

Jadłospis od dnia 20.04.2026r do dnia 29.04.2026r.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PONIEDZIALEK 20.04.2026 rok	Śniadanie	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka biała 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka biała 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Szynka biała 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-)
	IIŚ			Ser żółty 50g (7)
	Obiad	Zupa fasolowa 350g (9) Sos boloński 250g (1) Makaron 300g (1) Sur . z włoskiej kap. 150g (7,9) Kompot 250g (-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Gulasz wieprzowy got. 250g (1) Makaron 300g (1) Sur . z włoskiej kap. 150g (7,9) Kompot 250g (-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Gulasz wieprzowy got. 250g (1) Makaron pełnoziarnisty 300g (1) Sur . z włoskiej kap. 150g (7,9) Herbata owocowa 250g (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Ryba w zalewie pomidorowej 100g (4) Serek „hochland”22g (7) Sałatka wegetariańska 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Humus 1szt. (11) Serek „hochland”22g (7) Sałatka wegetariańska 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Humus 1szt. (11) Serek „hochland”22g (7) Sałatka wegetariańska 50g (-)
	PN	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2351kcal; B:81,79g;T:78,37g w tym kw.tł.nasy:35,06g; W:325,20g w tym cukry: 60,23g; Bł: 40,28g, sól:5,30g	E: 2268kcal; B:81,34g;T:70,21gw tym kw.tł.nasy:32,06g; W:341,96g w tym cukry: 57,20g; Bł: 28,19g, sól:4,96g	E: 2304kcal; B:81,72g;T:70,00gw tym kw.tł.nasy:33,09g; W:300,85g w tym cukry: 32,65g; Bł: 40,19g, sól:4,86g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
WTOREK 21.04.2026 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) Paszтет drobiowy 60g (1) Parówka cienka 1szt. (-) Pomidor 50g (-) Kiwi 1szt. (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Paszтет drobiowy 60g (1) Parówka cienka 1szt. (-) Pomidor 50g (-) Kiwi 1szt. (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Paszтет drobiowy 60g (1) Parówka cienka 1szt. (-) Pomidor 50g (-) Kiwi 1szt. (-)
	IIŚ			Krakersy 1 szt. (1)
	Obiad	Zupa gulaszowa 300g (1,9) Twarożek z koperkiem 100g (7) Ziemniaki 300g (-) Ciastko – muszelka 1szt. (1,3) Kompot 250g(-)	Zupa z zielonych warzyw 300g (1,9) Twarożek z koperkiem 100g (7) Ziemniaki 300g (-) Ciastko – muszelka 1szt. (1,3) Kompot 250g (-)	Zupa z zielonych warzyw 300g (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% 20g (7) Pasta z jajka 50g (3) Kieł. szynkowa drobiowa 40g (-) Sałatka z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka 50g (3) Kieł. szynkowa drobiowa 40g (-) Sałatka z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka 50g (3) Kieł. szynkowa drobiowa 40g (-) Sałatka z brokuła 50g (3,9)
	PN	Jogurt nat.- 1szt. (7)	Jogurt nat.- 1szt. (7)	Jogurt nat.- 1szt. (7)
		E: 2551kcal; B:108,96g;T:86,24g w tym kw.tł.nasy:34,40g; W:380,23g w tym cukry: 80,57g; Bł: 39,07g, sól:4,04g	E: 2499kcal; B:104,50g;T:85,73gw tym kw.tł.nasy:34,9g; W:406,08g w tym cukry: 78,41g; Bł: 28,56g, sól:4,09g	E: 2489kcal; B:107,20g;T:96,02gw tym kw.tł.nasy:32,00g; W:348,94g w tym cukry: 50,03g; Bł: 43,68g, sól:4,11g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
ŚRODA 22.04.2026 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 łososiowa 40g (-) Ser żółty 40g (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) Filet z indyka 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) Filet z indyka 40g (-) Ser topiony 50g (7) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Ciastko b/c 1szt. (1)
	Obiad	Barszcz zabieleny 350g (1,9) Pieczeń rzymska duszona 80g (1,3) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z warzyw 150g (7,9) Kompot 250g (-)	Barszcz zabieleny 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos jarzynowy 150g (1,9) Ziemniaki 300g (-) Sur. z warzyw 150g (7,9) Kompot 250g (-)	Barszcz zabieleny 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos jarzynowy 150g (1,9) Ziemniaki 300g (-) Sur. z warzyw 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 „gyros” 50g (3,10)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro- smak” 1szt. (7) Sałatka „gyros” 50g (3,10)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro- smak” 1szt. (7) Sałatka „gyros” 50g (3,10)
	PN	Baton twarogowy - 1szt. (7)	Baton twarogowy - 1szt. (7)	Baton owocowy b/c -1szt. (-)
		E: 2551kcal; B:89,82g;T:78,98g w tym kw.tł.nasy:37,38g; W: 364,481g w tym cukry: 66,40g; Bł: 38,46g, sól:5,46g.	E: 2401kcal; B:76,21g;T:76,89g w tym kw.tł.nasy:36,46g; W: 339,88g w tym cukry: 59,14g; Bł: 30,16g, sól:5,45g	E: 2403kcal; B:75,37g;T:76,61g w tym kw.tł.nasy:36,35g; W: 325,13g w tym cukry: 55,01g; Bł: 44,58g, sól:5,44g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
CZWARTEK 23.04.2026	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) Kieł. szynkowa z piersi kurczaka 40g (-) Serek „gouda” 17g (7) Papryka 50g (-) 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) Kieł. szynkowa z piersi kurczaka 40g (-) Serek „gouda” 17g (7) Pomidor 50g (-) 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) Kieł. szynkowa z piersi kurczaka 40g (-) Serek „gouda” 17g (7) Pomidor 50g (-) Jabłko 1szt. (-)
	IIŚ			Jogurt nat. - 1szt. (7)
	Obiad	Rosół z makaronem 350g (1,9) Gulasz drobiowy got. z jarzynami 250g (1,9) Ryż 300g (-) Marchewka mini got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Gulasz drobiowy got. z jarzynami 250g (1,9) Ryż 300g (-) Marchewka mini got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Gulasz drobiowy got. z jarzynami 250g (1,9) Ryż pełnoziarnisty 300g (-) Marchewka mini got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. biała cienka 1szt. (-) Pasta z soczewicy i szczypiorku 50g (-) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. biała cienka 1szt. (-) Pasta z soczewicy i szczypiorku 50g (-) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. biała cienka 1szt. (-) Pasta z soczewicy i szczypiorku 50g (-) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)
	PN	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2397kcal; B:90,08g;T:87,66g w tym kw.tł.nasy:28,54g; W: 334,21g w tym cukry: 52,44g; Bł: 34,84g, sól:4,82g.	E: 2363kcal; B:92,74g;T:78,73g w tym kw.tł.nasy:26,25g; W: 347,55g w tym cukry: 60,48g; Bł: 32,19g, sól:4,09g	E: 2307kcal; B:86,74g;T:79,25g w tym kw.tł.nasy:26,15g; W: 315,79g w tym cukry: 32,41g; Bł: 48,10g, sól:4,19g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PIĄTEK 24.04.2026r	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) Serek „wiejski” 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 „wiejski” 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 „wiejski” 1szt. (7) Ser żółty 40g (7) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Pieczywo chrupkie (1)
	Obiad	Grochówka 350g (9) Jajko sadzone 1szt. (3) Ziemniaki dusz. 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Jajko got. 1szt. (3) W sosie ziołowym 150g (1) Ziemniaki dusz. 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Jajko got. 1szt. (3) W sosie ziołowym 150g (1) Ziemniaki dusz. 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Byczki w pomidorach 100g (4) Ser topiony 50g (7) Ogórek ziel. 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Galaretką z ryby 150g (3,4) Ser topiony 50g (7) Pomidor 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Galaretką z ryby 150g (3,4) Ser topiony 50g (7) Pomidor 50g (-)
	PN	Ciastko b/c - 1szt. (1)	Ciastko b/c - 1szt. (1)	Ciastko b/c - 1szt. (1)
		E: 2356kcal; B:82,00g;T:77,85g w tym kw.tł.nasy:35,44g; W: 325,34g w tym cukry: 59,87g; Bł: 35,98g, sól:5,31g.	E: 2362kcal; B:89,49g;T:76,79g w tym kw.tł.nasy:33,74g; W: 334,00g w tym cukry: 60,95g; Bł: 27,42g, sól:5,03g.	E: 2212kcal; B:82,20g;T:77,50g w tym kw.tł.nasy:33,71g; W: 285,18g w tym cukry: 52,59g; Bł: 41,50g, sól:5,05g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
SOBOTA 25.04.2026r	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Kiełbasa śląska cienka 1szt. (-) Kiełbasa krakowska 40g (-) Pomidor 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka cienka drobiowa 1szt. (-) Kiełbasa krakowska 40g (-) Pomidor 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka cienka drobiowa 1szt. (-) Kiełbasa krakowska 40g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Mus owocowy b/c 1szt. (-)
	Obiad	Zupa meksykańska 350g (1,9) Sos bokułowo – śmietanowy 250g (1,7) Makaron 300g (1) Buraczki got. 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Sos bokułowo – śmietanowy 250g (1,7) Makaron 300g (1) Buraczki got. 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Sos bokułowo – śmietanowy 250g (1,7) Makaron pełnoziarnisty 300g (1) Buraczki got. 150g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z wędliny 50g (3) Serek „deliser” 17g (7) Sałatka z ciecioriki 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z wędliny 50g (3) Serek „deliser” 17g (7) Sałatka z ciecioriki 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z wędliny 50g (3) Serek „deliser” 17g (7) Sałatka z ciecioriki 50g (3)
	PN	Kefir - 1szt. (7)	Kefir - 1szt. (7)	Kefir - 1szt. (7)
		E: 2310kcal; B:80,08g;T:82,22g w tym kw.tł.nasy:35,70g; W:303,41g w tym cukry: 79,89g; Bł: 34,68g, sól:6,02g.	E: 2340kcal; B:85,17g;T:69,88g w tym kw.tł.nasy:33,25,00g; W:304,73g w tym cukry: 79,69g; Bł: 26,46g, sól:5,57g.	E: 2300kcal; B:88,22g;T:73,00g w tym kw.tł.nasy:33,96,00g; W:266,82g w tym cukry: 50,78g; Bł: 42,72g, sól:6,28g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
NIEDZIELA 26.04.2026r.	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Twarożek 50g (7) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-) Banan 1szt. (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Twarożek 50g (7) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-) Banan 1szt. (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Twarożek 50g (7) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-) Pomarańcza 1szt. (-)
	IIŚ			Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)
	Obiad	Zupa pomid. z ryżem 350g (1,9) Schab duszony 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Kap. kiszona got. 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa pomid. z ryżem 350g (1,9) Schab duszony 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Kalafior got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa pomid. z ryżem 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) Polędwica sopocka 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Sałatka grecka 50g (7)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Sałatka grecka 50g (7)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Sałatka grecka 50g (7)
	PN	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2373kcal; B:80,06g;T:87,54g w tym kw.tł.nasy:36,16g; W: 334,78g w tym cukry: 51,32g; Bł: 38,02g, sól:4,73g.	E: 2324kcal; B:86,01g;T:87,64g w tym kw.tł.nasy:36,78g; W: 330,72g w tym cukry: 49,71g; Bł: 28,09g, sól:4,93g	E: 2288kcal; B:85,22g;T:87,99g w tym kw.tł.nasy:35,05g; W: 311,32g w tym cukry: 35,53g; Bł: 46,82g, sól:4,81g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PONIEDZIAŁEK 27.04.2026rok	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) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Ser smażony 50g (7) Ogórek ziel. 50g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Ser topiony 50g (7) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Ser topiony 50g (7) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Serek „wiejski” - 1 szt. (7)
	Obiad	Zupa koperkowa z l. ciastem 300g (1,3,9) Kurczak pieczony 100g (-) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z czerwonej kap. 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa koperkowa z l. ciastem 300g (1,3,9) Kurczak got. 100g (-) Sos potrawkowy150g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Marchewka got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa koperkowa z l. ciastem 300g (1,3,9) Kurczak got. 100g (-) Sos potrawkowy150g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z czerwonej 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 „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	Deser mleczny śmietankowy - 1szt. (7)	Deser mleczny śmietankowy - 1szt. (7)	Jogurt nat.- 1szt. (7)
		E: 2523kcal; B:82,45g;T:99,00g w tym kw.tł.nasy:33,23g; W:344,28g w tym cukry: 69,23g; Bł: 30,95g, sól:4,63g	E: 2301kcal; B:90,70g;T:98,22g w tym kw.tł.nasy:32,21g; W:350,98g w tym cukry: 60,73g; Bł: 26,14g, sól:4,01g.	E: 2319kcal; B:107,96g;T:98,00g w tym kw.tł.nasy:34,71g; W:375,00g w tym cukry: 52,46g; Bł: 40,77g, sól:4,99g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
WTOREK 28.04.2026r.	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) Pasta z twarogu i tuńczyka 50g (4,7) Szynka got. 40g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z makaronem 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z twarogu i tuńczyka 50g (4,7) Szynka got. 40g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z makaronem 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z twarogu i tuńczyka 50g (4,7) Szynka got. 40g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Baton owocowy b/c - 1 szt. (-)
	Obiad	Zupa szpinakowa zabelana 300g (1,7,9) Filet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki dusz. 300g (-) Warzywa dusz. 150g (9) Kompot 250g(-)	Zupa szpinakowa zabelana 300g (1,7,9) Filet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki dusz. 300g (-) Warzywa dusz. 150g (9) Kompot 250g (-)	Zupa szpinakowa zabelana 300g (1,7,9) Filet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki dusz. 300g (-) Warzywa dusz. 150g (9) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Kieł. śląska cienka drobiowa 2szt. (-) Sał. z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Kieł. śląska cienka drobiowa 2szt. (-) Sał. z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Kieł. śląska cienka drobiowa 2szt. (-) Sał. z kalafiora 50g (3,9)
	PN	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2656kcal; B:93,37g;T:93,06g w tym kw.tł.nasy:36,80g; W: 358,51g w tym cukry: 53,45g; Bł: 31,32g, sól:4,58g.	E: 2615kcal; B:99,35g;T:93,00g w tym kw.tł.nasy:35,90g; W: 362,78g w tym cukry: 50,42g; Bł: 26,23g, sól:4,73g	E: 2576kcal; B:89,11g;T:90,20g w tym kw.tł.nasy:35,65g; W: 347,14g w tym cukry: 45,39g; Bł: 36,08g, sól:4,93g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
ŚRODA 29.04.2026 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) Dżem 25g (-) Sałata 10g (-) Jabłko 1szt. (-)	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) Dżem 25g (-) Sałata 10g (-) Jabłko 1szt. (-)	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) Filet z indyka 40 g (-) Sałata 10g (-) Jabłko 1szt. (-)
	IIŚ			Paprykarz warzywny - 1szt. (6)
	Obiad	Zupa z białych warzyw 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos pieczarkowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sał. z ogórka kisz. 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa z białych warzyw 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos pieczarkowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sał. z buraczków 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa z białych warzyw 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos pieczarkowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sał. z buraczków 150g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 50g (3,9) Serek „gouda 17g (7) Pomidor z koperkiem , pestkami dyni i słonecznika 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 50g (3,9) Serek „gouda 17g (7) Pomidor z koperkiem , pestkami dyni i słonecznika 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 50g (3,9) Serek „gouda 17g (7) Pomidor z koperkiem , pestkami dyni i słonecznika 50g (-)
	PN	Mus owocowy b/c -1szt. (-)	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2328kcal; B:86,32g;T:79,63g w tym kw.tł.nasy:33,81g; W:328,78g w tym cukry: 62,30g; Bł: 36,60g, sól:5,40g.	E: 2308kcal; B:85,47g;T:79,18g w tym kw.tł.nasy:33,71g; W:330,41g w tym cukry: 63,14g; Bł: 29,00g, sól:5,02g	E: 2353kcal; B:86,15g;T:75,12g w tym kw.tł.nasy:32,55g; W:328,88g w tym cukry: 62,56g; Bł: 46,00g, sól:4,53g

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