

Jadłospis od dnia 17.09.2026r do dnia 26.09.2026r.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
CZWARTEK 17.09.2026 rok	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g(7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Dżem 25 g (-) Sałata 10g (-) Pomidor 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 15g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Dżem 25 g (-) Sałata 10g (-) Pomidor 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Szynka got. 40g (-) Sałata 10g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)
	Obiad	Zupa brokułowa 350g (1,9) Filet z kurczaka dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Marchewka mini got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa brokułowa 350g (1,9) Filet z kurczaka dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Marchewka mini got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa brokułowa 350g (1,9) Filet z kurczaka dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z cukini i marchewki 150g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Kieł. biała cienka 1szt. (-) Pasta z fasoli i ogórka kon. 50g (10) Sał. z selera 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Kieł. biała cienka 1szt. (-) Galaretką warzywna 150g (3) Sał. z selera 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Kieł. biała cienka 1szt. (-) Galaretką warzywna 150g (3) Sał. z selera 50g (3,9)
	PN	Baton owocowy b/c 1szt. (-)	Baton owocowy b/c 1szt. (-)	Baton owocowy b/c 1szt. (-)
		E: 2052 kcal; B:78,87g;T:61,23g w tym kw.tł.nasy:25,00g; W:286,18g w tym cukry: 40,90g; Bł: 40,14 g, sól:3,52g	E: 2107 kcal; B:88,26g;T:66,61g w tym kw.tł.nasy:25,27g; W:284,28g w tym cukry: 40,06 g; Bł: 30,94g, sól:3,71g.	E: 2069 kcal; B:90,17g;T:67,50g w tym kw.tł.nasy: 28,00g; W:265,50 g w tym cukry: 18,09g; Bł: 41,61 g, sól:4,41g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PIĄTEK 18.09.2026 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% 15 g(7) Jajko got. 1szt. (3) Serek „hochland” 22g (4) Sałata 10g (-) Banan 1szt. (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15 g(7) Jajko got. 1szt. (3) Serek „hochland” 22g (4) Sałata 10g (-) Banan 1szt. (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15 g (7) Jajko got. 1szt. (3) Serek „hochland” 22g (4) Sałata 10g (-) Kiwi 1szt. (-)
	IIŚ			Mus owocowy b/c 1szt. (-)
	Obiad	Grochówka 350g (9) Twarożek z koperkiem 100g (7) Ziemniaki 300g (-) Kompot 250g(-) Ciastko – „muszelka” – 1szt. (1,3)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Twarożek z koperkiem 100g (7) Ziemniaki 300g (-) Kompot 250g(-) Ciastko – „muszelka” – 1szt. (1,3)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Twarożek z koperkiem 100g (7) Ziemniaki 300g (-) Herbata owocowa 250g(-) Kisiel b/c 150g (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Pasta z tuńczyka , jajka i warzyw 50g (3,4,9) Serek „deliser” 17g (7) Mix sałat z pestkami dyni, słonecznika i orzechów 50g (8)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Pasta z tuńczyka , jajka i warzyw 50g (3,4,9) Serek „deliser” 17g (7) Mix sałat z pestkami dyni, słonecznika i orzechów 50g (8)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Pasta z tuńczyka , jajka i warzyw 50g (3,4,9) Serek „deliser” 17g (7) Mix sałat z pestkami dyni, słonecznika i orzechów 50g (8)
	PN	Kefir - 1szt. (7)	Kefir – 1szt. (7)	Kefir - 1szt. (7)
		E: 2681 kcal; B:87,21g;T:70,42 g w tym kw.tł.nasy:30,16g; W:415,72 g w tym cukry: 78,07g; Bł: 38,69 g, sól:4,18 g	E: 2546 kcal; B:79,47 g;T:78,31 gw tym kw.tł.nasy:30,18 g; W:382,17g w tym cukry: 70,76 g; Bł: 22,41 g, sól:4,97g	E: 1979 kcal; B:69,02 g;T:55,65 g w tym kw.tł.nasy: 25,56 g; W:289,22 g w tym cukry: 48,97g; Bł: 41,79 g, sól:4,93g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
SOBOTA 19.09.2026 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 (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Pomidor 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Kieł. szynkowa drobiowa 40g (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Pomidor 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Kieł. szynkowa drobiowa 40g (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Pieczywo chrupkie (1)
	Obiad	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Gulasz węgierski dusz. 250g (1) Kasza j. 300g (1) Sał. z ogórka kisz. 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Gulasz wieprzowy got. z jarzynami 250g (1,9) Kasza j. 300g (1) Kalafior got.150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Gulasz wieprzowy got. z jarzynami 250g (1,9) Kasza j. 300g (1) Kalafior 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 z rzodkiewką, rukolą, jajkiem i ogórkiem 50g (1,3)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „fro – smak” 1szt. (7) Sał. z makaronu z rzodkiewką, rukolą, jajkiem i ogórkiem 50g (1,3)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „fro – smak” 1szt. (7) Sał. z makaronu pełnoziarnistego z rzodkiewką, rukolą, jajkiem i ogórkiem 50g (1,3)
	PN	Baton twarogowy – 1szt. (7)	Baton twarogowy – 1szt. (7)	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)
		E: 2319 kcal; B:74,45g;T:89,51g w tym kw.tł.nasy: 44,02g; W: 291,39g w tym cukry: 35,09g; Bł: 33,07 g, sól:5,13g.	E: 2229 kcal; B:75,41g;T:81,38g w tym kw.tł.nasy:44,52g, W: 287,26g w tym cukry: 33,63g; Bł: 24,36 g sól:5,19g	E: 2154 kcal; B:74,78,11g;T:77,20g w tym kw.tł.nasy:40,52g; W: 279,32g w tym cukry: 20,22g; Bł: 42,95 g, sól:5,21g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
NIEDZIELA 20.09.2026 rok	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Kieł. śląska cienka drobiowa 2szt. (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Ogórek ziel. 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Kieł. śląska cienka drobiowa 2szt. (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Pomidor 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Kieł. śląska cienka drobiowa 2szt. (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Krakersy 1szt. (1)
	Obiad	Barszcz z makaronem 350g (1,9) Kotlet schabowy smaż. z pieczarkami 80g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z kiszonej kap. 150g (-) Kompot 250g (-)	Barszcz z makaronem 350g (1,9) Bitka schabowa dusz.80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Szpinak dusz. 150g (1,7) Kompot 250g (-)	Barszcz z makaronem 350g (1,9) Bitka schabowa dusz.80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Szpinak dusz. 150g (1,7) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Jajko got. 1szt. (3) Wędlina drobiowa 40g (-) Sał. gyros 50g (3,10)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Jajko got. 1szt. (3) Wędlina drobiowa 40g (-) Sał. gyros 50g (3,10)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Jajko got. 1szt. (3) Wędlina drobiowa 40g (-) Sał. gyros 50g (3,10)
	PN	Ciastko b/c – 1szt. (1)	Ciastko b/c – 1szt. (1)	Ciastko b/c – 1szt. (1)
		E: 2189 kcal; B:86,18 g;T:67,54g w tym kw.tł.nasy:24,04g; W:299,36g w tym cukry: 42,74g; Bł: 33,36g, sól:5,99g.	E: 2114 kcal; B:93,79 g;T:58,27gw tym kw.tł.nasy:22,98g; W:289,51g w tym cukry:42,83 g; Bł: 23,16g, sól:5,88g	E: 2391 kcal; B:92,46 g;T:77,27g w tym kw.tł.nasy:27,76g; W:320,96g w tym cukry: 35,96g; Bł: 40,19g, sól:5,89g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PONIEDZIAŁEK 21.09.2026 rok	Śniadanie	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Pasta z kurczaka z brokułem i pomidorem 50g (3) Serek „gouda” 17g (7) Sałata 10g (-)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Pasta z kurczaka z brokułem i pomidorem 50g (3) Serek „gouda” 17g (7) Sałata 10g (-)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g(7) Pasta z kurczaka z brokułem i pomidorem 50g (3) Serek „gouda” 17g (7) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Kefir 1szt. (7)
	Obiad	Zupa ogórkowa 350g (1,9) Sos z szynką, pieczarkami, groszkiem 250g (1) Ryż 300g (-) Sałatka z buraczków 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Sos z szynką, pieczarkami, groszkiem 250g (1) Ryż 300g (-) Sałatka z buraczków 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Sos z szynką, pieczarkami, groszkiem 250g (1) Ryż pełnoziarnisty 300g (-) Sur. z marchewki 150g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Ser żółty 40g (7) Pasta z cieciorke i warzyw 50g (9) Sał. wegetariańska 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Pasta z cieciorke i warzyw 50g (9) Sał. wegetariańska 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Pasta z cieciorke i warzyw 50g (9) Sał. wegetariańska 50g (-)
	PN	Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)
		E: 2001 kcal; B:63,20g;T:55,32g w tym kw.tł.nasy:29,68 g; W: 298,02g w tym cukry: 41,46g; Bł: 33,02g, sól:5,98g	E: 2046 kcal; B:69,45g;T:50,65g w tym kw.tł.nasy:23,63g; W: 323,92g w tym cukry: 38,77g; Bł: 30,04g, sól:5,58g.	E: 2039 kcal; B:67,94g;T:55,40g w tym kw.tł.nasy:25,80 g; W: 308,23g w tym cukry: 38,06g; Bł: 47,56g, sól:5,85g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
WTOREK 22.09.2026 rok	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Powidła 30g (-) Sałata lodowa 10g (-) Jabłko 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Powidła 30g (-) Sałata lodowa 10g (-) Jabłko 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g(7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Filet z indyka 40g (-) Sałata lodowa 10g (-) Jabłko 1szt. (-)
	IIŚ			Ser żółty 50g (7)
	Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem 350g (1,9) Kotlet z jajka dusz. 80g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z selera i brzoskwini 150g (9) Kompot 250g (-)	Zupa kalafiorowa z makaronem 350g (1,9) Kotlet z jajka dusz. 80g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z selera i brzoskwini 150g (9) Kompot 250g (-)	Zupa kalafiorowa z makaronem 350g (1,9) Kotlet z jajka dusz. 80g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z selera 150g (9) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Parówka drobiowa cienka 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Sał. jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Parówka drobiowa cienka 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Sał. jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Parówka drobiowa cienka 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Sał. jarzynowa 50g (3,9)
	PN	Jogurt nat.- 1szt. (7)	Jogurt nat.- 1szt. (7)	Jogurt nat. – 1szt. (7)
		E: 2259 kcal; B:71,18g;T:83,51 g w tym kw.tł.nasy:37,81g; W:307,30g w tym cukry: 70,10g; Bł: 38,12 g, sól:5,73g	E: 2307 kcal; B:76,71g;T:82,96 g w tym kw.tł.nasy:37,80g; W:310,81 g w tym cukry: 65,94g; Bł: 29,61 g, sól:5,73g	E: 2294 kcal; B:88,08 g;T:95,71 g w tym kw.tł.nasy:45,68g; W:270,72g w tym cukry: 40,26g; Bł: 44,11 g, sól:5,89 g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
ŚRODA 23.09.2026 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) Twarożek 50g (7) Jajko got. 1szt. (3) Papryka 50g (-)	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Twarożek 50g (7) Jajko got. 1szt. (3) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Twarożek 50g (7) Jajko got. 1szt. (3) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Pieczywo chrupkie (1)
	Obiad	Krupnik ryżowy 350g (9) Schab duszony 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Kapusta biała got. 150g (-) Kompot 250g(-)	Krupnik ryżowy 350g (9) Schab duszony 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Marchewka got. 150g (-) Kompot 250g(-)	Krupnik ryżowy 350g (9) Schab duszony 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Kapusta biała got. 150g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g (-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Paszтетowa drobiowa 50g (-) Kieł. krakowska 40g (-) Ogórek kisz. 50g (-)	Herbata 250g (-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g(7) Paszтетowa drobiowa 50g (-) Kieł. krakowska 40g (-) Pomidor 50g (-)	Herbata 250g (-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g(7) Paszтетowa drobiowa 50g (-) Kieł. krakowska 40g (-) Pomidor 50g (-)
	PN	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)
		E: 2189 kcal; B:86,55g;T:63,41 g w tym kw.tł.nasy:27,76g; W:300,54g w tym cukry: 50,13g; Bł: 34,63 g, sól:5,26 g.	E: 2162kcal; B:90,36 g;T:62,67 gw tym kw.tł.nasy:27,72 g; W:293,67g w tym cukry: 33,69 g; Bł: 26,85 g, sól:4,73g	E: 2203 kcal; B:87,78 g;T:64,02 g w tym kw.tł.nasy: 28,85 g; W:306,84 g w tym cukry: 36,06g; Bł: 48,03g, sól:4,83g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
CZWARTEK 24.09.2026 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) Serek „hochland” 22g (7) Sałata 10g Gruszka 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g (1) Masło 82% 15g (7) Paszтет drobiowy 60g (1) Serek „hochland” 22g (7) Sałata 10g Gruszka 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g (1) Masło 82% 15g(7) Paszтет drobiowy 60g (1) Serek „hochland” 22g (7) Sałata 10g Gruszka 1szt. (-)
	IIŚ			Krakersy - 1szt. (1)
	Obiad	Rosół z makaronem 350g (1,9) Kurczak pieczony 100g (-) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Kurczak got. 100g (-) Sos potrawkowy 150g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Kurczak got. 100g (-) Sos potrawkowy 150g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z warzyw 150g (7,9) Herbata owocowa 250g (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Pasta z twarogu i jajka 50g (3,7) Kieł. szynkowa 40g (-) Sał. z ryżu i warzyw 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Pasta z twarogu i jajka 50g (3,7) Kieł. szynkowa 40g (-) Sał. z ryżu i warzyw 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Pasta z twarogu i jajka 50g (3,7) Kieł. szynkowa 40g (-) Sał. z ryżu pełnoziarnistego i warzyw 50g (3,9)
	PN	Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)
		E: 2183 kcal; B:78,09 g;T:66,59g w tym kw.tł.nasy:23,91g; W:316,10g w tym cukry: 40,64g; Bł: 36,94g, sól:6,37g.	E: 2178 kcal; B:69,42 g;T:65,14gw tym kw.tł.nasy:23,872g; W:286,72 g w tym cukry: 38,88 g; Bł: 26,45g, sól:5,97g	E: 2265 kcal; B:68,81 g;T:80,13gw tym kw.tł.nasy:27,43 g; W:306,08 g w tym cukry: 30,61g; Bł: 45,77g, sól:5,63g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PIĄTEK 25.09.2026 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 „wiejski” 1szt. (7) Miód 25g (-) Sał. lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Miód 25g (-) Sał. lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Ser żółty 40g (7) Sał. lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Ciastko b/c – 1szt. (1)
	Obiad	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Filet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Sur. z czerwonej kap. 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Filet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Cukinia dusz. 150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Filet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Cukinia dusz. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g (-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Jajko got. 1szt. (3) Ser żółty 40g (7) Sał. grecka 50g (7)	Herbata 250g (-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g(7) Jajko got. 1szt. (3) Ser topiony 50g (7) Sał. grecka 50g (7)	Herbata 250g (-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g(7) Jajko got. 1szt. (3) Ser topiony 50g (7) Sał. grecka 50g (7)
	PN	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2385 kcal; B:93,30g;T:69,77g w tym kw.tł.nasy:30,80g; W:332,58g w tym cukry: 55,51g; Bł: 36,36g, sól:4,55 g.	E: 2363 kcal; B:94,30g;T:68,818g w tym kw.tł.nasy:32,88g; W:323,85 g w tym cukry: 45,06g; Bł: 24,85 g, sól:4,92g	E: 2482 kcal; B:101,06 g;T:87,14 gw tym kw.tł.nasy:39,41g; W:313,81g w tym cukry: 30,19g; Bł: 42,07g, sól:5,31g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
SOBOTA 26.09.2026 rok	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g (1) Masło 82% 15g (7) Szynka biała 40g (-) Serek „deliser” 17g (7) Sałata 10g (-) Kiwi 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Szynka biała 40g (-) Serek „deliser” 17g (7) Sałata 10g (-) Kiwi 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Szynka biała 40g (-) Serek „deliser” 17g (7) Sałata 10g (-) Kiwi 1szt. (-)
	IIŚ			Biszkopty b/c (1)
	Obiad	Zupa brokułowa z ziemniak. 350g (1,9) Sos boloński dusz. 250g (1) Makaron 300g (1) Sur. z pekińskiej kap. 150g (3) Kompot 250g(-)	Zupa brokułowa z ziemniak. 350g (1,9) Gulasz wieprzowy got. z jarzynami 250g (1,9) Makaron 300g (1) Sur. z pekińskiej kap. 150g (3) Kompot 250g(-)	Zupa brokułowa z ziemniak. 350g (1,9) Gulasz wieprzowy got. z jarzynami 250g (1,9) Makaron pełnoziarnisty 300g (1) Sur. z pekińskiej kap. 150g (3) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „fro- smak” 1szt. (7) Sał. gajowego 50g (1,3)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „fro- smak” 1szt. (7) Sał. gajowego 50g (1,3)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „fro- smak” 1szt. (7) Sał. gajowego 50g (1,3)
	PN	Deser mleczny (ryż z owocem) - 1szt. (7)	Deser mleczny (ryż z owocem) - 1szt. (7)	Jogurt nat. – 1szt. (7)
		E: 2333 kcal; B:68,41g;T:90,88g w tym kw.tł.nasy:46,07g; W: 298,00 g w tym cukry: 38,81g; Bł: 30,24 g, sól:4,73g.	E: 2402 kcal; B:86,60g;T:86,85 g w tym kw.tł.nasy:45,94g; W: 307,31 g w tym cukry: 38,07 g; Bł: 23,84 g, sól:4,73g	E: 2596 kcal; B:90,31g;T:92,07g w tym kw.tł.nasy:47,81 g; W: 342,859 w tym cukry: 33,06g; Bł: 40,86g, sól:4,80g

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 Cegieła – Kier.działu żywienia

Alicja Kędzierska – Starszy dietetyk