

Jadlospis od dnia 19.07.2026r do dnia 28.07.2026r.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
NIEDZIELA 19.07.2026 rok	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g (1) Masło 82% 20g (7) Parówka drobiowa cienka 1szt.(-) Serek „deliser” 17g (7) Sałata lodowa 10g (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka drobiowa cienka 1szt.(-) Serek „deliser” 17g (7) Sałata lodowa 10g (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Parówka drobiowa cienka 1szt.(-) Serek „deliser” 17g (7) Sałata lodowa 10g (-)
	IIŚ			Wędlina 50g (-)
	Obiad	Zupa szpinakowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Placki z kurczaka z warzywami dusz. 80g (3,9) Ziemniaki 300g (-) Marchewka mini got. 150g (1) Kompot 250g (-) Jabłko 1szt.(-)	Zupa szpinakowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Placki z kurczaka z warzywami dusz. 80g (3,9) Ziemniaki 300g (-) Marchewka mini got. 150g (1) Kompot 250g (-) Jabłko 1szt. (-)	Zupa szpinakowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Placki z kurczaka z warzywami dusz. 80g (3,9) Ziemniaki 300g (-) Marchewka mini got. 150g (1) Herbata owocowa 250g (-) Jabłko 1szt. (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro – smak” 1szt. (7) Sałatka gajowego 50g (1,3,10)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro – smak” 1szt. (7) Sałatka gajowego 50g (1,3,10)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro – smak” 1szt. (7) Sałatka gajowego 50g (1,3,10)
	PN	Baton twarogowy - 1szt. (7)	Baton twarogowy - 1szt. (7)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2427 kcal; B:99,96 g;T:82,94g w tym kw.tł.nasy: 28,29g; W: 287,63g,cukry:60,32g; Bł: 35,16g, sól:4,43g	E: 2464 kcal; B:99,11g;T:87,07g w tym kw.tł.nasy: 27,91g; W: 246,53 g w tym cukry: 57,96g; Bł: 25,99g, sól:4,26g.	E: 2317 kcal; B:102,28 g;T:80,40g w tym kw.tł.nasy: 29,60g;W: 260,03g w tym cukry: 45,55g; Bł: 43,71 g, sól:4,32g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PONIEDZIAŁEK 20.07.2026 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% 20g (7) Kiełbasa szynkowa drobiowa 40g (-) Twarożek z szczypiorkiem 50g (7) Papryka 50g (-)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa szynkowa drobiowa 40g (-) Twarożek z szczypiorkiem 50g (7) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa szynkowa drobiowa 40g (-) Twarożek z szczypiorkiem 50g (7) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Pieczywo chrupkie (1)
	Obiad	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Gulasz meksykański dusz. 300g (1) Kasza pęczak 300g (1) Sałatka z buraczków 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Gulasz wieprzowy got. z jarzynami 300g (1,9) Kasza pęczak 300g (1) Sałatka z buraczków 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Gulasz wieprzowy got. z jarzynami 300g (1,9) Kasza pęczak 300g (1) Sałatka z buraczków 150g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Makrela w oleju 100g (4) Serek „hochland” 22g (7) Sałata z pomidorem, rzodkiewką i kukurydzą 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z tuńczyka i warzyw 50g (4,9) Serek „hochland” 22g (7) Sałata z pomidorem, rzodkiewką i kukurydzą 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z tuńczyka i warzyw 50g (4,9) Serek „hochland” 22g (7) Sałata z pomidorem, rzodkiewką i kukurydzą 50g (-)
	PN	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)
		E: 2299 kcal; B:79,01g;T:73,99g w tym kw.tł.nasy:29,48g; W: 310,52g w tym cukry: 50,85g; Bł: 33,58g, sól: 5,87g.	E: 2105 kcal; B:76,28g;T:57,93g w tym kw.tł.nasy:27,53g; W: 292,09g w tym cukry: 46,01g; Bł: 23,04g, sól:4,64g	E: 2130 kcal; B:70,65g;T:58,92g w tym kw.tł.nasy:28,53g; W: 284,15g w tym cukry: 32,60g; Bł: 41,63g, sól:4,66g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
WTOREK 21.07.2026 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) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Dżem 25g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Dżem 25g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Filet z indyka 40g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Ciastko b/c 1szt. (1)
	Obiad	Botwinka 350g (1,9) Jajko sadzone 1szt. (3) Ziemniaki 300g (-) Brokuł got. 100g (1) Mizeria 100g (7) Kompot 250g(-)	Botwinka 350g (1,9) Jajko got. 1szt. (3) Sos ziołowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Brokuł got. 100g (1) Sur. z marchewki 100g (-) Kompot 250g(-)	Botwinka 350g (1,9) Jajko got. 1szt. (3) Sos ziołowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Brokuł 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) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Sał. jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g(7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Sał. jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g(7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Sał. jarzynowa 50g (3,9)
	PN	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2130 kcal; B:76,66g;T:63,97g w tym kw.tł.nasy:35,88g; W:286,73g w tym cukry: 72,94g; Bł: 33,5g, sól:4,97g.	E: 2168 kcal; B:73,65 g;T:69,30gw tym kw.tł.nasy:35,98g; W:295,86g w tym cukry: 74,13g; Bł: 27,35g, sól:5,04g.	E: 2215 kcal; B:81,40g;T:72,42 gw tym kw.tł.nasy:38,69g; W:286,61g w tym cukry: 50,46g; Bł: 44,37g, sól:5,06g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
ŚRODA 22.07.2026 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) Metka cebulowa 40g (-) Ser topiony 50g (7) Sałata 10g (-)	Zupa ml. z makaronem 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Ser topiony 50g (7) Sałata 10g (-)	Zupa ml. z makaronem 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Ser topiony 50g (7) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Sok pomidorowy 1szt. (-)
	Obiad	Zupa koperkowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Kurczak pieczony 100g (-) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z białej kap.150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa koperkowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Kurczak got. 100g (-) Sos potrawkowy 150g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z cukinii i marchewki 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa koperkowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Kurczak got. 100g (-) Sos potrawkowy 150g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z cukinii i marchewki 150g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. szynkowa 40g (-) Serek „gouda” 17g (7) Sałatka z brokuła z fetą i słonecznikiem 50g (3,7)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. szynkowa 40g (-) Serek „gouda” 17g (7) Sałatka z brokuła z fetą i słonecznikiem 50g (3,7)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. szynkowa 40g (-) Serek „gouda” 17g (7) Sałatka z brokuła z fetą i słonecznikiem 50g (3,7)
	PN	Kefir – 1szt. (7)	Kefir – 1szt. (7)	Kefir – 1szt. (7)
		E: 2186 kcal; B:85,94g;T:79,50g w tym kw.tł.nasy39,70g; W:267,26g w tym cukry: 55,77g; Bł: 27,71g, sól:5,92g	E: 2230 kcal; B:94,15g;T:77,37g w tym kw.tł.nasy:39,31g; W:270,97g w tym cukry: 55,61g; Bł: 19,20g, sól:6,40g.	E: 2129 kcal; B:89,56g;T:78,69g w tym kw.tł.nasy:39,43g; W: 253,87g w tym cukry: 40,50g; Bł: 37,62g, sól:5,90g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
CZWARTEK 23.07.2026 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 Kiełbasa śląska cienka 1szt. (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-) Brzoskwinia 1szt. (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g Parówka cienka 1szt. (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-) Brzoskwinia 1szt. (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa śląska cienka 1szt. (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-) Brzoskwinia 1szt. (-)
	IIŚ			Krakersy - 1szt. (1)
	Obiad	Zupa kalafiorowa 350g (1,9) Sznycel miel. z ceb. i pieczarkami smażony 80g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sał. z ogórka małosolnego 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa kalafiorowa 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Kalarepa dusz. z marchewką 150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa kalafiorowa 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Kalarepa dusz. z marchewką 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pieczeń 40g (-) Pasta z ciecior ki i warzyw 50g (9) Sał. wegetariańska 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka got. 40g (-) Pasta z ciecior ki i warzyw 50g (9) Sał. wegetariańska 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka got. 40g (-) Pasta z ciecior ki i warzyw 50g (9) Sał. wegetariańska 50g (-)
	PN	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2032 kcal; B:82,82g;T:63,59g w tym kw.łł.nasy:29,37g; W: 268,22g w tym cukry: 46,79g; Bł: 31,16g, sól:7,57g	E: 2103 kcal; B:85,27g;T:61,52g w tym kw.łł.nasy:50,8g; W: 284,75g w tym cukry: 51,95g; Bł: 24,78g, sól:3,96g.	E: 2272 kcal; B:87,44g;T:73,05g w tym kw.łł.nasy:35,92g; W: 303,64g w tym cukry: 44,15g; Bł: 41,53g, sól:4,95g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PIĄTEK 24.07.2026 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) Miód 25g(-) 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) Miód 25g(-) 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) Pasta warzywna 1szt. (6,9,10) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)
	Obiad	Krupnik 350g (1,9) Filet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Warzywa dusz. 150g (9) Kompot 250g(-)	Krupnik 350g (1,9) Filet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Warzywa dusz. 150g (9) Kompot 250g(-)	Krupnik 350g (1,9) Filet z ryby dusz. 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% 20g (7) Pasta z jajka z ziel. pietruszką 50g (3) Serek „hochland” 22g(7) Pomidor z koperkiem, pestkami dyni i słonecznika 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z ziel. pietruszką 50g (3) Serek „hochland” 22g(7) Pomidor z koperkiem, pestkami dyni i słonecznika 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z ziel. pietruszką 50g (3) Serek „hochland” 22g(7) Pomidor z koperkiem, pestkami dyni i słonecznika 50g (-)
	PN	Jogurt nat. - 1szt. (7)	Jogurt nat. - 1szt. (7)	Jogurt nat. - 1szt. (7)
		E: 2410 kcal; B:92,05g;T:72,98g w tym kw.tł.nasy:38,80g; W:335,36g w tym cukry: 58,12g; Bł: 35,63g, sól:3,89g	E: 2458 kcal; B:97,85g;T:72,43gw tym kw.tł.nasy:37,79g; W:338,87g w tym cukry: 55,96g; Bł: 27,12g, sól:3,95g.	E: 2485 kcal; B:100,812g;T:86,79gw tym kw.tł.nasy:38,82g; W:317,03g w tym cukry: 49,79g; Bł: 49,00g, sól:4,93g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
SOBOTA 25.07.2026r.	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa śląska drobiowa 2szt.(-) Ser żółty 40g (7) Ogórek ziel. 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 20g (7) Kiełbasa śląska drobiowa 2szt.(-) Wędlina drobiowa 40g (-) Pomidor 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 20g (7) Kiełbasa śląska drobiowa 2szt.(-) Wędlina drobiowa 40g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Ser żółty 50g (7)
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350g (9) Leczo z cukinii dusz. 250g (1) Makaron 300g (1) Sur. z białej kap. 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Leczo z cukinii dusz. 250g (1) Makaron 300g (1) Sur. z selera 150g (7,9) Kompot 250g(-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Leczo z cukinii dusz. 250g (1) Makaron pełnoziarnisty 300g (1) Sur. z selera 150g (7,9) 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 pełnoziarnistego z kurczakiem 50g (3)
	PN	Deser mleczny - 1szt. (7)	Deser mleczny - 1szt. (7)	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2134 kcal; B:86,49g;T:61,78g w tym kw.tł.nasy:29,26g; W:286,14g w tym cukry: 49,07g; Bł: 33,53g, sól:4,68g	E: 2117 kcal; B:91,22g;T:60,09gw tym kw.tł.nasy:29,00g; W:279,91g w tym cukry: 41,50g; Bł: 22,74g, sól:4,65g.	E: 2147 kcal; B:92,43g;T:69,00gw tym kw.tł.nasy:34,77g; W:270,15g w tym cukry: 35,15g; Bł: 40,49g, sól:4,75g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
NIEDZIELA 26.07.2026 rok	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka biała 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata 10g (-) Brzoskwinia 1szt. (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 20g (7) Szynka biała 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata 10g (-) Brzoskwinia 1szt. (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 20g (7) Szynka biała 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata 10g (-) Brzoskwinia 1szt. (-)
	IIŚ			Ciastko b/c – 1szt. (1)
	Obiad	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Kotlet de volaille dusz. 80g (1,3,7) Ziemniaki 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Kotlet de volaille dusz. 80g (1,3,7) Ziemniaki 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Kotlet de volaille dusz. 80g (1,3,7) 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) Pasztetowa drobiowa 40g (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sał. z kalafiora 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasztetowa drobiowa 40g (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sał. z kalafiora 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasztetowa drobiowa 40g (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sał. z kalafiora 50g (3)
	PN	Sok pomidorowy b/ c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/ c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/ c - 1szt. (-)
		E: 2406 kcal; B:77,02g;T:68,44g w tym kw.tł.nasy:35,29g; W:251,42g w tym cukry: 47,97g; Bł: 31,38g, sól:5,87g.	E: 2409kcal; B:86,96g;T:68,22gw tym kw.tł.nasy:35,29g; W:264,69g w tym cukry: 52,48g; Bł: 24,57g, sól:6,05g.	E: 2393 kcal; B:91,53g;T:71,27gw tym kw.tł.nasy:37,10g; W:357,01g w tym cukry: 39,57g; Bł: 40,64g, sól:6,11g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PONIEDZIAŁEK 27.07.2026 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% 20g (7) Szynka kon. 40g (-) 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 20g (7) Szynka kon. 40g (-) 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 20g (7) Szynka kon. 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Sałata lodowa 10g (-)
	IIŚ			Jogurt nat. 1szt. (7)
	Obiad	Zupa fasolowa 350g (9) Kurczak po chińsku 250g (1) Ryż 300g (-) Sur. z marchewki i jabłka 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Kurczak po chińsku 250g (1) Ryż 300g (-) Sur. z marchewki i jabłka 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Kurczak po chińsku 250g (1) Ryż pełnoziarnisty 300g (-) Sur. z marchewki i jabłka 150g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Ryba w zalewie 100g (4) Ser topiony 50g (7) Ogórek ziel. 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Galaretka z ryby 150g (3,4) Ser topiony 50g (7) Pomidor 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Galaretka z ryby 150g (3,4) Ser topiony 50g (7) Pomidor 50g (-)
	PN	Baton twarogowy – 1szt. (7)	Baton twarogowy – 1szt. (7)	Baton owocowy b/c – 1szt. (-)
		E: 2358 kcal; B:77,83g;T:95,38g w tym kw.tł.nasy:45,55g; W: 280,77g w tym cukry: 45,34g; Bł: 31,19g, sól:4,99g.	E: 2409 kcal; B:83,46g;T:94,88g w tym kw.tł.nasy:45,55g; W: 284,88g w tym cukry: 41,83g; Bł: 23,03g, sól:5,04g	E: 2399 kcal; B:93,34g;T:108,97g w tym kw.tł.nasy:40,17g; W: 248,21g w tym cukry: 36,87g; Bł: 38,15g, sól:5,82g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
WTOREK 28.07.2026 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) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Powidła 30g (-) Sałata 10g (-)	Zupa ml. z kaszką p.300g (1,7) 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 kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Polędwica sopocka 40g (-) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Pieczywo chrupkie (1)
	Obiad	Botwinka 350g (1,9) Schab duszony 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Kap. biała got.150g (-) Kompot 250g(-)	Botwinka 350g (1,9) Schab duszony 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Kalafior got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Botwinka 350g (1,9) 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) Jajko got. 1szt. (3) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałatka grecka 50g (7)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt.(3) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałatka grecka 50g (7)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt.(3) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałatka grecka 50g (7)
	PN	Kefir – 1szt. (7)	Kefir – 1szt. (7)	Kefir – 1szt. (7)
		E: 2454 kcal; B:92,10g;T:108,45g w tym kw.tł.nasy:39,12g; W:262,46g w tym cukry: 40,24g; Bł: 36,19g, sól:5,96g.	E: 2467 kcal; B:97,02g;T:104,54g w tym kw.tł.nasy:39,31g; W:265,81g w tym cukry: 38,68g; Bł: 27,68g, sól:6,49g	E: 2432 kcal; B:91,05g;T:113,00g w tym kw.tł.nasy:40,43g; W:248,12g w tym cukry: 32,25g; Bł: 43,87g, sól:6,40g

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