa 250g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Sałata 10g (-) Pomarańcza 1szt. (-)
	IIŚ			Pieczywo chrupkie (1)
	Obiad	Grochówka 300g (9) Twarożek z szczypiorkiem i rzodkiewką 100g (7) Ziemniaki 300g (-) Kompot 250g(-) Ciastko – muszelka 1szt. (1,7)	Zupa pomid. z ryżem 300g (1,9) Twarożek z szczypiorkiem i rzodkiewką 100g (7) Ziemniaki 300g (-) Kompot 250g(-) Ciastko – muszelka 1szt. (1,7)	Zupa pomid. z ryżem 300g (1,9) Twarożek z szczypiorkiem i rzodkiewką 100g (7) Ziemniaki 300g (-) Herbata owocowa 250g(-) Kisiel b/c 150g (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Byczki w pomidorach 100g (4) Serek „hochland” 22g (7) Ogórek ziel. 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Galaretka warzywna 150g (3,9) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Galaretka warzywna 150g (3,9) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor 50g (-)
	PN	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2327 kcal; B:84,00g;T:79,33g w tym kw.tł.nasy:38,48,g; W:311,53g w tym cukry: 62,80g; Bł: 35,70g, sól:4,04g	E: 2367kcal; B:88,57g;T:69,89gw tym kw.tł.nasy:35,11g; W:327,11g w tym cukry: 75,04g; Bł: 28,56g, sól:4,60g	E: 2305 kcal; B:77,86g;T:72,50gw tym kw.tł.nasy:35,64g; W:264,45g w tym cukry: 60,05g; Bł: 36,56g, sól:4,00g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
SOBOTA 11.07.2026 rok	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. krakowska 40g (-) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Sałata lodowa 10g (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. krakowska 40g (-) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Sałata lodowa 10g (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. krakowska 40g (-) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Sałata lodowa 10g (-)
	IIŚ			Mus owocowy b/c - 1szt. (-)
	Obiad	Rosół z makaronem 350g (1,9) Gulasz drobiowy got. z jarzynami 250g (1,9) Ryż 300g (-) Marchewka z groszkiem got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Gulasz drobiowy got. z jarzynami 250g (1,9) Ryż 300g (-) Marchewka z groszkiem got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Gulasz drobiowy got. z jarzynami 250g (1,9) Ryż pełnoziarnisty 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) Parówka ex. 1szt. (-) z keczupem 30g (-) Sałatka ziemniaczana 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka ex. 1szt. (-) z keczupem 30g (-) Sałatka ziemniaczana 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka ex.1szt. (-) z musztardą 30g (10) Sałatka ziemniaczana 50g (3,9)
	PN	Kefir owocowy - 1szt. (7)	Kefir owocowy - 1szt. (7)	Kefir -1szt. (7)
		E: 2491kcal; B:85,48g;T:70,81g w tym kw.tł.nasy:35,78g; W: 326,54g w tym cukry: 46,06g; Bł: 30,62g, sól:4,00g.	E: 2475kcal; B:85,84g;T:68,88g w tym kw.tł.nasy:30,46g; W: 339,83g w tym cukry: 44,61g; Bł: 24,21g, sól:4,20g	E: 2350kcal; B:94,63g;T:79,44g w tym kw.tł.nasy:32,65g; W: 280,87g w tym cukry: 35,08g; Bł: 39,38g, sól:4,20g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
NIEDZIELA 12.07.2026r.	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Twarożek z koperkiem 50g (7) Jajko got. 1szt. (3) Papryka 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Twarożek z koperkiem 50g (7) Jajko got. 1szt. (3) Pomidor 50g (-)	Kakao 50g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Twarożek z koperkiem 50g (7) Jajko got. 1szt. (3) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Ciastko b/c - 1szt. (1)
	Obiad	Botwinka 350g (1,7,9) Kotlet schabowy smażony z pieczarkami 80g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z marchewki i ananasa 150g (-) Kompot 250g (-)	Botwinka 350g (1,7,9) Bitka schabowa dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z marchewki i ananasa 150g (-) Kompot 250g(-)	Botwinka 350g (1,7,9) Bitka schabowa dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z marchewki 150g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka kon. 40g (-) Ser topiony 50g (7) Sał. z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka kon. 40g (-) Ser topiony 50g (7) Sał. z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka kon. 40g (-) Ser topiony 50g (7) Sał. z brokuła 50g (3,9)
	PN	Sok pomidorowy b/c - 1 szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1 szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1 szt. (-)
		E: 2515 kcal; B:95,75g;T:90,88g w tym kw.tł.nasy:40,83g; W: 310,78g w tym cukry: 55,79 g; Bł: 30,45g, sól:4,10g.	E: 2413kcal; B:97,49g;T:86,86g w tym kw.tł.nasy:38,80g; W: 294,90g w tym cukry: 50,29g; Bł: 20,10g, sól:4,09g	E: 2412 kcal; B:98,81g;T:82,27g w tym kw.tł.nasy:38,92g; W: 267,80g w tym cukry: 38,18g; Bł: 38,52g, sól:4,84g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PONIEDZIAŁEK 13.07.2026r	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 biała cienka 1szt. (-) Metka łososiowa 40g (-) 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 biała cienka 1szt. (-) Filet z indyka 40g (-) 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 biała cienka 1szt. (-) Filet z indyka 40g (-) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Kefir 1szt. – 1szt. (7)
	Obiad	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Filet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Sur. z białej kap. 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Filet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Sur. z białej kap. 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Filet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Sur. z białej kap. 150g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z szczypiorkiem 50g (3) Serek „deliser” 17g (7) Mix sałat z pestkami dyni, słonecznika, orzechami 50g (8)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z szczypiorkiem 50g (3) Serek „deliser” 17g (7) Mix sałat z pestkami dyni, słonecznika, orzechami 50g (8)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z szczypiorkiem 50g (3) Serek „deliser” 17g (7) Mix sałat z pestkami dyni, słonecznika, orzechami 50g (8)
	PN	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)
		E: 2529 kcal; B:80,00g;T:88,00g w tym kw.tł.nasy:34,55g; W: 326,94g w tym cukry: 64,51g; Bł: 35,83g, sól:4,52g.	E: 2577kcal; B:84,53g;T:89,31g w tym kw.tł.nasy:33,54g; W: 320,45g w tym cukry: 62,35g; Bł: 27,32g, sól:4,57g.	E: 2471kcal; B:87,44g;T:89,43g w tym kw.tł.nasy:34,65g; W: 295,25g w tym cukry: 47,94g; Bł: 42,44g, sól:5,47g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
WTOREK 14.07.2026rok	Śniadanie	Zupa ml. z makaronem 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Miód – 1szt. (-) Sałata 10g (-)	Zupa ml. z makaronem 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Miód – 1szt. (-) Sałata 10g (-)	Zupa ml. z makaronem 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Szynka got. 40g (-) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)
	Obiad	Zupa kalafiorowa 350g (1,9) Pieczeń rzymska dusz. 80g (1,3) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Kompot 250g (-) Brzoskwinia - 1szt. (-)	Zupa kalafiorowa 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos z ziel. pietruszką 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Kompot 250g (-) Brzoskwinia - 1szt. (-)	Zupa kalafiorowa 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos z ziel. pietruszką 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-) Brzoskwinia - 1szt. (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Salceson biały 40g (-) Pasta z fasoli i ogórka kon. 50g (10) Pomidor z koperkiem 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Pasta warzywna 1szt. (6,9,10) Pomidor z koperkiem 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Pasta warzywna 1szt. (6,9,10) Pomidor z koperkiem 50g (-)
	PN	Baton twarogowy - 1szt. (7)	Baton twarogowy - 1szt. (7)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2460kcal; B:86,52g;T:73,62g w tym kw.tł.nasy:31,10g; W:298,77g w tym cukry: 44,27g; Bł: 31,21g, sól:4,20g.	E: 2202kcal; B:91,85g;T:7292g w tym kw.tł.nasy:31,07g; W:291,03g w tym cukry: 41,21g; Bł: 22,30g, sól:4,26g.	E: 2224 kcal; B:87,08g;T:74,06g w tym kw.tł.nasy:31,15g; W:278,06g w tym cukry: 22,81g; Bł: 42,74g, sól:5,66g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
ŚRODA 15.07.2026r.	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) Paszтет drobiowy 60g (1) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Paszтет drobiowy 60g (1) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Paszтет drobiowy 60g (1) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-)
	IIŚ			Wędlina - 50g (-)
	Obiad	Zupa gyros 350g (1,9,10) Sos szpinakowo - serowy 250g (1,7) Kasza j. 300g (1) Sał. z ogórka małosolnego 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Sos szpinakowo - serowy 250g (1,7) Kasza j. 300g (1) Kalarepa dusz. z marchewką 150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Sos szpinakowo - serowy 250g (1,7) Kasza j. 300g (1) Sał. z ogórka małosolnego 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. z makaronu z brokułem , papryką i kieł. cienką 50g (1,3)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro – smak” 1szt. (7) Sał. z makaronu z brokułem , papryką i kieł. cienką 50g (1,3)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro – smak” 1szt. (7) Sał. z makaronu z brokułem , papryką i kieł. cienką 50g (1,3)
	PN	Jogurt nat. – 1szt. (7)	Jogurt nat. – 1szt. (7)	Jogurt nat. – 1szt. (7)
		E: 2391kcal; B:94,65g;T:83,00g w tym kw.tł.nasy:31,75g; W: 321,16g w tym cukry: 60,09g; Bł: 40,72g, sól:4,72g.	E: 2229kcal; B:106,88g;T:67,07g w tym kw.tł.nasy:35,15g; W: 280,17g w tym cukry: 68,80g; Bł: 39,53g, sól:3,93g	E: 2228kcal; B:108,69g;T:84,01g w tym kw.tł.nasy:35,03g; W: 268,0g w tym cukry: 40,11g; Bł: 41,53g, sól:3,89g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
CZWARTEK 16.07.2026rok	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) Wędlina drobiowa 40g (-) Twarożek 50g (7) Papryka 50g (-)	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Wędlina drobiowa 40g (-) Twarożek 50g (7) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Wędlina drobiowa 40g (-) Twarożek 50g (7) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Krakersy - 1 szt. (1)
	Obiad	Zupa z ziel. warzyw z makaronem 350g (1,7) Gołąbki w kapuście dusz. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1,7) Ziemniaki 300g (-) Mizeria 150g (7) Kompot 250g (-)	Zupa z ziel. warzyw z makaronem 350g (1,7) Gołąbki w kapuście dusz. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1,7) Ziemniaki 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa z ziel. warzyw z makaronem 350g (1,7) Gołąbki w kapuście dusz. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1,7) Ziemniaki 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. śląska drobiowa 2szt. (-) Serek „gouda” 17g (7) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. śląska drobiowa 2szt. (-) Serek „gouda” 17g (7) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. śląska drobiowa 2szt. (-) Serek „gouda” 17g (7) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)
	PN	Ciastko b/c – 1szt. (1)	Ciastko b/c – 1szt. (1)	Ciastko b/c – 1szt. (1)
		E: 2392kcal; B:79,10g;T:87,49g w tym kw.tł.nasy:40,29g; W:298,75g w tym cukry: 48,72g; Bł: 30,48g, sól:6,04g	E: 2524kcal; B:89,24g;T:78,01g w tym kw.tł.nasy:45,66g; W:336,56g w tym cukry: 60,97g; Bł: 37,80g, sól:5,05g.	E: 2739 kcal; B:94,74g;T:89,91g w tym kw.tł.nasy:49,44g; W:366,65g w tym cukry: 54,37g; Bł: 54,15g, sól:4,99g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PIĄTEK 17.07.2026r.	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% 20g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Powidła 30g (-) Sałata 10g (-)	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Powidła 30g (-) Sałata 10g (-)	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (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 10g (-)
	IIŚ			Baton owocowy b/c- 1 szt. (-)
	Obiad	Zupa owocowa z mak. 300g (1) Kotlet z jajka dusz. 80g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Bukiet z warzyw got.150g (1)	Zupa owocowa z mak. 300g (1) Kotlet z jajka dusz. 80g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1)	Zupa koperkowa z makaronem 300g (1,9) Kotlet z jajka dusz. 80g (1,3) Ziemniaki 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) Paprykarz 100g (4) Serek „hochland” 22g (7) Ogórek małosolny 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Galaretka z ryby 150g (3,4,9) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Galaretka z ryby 150g (3,4,9) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor 50g (-)
	PN	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2466kcal; B:78,34g;T:101,84g w tym kw.tł.nasy:35,06g; W: 331,83g w tym cukry: 70,20g; Bł: 36,99g, sól:4,64g.	E: 2349 kcal; B:78,48g;T:75,12g w tym kw.tł.nasy:36,24g; W: 307,74g w tym cukry: 57,67g; Bł: 27,32g, sól:3,59g	E: 2294 kcal; B:82,19g;T:71,34g w tym kw.tł.nasy:37,35g; W: 280,11g w tym cukry: 50,46g; Bł: 43,96g, sól:3,76g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
SOBOTA 18.07.2026 rok	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Jajko got. 1szt. (3) Ogórek ziel 50g (-) Brzoskwinia 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Jajko got. 1szt. (3) Pomidor 50g (-) Brzoskwinia 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Jajko got. 1szt. (3) Pomidor 50g (-) Brzoskwinia 1szt. (-)
	IIŚ			Ser żółty 50g (7)
	Obiad	Zupa meksykańska 350g (1,9) Bigos z białej i kisz. kap. dusz. 250g (-) Ziemniaki 300g (-) Kompot 250g (-) Kisiel z ml. waniliowym 150g (1)	Zupa brokułowa z ziemniakami 350g (1,9) Bigos z cukinii dusz. 250g (1) Ziemniaki 300g (-) Kompot 250g (-) Kisiel z ml. waniliowym 150g (1)	Zupa brokułowa z ziemniakami 350g (1,9) Bigos z cukinii dusz. 250g (1) Ziemniaki 300g (-) Herbata owocowa 250g(-) Kisiel b/c 150g (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka got. 40g (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sał. z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka got. 40g (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sał. z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka got. 40g (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sał. z kalafiora 50g (3,9)
	PN	Jogurt owocowy - 1szt. (7)	Jogurt owocowy - 1szt. (7)	Jogurt nat. – 1szt. (7)
		E: 2200 kcal; B:92,15g;T:71,76g w tym kw.tł.nasy:28,95g; W:328,41g w tym cukry: 48,31g; Bł: 34,48g, sól:3,80g.	E: 2390 kcal; B:98,14g;T:75,54g w tym kw.tł.nasy:30,46g; W:331,86g w tym cukry: 45,15g; Bł: 25,97g, sól:3,85g	E: 2336kcal; B:97,51g;T:76,44g w tym kw.tł.nasy:30,32g; W:298,88g w tym cukry: 31,24g; Bł: 41,59g, sól:3,85g

OZNACZENIA ALERGENÓW POKARMOWYCH

Gluten (1)

Jaja i produkty pochodne (3)

Ryby i produkty pochodne (4)

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

Alicja Kędzierska – Starszy dietetyk