

Jadłospis od dnia 19.06.2026r do dnia 28.06.2026r.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PIĄTEK 19.06.2026 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) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Powidła 30g (-) 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) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Powidła 30g (-) 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) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Ser żółty 40g (7) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Krakersy 1szt. (1)
	Obiad	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Kotlet z fasoli smaż. 80g(1,3) Ziemniaki dusz. 300g (-) Sał. z ogórka małosolnego 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Kotlet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki dusz. 300g (-) Kalafior got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Kotlet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki dusz. 300g (-) Kalafior got. 150g (1) Herbata owocowa 250g (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Makrela w oleju 100g (4) Ser żółty 40g (7) Sałatka grecka 50g (7)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Humus 1szt. (11) Galaretka warzywna 150g (3,9) Sałatka grecka 50g (7)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Humus 1szt. (11) Galaretka warzywna 150g (3,9) Sałatka grecka 50g (7)
	PN	Jogurt nat. - 1szt. (7)	Jogurt nat. - 1szt. (7)	Jogurt nat. - 1szt. (7)
		E: 2662 kcal; B:90,91g;T:110,60g w tym kw.tł.nasy:38,03g; W:302,29 g w tym cukry: 58,94g; Bł: 26,62g, sól:5,15g	E: 2451 kcal; B:95,46 g;T:76,54g w tym kw.tł.nasy:32,24g; W:325,55 g w tym cukry:62,01g; Bł: 29,12 g, sól:4,90g	E: 2444 kcal; B:100,66 g;T:95,78g w tym kw.tł.nasy:38,30g; W:268,24g w tym cukry: 40,98g; Bł: 35,30 g, sól:4,14g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
SOBOTA 20.06.2026 rok	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica z piersi kurczaka 40g (-) Serek „deliser” 17g (7) Sałata lodowa 10g (-) Kiwi 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica z piersi kurczaka 40g (-) Serek „deliser” 17g (7) Sałata lodowa 10g (-) Kiwi 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica z piersi kurczaka 40g (-) Serek „deliser” 17g (7) Sałata lodowa 10g (-) Kiwi 1szt. (-)
	IIŚ			Mus owocowy b/c - 1szt. (-)
	Obiad	Krupnik 350g (1,9) Sos boloński 250g (1) Makaron 300g (1) Sur. z pekińskiej kap. 150g (3) Kompot 250g (-)	Krupnik 350g (1,9) Sos mięsno - warzywny 250g (1,9) Makaron 300g (1) Sur. z pekińskiej kap. 150g (3) Kompot 250g (-)	Krupnik 350g (1,9) Sos mięsno - warzywny 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% 20g (7) Kieł. biała cienka 1szt. (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sał. ziemniaczana 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. biała cienka 1szt. (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sał. ziemniaczana 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. biała cienka 1szt. (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sał. ziemniaczana 50g (3,9)
	PN	Ciastko b/c - 1szt. (1)	Ciastko b/c - 1szt. (1)	Ciastko b/c - 1szt. (1)
		E: 2311 kcal; B:84,79g;T:68,87g w tym kw.tł.nasy:28,00 g; W: 330,20g w tym cukry: 35,67 g; Bł: 34,50 g, sól:4,39 g	E: 2400 kcal; B:77,84 g;T:75,15 g w tym kw.tł.nasy:30,50g; W: 340,24g w tym cukry: 35,61 g; Bł: 27,88g, sól:4,20g	E: 2298 kcal; B:75,97g;T:70,85 g w tym kw.tł.nasy:30,47g; W: 316,74 g w tym cukry: 22,20g; Bł: 43,50g, sól:4,20g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
NIEDZIELA 21.06.2026 rok	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Ogórek ziel.50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Pomidor 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Pieczywo chrupkie (1)
	Obiad	Zupa kalafiorowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Kotlet schabowy smaź. z pieczarkami 80g (1,3) Ziemniaki dusz. 300g (-) Sał. z buraczków 150g (-) Kompot 250g	Zupa kalafiorowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Bitka schabowa dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki dusz. 300g (-) Sał. z buraczków 150g (-) Kompot 250g	Zupa kalafiorowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Bitka schabowa dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki dusz. 300g (-) Sał. z buraczków 150g (-) 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) Mix sałat z pestkami dyni, słonecznika, orzechami i papryką 50g (8)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g(7) Szynka kon.40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Mix sałat z pestkami dyni, słonecznika, orzechami i papryką 50g (8)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 20g (7) Szynka kon.40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Mix sałat z pestkami dyni, słonecznika, orzechami i papryką 50g (8)
	PN	Sok pomidorowy b/c - 1szt.(-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt.(-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt.(-)
		E: 2232 kcal; B:74,23g;T:86,03g w tym kw.tł.nasy:31,82g; W:276,87g w tym cukry: 35,66g; Bł: 32,96g, sól:5,18 g.	E: 2108 kcal; B:77,92g;T:73,08 g w tym kw.tł.nasy:30,48g; W:265,95 g w tym cukry: 34,51g; Bł: 22,84 g, sól:4,94g.	E: 2026 kcal; B:74,12 g;T:72,52 gw tym kw.tł.nasy:30,53g; W:253,67g w tym cukry: 21,10g; Bł: 41,95g, sól:5,10g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PONIEDZIAŁEK 22.06.2026 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) Paszтет drobiowy 60g (1) Pasta z twarogu i wędliny 50g (7) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Paszтет drobiowy 60g (1) Pasta z twarogu i wędliny 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) Paszтет drobiowy 60g (1) Pasta z twarogu i wędliny 50g (7) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Wędlina 50g (-)
	Obiad	Botwinka 350g (1,7,9) Kurczak w sosie słodko – kwaśnym 250g (1) Ryż 300g (-) Sur. z białej kap. 150g (-) Kompot 250g (-)	Botwinka 350g (1,7,9) Kurczak w sosie słodko – kwaśnym 250g (1) Ryż 300g (-) Sur. z białej kap. 150g (-) Kompot 250g (-)	Botwinka 350g (1,7,9) Kurczak w sosie 250g (1) Ryż pełnoziarnisty 300g (-) Sur. z białej kap. 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 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) Sałatka 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) Sałatka z makaronu z brokułem, papryką i kieł. cienką 50g (1,3)
	PN	Deser mleczny - 1szt. (7)	Deser mleczny - 1szt. (7)	Kefir - 1szt. (7)
		E: 2579 kcal; B:72,51 g;T:104,00g w tym kw.tł.nasy:40,11 g; W: 327,59 g w tym cukry: 62,70 g; Bł: 37,34 g, sól:5,33g.	E: 2602 kcal; B:78,04 g;T:94,26 g w tym kw.tł.nasy:41,10g; W: 331,10 g w tym cukry: 60,54g; Bł: 20,68 g, sól:4,86g.	E: 2372 kcal; B:83,92g;T:94,82 g w tym kw.tł.nasy:40,62g; W: 293,24g w tym cukry: 53,87 g; Bł: 43,47 g, sól:5,83g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
WTOREK 23.06.2026r	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) Kieł. śląska drobiowa 2szt. (-) Serek „gouda” 17g (7) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. śląska drobiowa 2szt. (-) Serek „gouda” 17g (7) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. śląska drobiowa 2szt. (-) Serek „gouda” 17g (7) Sałata lodowa 10g (-)
	IIŚ			Jogurt nat. – 1szt. (7)
	Obiad	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Jajko sadzone 1szt. (3) Ziemniaki dusz. 300g (-) Fasolka szp. got. 100g (1) Mizeria 100g (7) Kompot 250g (-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Jajko got.1szt. (3) Sos ziołowy 100g (1) Ziemniaki dusz. 300g (-) Fasolka szp. got. 100g (1) Warzywa dusz. 100g (9) Kompot 250g (-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Jajko got.1szt. (3) Sos ziołowy 100g (1) Ziemniaki dusz. 300g (-) Fasolka szp. got. 100g (1) Warzywa dusz. 100g (9) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka biała 40g (-) Pasta z fasoli 50g (-) Ogórek małosolny 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka biała 40g (-) Galaretka z kurczaka 150g (9) Pomidor 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka biała 40g (-) Galaretka z kurczaka 150g (9) Pomidor 50g (-)
	PN	Baton twarogowy- 1szt. (7)	Baton twarogowy - 1szt (7)	Baton owocowy - 1szt. (-)
		E: 2203 kcal; B:90,25g;T:65,84g w tym kw.tł.nasy:30,69g; W: 294,00 g w tym cukry: 48,54g; Bł: 33,08 g, sól:5,22g	E: 2323 kcal; B:114,67g;T:68,56 g w tym kw.tł.nasy:35,52g; W: 288,50 g w tym cukry: 49,12 g; Bł: 27,44 g, sól:4,94g.	E: 2296 kcal; B:106,60g;T:75,73g w tym kw.tł.nasy:35,75 g; W: 287,75 g w tym cukry: 43,11g; Bł: 45,16g, sól:5,42g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
ŚRODA 24.06.2026 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% 20g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Dżem 25g (-) Sałata 10g (-) Jabłko 1szt. (-)	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) Dżem 25g (-) Sałata 10g (-) Jabłko 1szt. (-)	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 (-) Jabłko 1szt. (-)
	IIŚ			Jogurt nat. 1szt. (7)
	Obiad	Zupa szpinakowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Sznycel miel. z cebulką smażony 80g (1,3) Ziemniaki dusz. 300g (-) 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 dusz. 300g (-) Brokuł 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa szpinakowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Pulpet wieprz. got. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1) Ziemniaki dusz. 300g (-) Brokuł 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g (1) Masło 82% 20g (7) Parówka drobiowa 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g (1) Masło 82% 20g (7) Parówka drobiowa 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g (1) Masło 82% 20g (7) Parówka drobiowa 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)
	PN	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)

	E: 2479 kcal; B:90,00 g;T:89,25 g w tym kw.tł.nasy:41,87g; W:319,07g w tym cukry: 70,79g; Bł: 35,80 g, sól:4,44g	E: 2497 kcal; B:97,31g;T:83,73 g w tym kw.tł.nasy:45,73g; W:324,30 g w tym cukry: 62,95g; Bł: 26,082g, sól:4,17g	E: 2569 kcal; B:108,62 g;T:94,64 gw tym kw.tł.nasy:47,79g; W:292,09g w tym cukry: 48,72g; Bł: 41,74 g, sól:5,10 g.
--	--	--	--

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
CZWARTEK 25.06.2026rok	Śniadanie	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z ziel. 50g (3) Serek „hochland” 22g (7) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z ziel. 50g (3) Serek „hochland” 22g (7) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Pasta z jajka z ziel. 50g (3) Serek „hochland” 22g (7) Sałata lodowa 10g (-)
	IIŚ			Krakersy 1szt.(1)
	Obiad	Zupa koperkowa z makaronem 350g (1,9) Kurczak pieczony 100g (-) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z marchewki i ananasa 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa koperkowa z makaronem 350g (1,9) Kurczak got. 100g (-) Sos potrawkowy 150g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z marchewki i ananasa 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa koperkowa z makaronem 350g (1,9) Kurczak got. 100g (-) Sos potrawkowy 150g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z marchewki 150g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pieczeń 40g (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Pomidor z koperkiem z pestkami dyni i słonecznika 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Filet z indyka 40g (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Pomidor z koperkiem z pestkami dyni i słonecznika 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Filet z indyka 40g (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Pomidor z koperkiem z pestkami dyni i słonecznika 50g (-)
	PN	Kefir - 1szt.(7)	Kefir - 1szt.(7)	Kefir - 1szt.(7)

	E: 2240 kcal; B:77,24g;T:81,44g w tym kw.tł.nasy:38,06g; W: 286,94 g w tym cukry: 50,00 g; Bł: 28,11, sól: 3,58g.	E: 2288 kcal; B:82,77g; T:80,89g w tym kw.tł.nasy:38,05g; W: 280,45g w tym cukry: 48,84g; Bł: 19,60g, sól: 3,63 g	E: 2475 kcal; B:80,39 g;T:95,87g w tym kw.tł.nasy:39,77 g; W: 310,44 g w tym cukry: 40,09 g; Bł: 36,40 g, sól:3,65g.
--	---	---	--

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PIĄTEK 26.06.2026 rok	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) Jajko got. 1szt. (3) Twarożek z ziel. 50g (7) Papryka 50g (-)	Zupa ml. z makaronem 300g (1,7) Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Twarożek z ziel. 50g (7) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z makaronem 300g (1,7) Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Twarożek z ziel. 50g (7) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Mus owocowy 1szt. (-)
	Obiad	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Filet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki dusz. 300g (-) Sur. z białej kap. 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Filet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki dusz. 300g (-) Sur. z białej kap. 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Filet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki dusz. 300g (-) Sur. z białej kap. 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. z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro- smak” 1szt. (7) Sał. z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro- smak” 1szt. (7) Sał. z kalafiora 50g (3,9)
	PN	Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)
		E: 2417 kcal; B:85,98 g;T:89,63g w tym kw.tł.nasy:49,67 g; W:296,63 g w tym cukry: 42,66g; Bł: 34,66 g, sól:5,83g	E: 2459 kcal; B:89,13g;T:89,93g w tym kw.tł.nasy:49,64 g; W:298,89g w tym cukry: 47,79 g; Bł: 25,75g, sól:5,89g.	E: 2397 kcal; B:85,32g;T:89,75g w tym kw.tł.nasy: 49,68g; W:285,39 g w tym cukry: 32,38g; Bł: 41,37 g, sól:5,91g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
SOBOTA 27.06.2026 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. (-) Ser topiony 50g (7) Sałata 10g (-)	Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka cienka 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Sałata 10g (-)	Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka cienka 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Biskopity b/c 1szt. (1)
	Obiad	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Wątróbka drobiowa z pieczarkami dusz. 250g (1) Kasza j. 300g (1) Ogórek małosolny 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Wątróbka drobiowa z pieczarkami dusz. 250g (1) Kasza j. 300g (1) Sał. z buraczków 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Wątróbka drobiowa z pieczarkami dusz. 250g (1) Kasza j. 300g (1) Sał. z buraczków 150g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Paprykarz 100g (4,9) Serek „deliser” 17g (7) Sał. z roszponki, pomidora z fetą i słonecznikiem 50g (7)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Paprykarz warzywny 1szt. (6) Serek „deliser” 17g (7) Sał. z roszponki, pomidora z fetą i słonecznikiem 50g (7)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Paprykarz warzywny 1szt. (6) Serek „deliser” 17g (7) Sał. z roszponki, pomidora z fetą i słonecznikiem 50g (7)

	PN	Jogurt nat. - 1szt. (7)	Jogurt nat. - 1szt. (7)	Jogurt nat. - 1szt. (7)
		E: 2239 kcal; B:80,00g;T:76,17 g w tym kw.tł.nasy: 32,56g; W:269,89 g w tym cukry: 35,41g; Bł: 27,72g, sól:7,59g.	E: 2349 kcal; B:78,69;T:86,54g w tym kw.tł.nasy:32,56g; W:294,19 g w tym cukry: 35,80g; Bł: 21,59g, sól:4,38g	E: 2460 kcal; B:78,50g;T:90,41g w tym kw.tł.nasy:33,86g; W:319,39g w tym cukry: 23,39g; Bł: 38,04g, sól:4,48 g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
NIEDZIELA 28.06.2026 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) Miód 25g (-) Pomidor 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 50g (3,9) Miód 25g (-) Pomidor 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 50g (3,9) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)
	Obiad	Zupa z ziel. warzyw 350g (1,9) Pieczeń z karkówki dusz. 80g (-) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Kap. kiszona got.150g (-) Kompot 250g(-) Banan 1szt . (-)	Zupa z ziel. warzyw 350g (1,9) Filet z kurczaka dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Kompot 250g(-) Banan 1szt . (-)	Zupa z ziel. warzyw 350g (1,9) Filet z kurczaka dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-) Pomarańcza 1szt. (-)
	Kolacja	Herbata 250g (-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Kieł. krakowska 40g (-) Sał. z ciecioriki 50g (3)	Herbata 250g (-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g(7) Jajko got. 1szt. (3) Kieł. krakowska 40g (-) Sał. z ciecioriki 50g (3)	Herbata 250g (-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g(7) Jajko got. 1szt. (3) Kieł. krakowska 40g (-) Sał. z ciecioriki 50g (3)

	PN	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2307 kcal; B:78,62g;T:76,84g w tym kw.tł.nasy:32,14g; W:310,00g w tym cukry: 55,82g; Bł: 36,05g, sól:5,45g	E: 2186 kcal; B:84,49g;T:61,56g w tym kw.tł.nasy:25,13g; W:305,12g w tym cukry: 49,35g; Bł: 27,95g, sól:4,49g.	E: 2119 kcal; B:87,27g;T:70,17g w tym kw.tł.nasy:32,70g; W:275,73g w tym cukry: 42,18 g; Bł: 44,27g, sól:4,49g.

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 Cegieła – Kier.działu żywienia