

**Jadłospis od dnia 20.05.2026r do dnia 29.05.2026r.**

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>ŚRODA 20.05.2026 rok</b>	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) Jajko got. 1szt. (3) Kieł. szynkowa 40g (-) Ogórek ziel. 50g (-)	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Kieł. szynkowa 40g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z kaszka p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Kieł. szynkowa 40g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Kefir 1szt. (7)
	Obiad	Rosół z makaronem 350g (1,9) Kurczak piecz. 100g (-) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Kurczak got. 100g (-) Sos potrawkowy 150g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Kurczak got. 100g (-) Sos potrawkowy 150g (1,3) 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) Parówka 1szt. (-) z musztardą 30g (10) Sał. z brokuła z fetą i słonecznikiem 50g (3,7)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka 1szt. (-) z keczupem 30g (-) Sał. z brokuła z fetą i słonecznikiem 50g (3,7)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka 1szt. (-) z musztardą 30g (10) Sał. z brokuła z fetą i słonecznikiem 50g (3,7)
	PN	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2580 kcal; B:98,39g;T:98,98g w tym kw.tł.nasy:34,64g; W:307,16g w tym cukry: 60,46g; Bł: 34,01 g, sól:4,76g	E: 2326 kcal; B:80,75g;T:70,01g w tym kw.tł.nasy:30,56 g; W:340,69g w tym cukry: 63,25 g; Bł: 35,34g, sól:3,65g.	E: 2462 kcal; B:78,96g;T:71,98g w tym kw.tł.nasy: 31,48g; W:351,49 g w tym cukry: 39,84g; Bł: 52,42 g, sól:3,73g

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>CZWARTEK 21.05.2026 r</b>	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) Paszтет drobiowy 60g (1) Serek „deliser” 17g (7) 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) Paszтет drobiowy 60g (1) Serek „deliser” 17g (7) 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) Paszтет drobiowy 60g (1) Serek „deliser” 17g (7) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Pieczywo chrupkie (1)
	Obiad	Zupa szpinakowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Pieczeń z karkówki dusz. 80g (-) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sał. z buraczków 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa szpinakowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Mięso got. 80g (-) Sos jarzynowy 150g (1,9) Ziemniaki 300g (-) Sał. z buraczków 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa szpinakowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Mięso got. 80g (-) Sos jarzynowy 150g (1,9) Ziemniaki 300g (-) Sał. z buraczków 150g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Sał. z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Sał. z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Sał. z kalafiora 50g (3,9)
	PN	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2558 kcal; B:80,97g;T:91,65 g w tym kw.tł.nasy:32,18g; W:289,77 g w tym cukry: 30,38g; Bł: 36,29 g, sól:4,93 g	E: 2478 kcal; B:95,84 g;T:68,17 gw tym kw.tł.nasy:30,73 g; W:263,03g w tym cukry: 34,99 g; Bł: 21,80 g, sól:4,58g	E: 2403 kcal; B:80,21 g;T:69,16 g w tym kw.tł.nasy: 34,73 g; W:255,00 g w tym cukry: 22,58g; Bł: 40,39 g, sól:3,60g

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>PIĄTEK 22.05.2026 rok</b>	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 „wiejski” 1szt. (7) Miód 1szt. (-) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. z makaronem 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Miód 1szt. (-) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. z makaronem 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 lodowa 10g (-)
	IIŚ			Ser żółty 50g (7)
	Obiad	Zupa fasolowa 350g (9) Leczo warzywne 250g (1,9) Kasza j. 300g (1) Sur. z włoskiej kap. 150g (3) Kompot 250g(-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Leczo warzywne 250g (1,9) Kasza j. 300g (1) Sur. z włoskiej kap. 150g (3) Kompot 250g(-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Leczo warzywne 250g (1,9) Kasza j. 300g (1) Sur. z włoskiej kap. 150g (3) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Ser żółty 40g (7) Mix sałat z pestkami dyni, słonecznika i orzechami 50g (8)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Galaretka z ryby 150g (3,4,9) Mix sałat z pestkami dyni, słonecznika i orzechami 50g (8)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Galaretka z ryby 150g (3,4,9) Mix sałat z pestkami dyni, słonecznika i orzechami 50g (8)
	PN	Kefir - 1szt. (7)	Kefir – 1szt. (7)	Kefir – 1szt. (7)
		E: 2360 kcal; B:82,39g;T:75,59,19g w tym kw.tł.nasy:25,99g; W: 269,06g w tym cukry: 31,74g; Bł: 30,54 g, sól:4,03g.	E: 2208 kcal; B:87,92g;T:75,04g w tym kw.tł.nasy:28,98g; W: 272,57g w tym cukry: 29,58g; Bł: 32,40 g sól:4,18g	E: 2233 kcal; B:82,29g;T:76,03g w tym kw.tł.nasy:34,98g; W: 264,63g w tym cukry: 18,17g; Bł: 40,62 g, sól:4,20g

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>SOBOTA 23.05.2026 rok</b>	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka biała 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Papryka 50g (-) Jabłko 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka biała 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor 50g (-) Jabłko 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Szynka biała 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor 50g (-) Jabłko 1szt. (-)
	IIŚ			Baton owocowy b/c - 1szt. (-)
	Obiad	Zupa pomid. z ryżem 350g (1,9) Kieł. smażona z ceb. 1szt. (-) Ziemniaki dusz. 300g (-) Kap. kisz. got. 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa pomid. z ryżem 350g (1,9) Bitka schabowa dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki dusz. 300g (-) Kalafior got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa pomid. z ryżem 350g (1,9) Bitka schabowa dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) 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) 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	Deser mleczny - 1szt. (7)	Deser mleczny - 1szt. (7)	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2548 kcal; B:83,86 g;T:102,30g w tym kw.tł.nasy:31,76g; W:365,11g w tym cukry: 51,79g; Bł: 42,67g, sól:4,09g.	E: 2380 kcal; B:85,79 g;T:81,64gw tym kw.tł.nasy:35,51g; W:303,42g w tym cukry:54,82 g; Bł: 26,32g, sól:4,21g	E: 2348 kcal; B:83,86 g;T:102,30g w tym kw.tł.nasy:31,76g; W:365,11g w tym cukry: 41,79g; Bł: 42,67g, sól:4,09g.

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>NIEDZIELA 24.05.2026 rok</b>	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka drobiowa 1szt. (-) Twarożek z koperkiem 50g (7) Pomidor 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka drobiowa 1szt. (-) Twarożek z koperkiem 50g (7) Pomidor 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Parówka drobiowa 1szt. (-) Twarożek z koperkiem 50g (7) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Krakersy -1szt. (1)
	Obiad	Zupa szparagowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Filet z kurczaka panierowany dusz. 80g (1,3) Ziemniaki dusz. 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa szparagowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Filet z kurczaka panierowany dusz. 80g (1,3) Ziemniaki dusz. 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa szparagowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Filet z kurczaka panierowany dusz. 80g (1,3) Ziemniaki dusz. 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) Wędlina drobiowa 40g (-) Serek „gouda”17g (7) Sał. z ciecioriki 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Wędlina drobiowa 40g (-) Serek „gouda”17g (7) Sał. z ciecioriki 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Wędlina drobiowa 40g (-) Serek „gouda”17g (7) Sał. z ciecioriki 50g (3)
	PN	Baton twarogowy – 1szt. (7)	Baton twarogowy – 1szt. (7)	Jogurt nat. – 1szt. (7)
		E: 2331 kcal; B:79,50g;T:74,43g w tym kw.ł.nasy:32,20 g; W: 325,88g w tym cukry: 40,45g; Bł: 31,92g, sól:3,72g	E: 2328 kcal; B:85,25g;T:75,20g w tym kw.ł.nasy:38,90g; W: 331,83g w tym cukry: 43,50g; Bł: 32,66g, sól:3,77g.	E: 2364 kcal; B:87,06g;T:78,16g w tym kw.ł.nasy:42,82 g; W: 322,63g w tym cukry: 35,12g; Bł: 35,73g, sól:3,93g.

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>PONIEDZIAŁEK 25.05.2026 rok</b>	Sniadanie	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) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-)
	IIŚ			Serek „homogenizowany” – 1szt. (7)
	Obiad	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Kotlet mielony dusz. 80g (1,3) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z warzyw 150g (7,9) Kompot 250g (-)	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Pulpet wieprz. got.80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z warzyw 150g (7,9) Kompot 250g (-)	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Pulpet wieprz. got.80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1) 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) Ryba w zalewie 100g (4) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor z koperkiem , pestkami dyni i słonecznika 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z tuńczyka i warzyw 50g (4,9) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor z koperkiem , pestkami dyni i słonecznika 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z tuńczyka i warzyw 50g (4,9) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor z koperkiem , pestkami dyni i słonecznika 50g (-)
	PN	Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)
		E: 2336 kcal; B:85,69g;T:71,60 g w tym kw.tł.nasy:38,92g; W:326,51g w tym cukry: 52,04g; Bł: 34,98 g, sól:4,08g	E: 2322 kcal; B:90,46g;T:63,33 gw tym kw.tł.nasy:33,64g; W:333,81 g w tym cukry: 52,28g; Bł: 27,56 g, sól:4,33g	E: 2463 kcal; B:97,70 g;T:85,25 gw tym kw.tł.nasy:34,64g; W:316,48g w tym cukry: 31,18g; Bł: 46,18 g, sól:4,03 g.

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>WTOREK 26.05.2026 rok</b>	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 „homogenizowany” 1szt.(7) Dżem 25 g (-) Papryka 50g (-) Kiwi 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 „homogenizowany” 1szt.(7) Dżem 25 g (-) Pomidor 50g (-) Kiwi 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 „homogenizowany” 1szt.(7) Filet z indyka 40g (-) Pomidor 50g (-) Kiwi 1szt. (-)
	IIŚ			Kefir – 1szt. (7)
	Obiad	Zupa gulaszowa 350g (1,9) Sos brokułowo – śmietanowy 250g (1,7) Makaron 300g (1) Marchewka mini got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Sos brokułowo – śmietanowy 250g (1,7) Makaron 300g (1) Marchewka mini got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Sos brokułowo – śmietanowy 250g (1,7) Makaron pełnoziarnisty 300g (1) Marchewka mini got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g (-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa śląska drobiowa 2szt. (-) Pasta z soczewicy 50g (-) Sał. jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g (-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g(7) Kiełbasa śląska drobiowa 2szt. (-) Pasta z soczewicy 50g (-) Sał. jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g (-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g(7) Kiełbasa śląska drobiowa 2szt. (-) Pasta z soczewicy 50g (-) Sał. jarzynowa 50g (3,9)
	PN	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)	Mus owocowy b/ c - 1szt. (-)
		E: 2419 kcal; B:70,03g;T:72,50 g w tym kw.tł.nasy:34,29g; W:314,26 g w tym cukry: 40,25g; Bł: 35,82 g, sól:4,44 g.	E: 2320 kcal; B:75,50 g;T:69,70 gw tym kw.tł.nasy:37,83 g; W:340,50g w tym cukry: 45,00 g; Bł: 38,85 g, sól:3,78g	E: 2404 kcal; B:72,47 g;T:77,58 g w tym kw.tł.nasy: 38,68 g; W:350,56 g w tym cukry: 40,45g; Bł: 40,17g, sól:3,80g.

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>ŚRODA 27.05.2026 rok</b>	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) Ser żółty 40g (7) Pasztet drobiowy 60g (1) 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) Szynka got. 40g (-) Pasztet drobiowy 60g (1) 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) Szynka got. 40g (-) Pasztet drobiowy 60g (1) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)
	Obiad	Barszcz zabieleny 350g (1,9) Schab duszony 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Mizeria 100g (7) Fasolka szp. got. 100g (1) Kompot 250g (-)	Barszcz zabieleny 350g (1,9) Schab duszony 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Warzywa dusz.100g (9) Fasolka szp. got. 100g (1) Kompot 250g (-)	Barszcz zabieleny 350g (1,9) Schab duszony 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Warzywa dusz.100g (9) Fasolka szp. got. 100g (1) Herbata owocowa 250g (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Paprykarz szczeciński 100g (4) Ogórek kon. 50g (10)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Paprykarz warzywny 1szt. (6) Pomidor 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Paprykarz warzywny 1szt. (6) Pomidor 50g (-)
	PN	Ciastko b/c – 1szt. (1)	Ciastko b/c – 1szt. (1)	Ciastko b/c – 1szt. (1)
		E: 2603 kcal; B:88,31 g;T:92,48g w tym kw.tł.nasy:35,93g; W:318,65g w tym cukry: 57,28g; Bł: 38,51g, sól:97g.	E: 2599 kcal; B:94,46 g;T:98,25gw tym kw.tł.nasy:34,81g; W:316,53 g w tym cukry: 51,69 g; Bł: 27,49g, sól:4,94g	E: 2535 kcal; B:92,67 g;T:91,22gw tym kw.tł.nasy:35,73 g; W:307,33 g w tym cukry: 38,28g; Bł: 43,56g, sól:92g.

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>CZWARTEK 28.05.2026 rok</b>	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) Parówka cienka 1szt. (-) Ser smażony 50g (7) Sałata lodowa 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) Parówka cienka 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Sałata lodowa 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) Parówka cienka 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Sałata lodowa 10g (-) Jabłko 1szt. (-)
	IIŚ			Pieczywo chrupkie (1)
	Obiad	Grochówka 350g (9) Kurczak po chińsku 250g (1) Ryż 300g (-) Sur. z marchewki 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa szpinakowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Kurczak po chińsku 250g (1) Ryż 300g (-) Sur. z marchewki 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa szpinakowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Kurczak po chińsku 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% 20g (7) Szynka kon. 40g (-) Serek „deliser” 17 g (7) Sał. grecka 50g (7)	Herbata 250g (-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g(7) Szynka kon. 40g (-) Serek „deliser” 17 g (7) Sał. grecka 50g (7)	Herbata 250g (-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g(7) Szynka kon. 40g (-) Serek „deliser” 17 g (7) Sał. grecka 50g (7)
	PN	Jogurt owocowy b/c - 1szt. (7)	Jogurt owocowy b/c - 1szt. (7)	Jogurt nat. - 1szt. (7)
		E: 2350 kcal; B:80,37g;T:86,41g w tym kw.tł.nasy:37,27g; W:304,46g w tym cukry: 52,03g; Bł: 34,69g, sól:4,73 g.	E: 2298 kcal; B:85,90g;T:85,86 g w tym kw.tł.nasy:33,26g; W:307,97 g w tym cukry: 52,87g; Bł: 26,18 g, sól:4,78g	E: 2166 kcal; B:81,17 g;T:77,49 gw tym kw.tł.nasy:32,56g; W:304,69g w tym cukry: 49,08g; Bł: 40,50g, sól:4,93g

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>PIĄTEK 29.05.2026 rok</b>	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) Pasta z jajka z koperkiem 50g (3) Powidła 30g (-) Ogórek ziel. 50g (-)	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z koperkiem 50g (3) Powidła 30g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z koperkiem 50g (3) Ser żółty 40g (7) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Serek „wiejski” - 1szt. (7)
	Obiad	Zupa kalafiorowa 350g (1,9) Filet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki dusz. 300g (-) Sur. z białej kap. 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa kalafiorowa 350g (1,9) Filet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki dusz. 300g (-) Brokuł got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa kalafiorowa 350g (1,9) Filet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki dusz. 300g (-) Brokuł got. 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 selera 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro- smak” 1szt. (7) Sał. z selera 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro- smak” 1szt. (7) Sał. z selera 50g (3,9)
	PN	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2583 kcal; B:89,67g;T:88,63g w tym kw.tł.nasy:39,83g; W: 354,32 g w tym cukry: 54,32g; Bł: 47,93 g, sól:6,23g.	E: 2484 kcal; B:69,48g;T:67,62 g w tym kw.tł.nasy:33,16g; W: 352,04 g w tym cukry: 51,18 g; Bł: 30,94 g, sól:4,22g	E: 2491 kcal; B:72,65g;T:75,42g w tym kw.tł.nasy:35,87 g; W: 342,86 g w tym cukry: 37,27g; Bł: 47,96g, sól:4,58g

## **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)**

**Gorzyczka i produkty pochodne (10)**

Opracował:

Izabela Cegiela – Kier.działu żywienia

Alicja Kędzierska – Starszy dietetyk