

**Jadlospis od dnia 21.03.2026r do dnia 30.03.2026r.**

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>SOBOTA 21.03.2026 rok</b>	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g (1) Masło 82% 20g (7) Szynka got. 40g (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałata lodowa 10g (-) Jabłko 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka got. 40g (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałata lodowa 10g (-) Jabłko 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Szynka got. 40g (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałata lodowa 10g (-) Jabłko 1szt. (-)
	IIŚ			Kefir 1szt. (7)
	Obiad	Grochówka 350g (9) Sos myśliwski 250g (1,10) Kasza j. 300g (1) Sałatka z ogórka kiszzonego 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Sos mięsno – warzywny 250g (1,9) Kasza j. 300g (1) Sur. z selera i marchewki 150g (9) Kompot 250g (-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Sos mięsno – warzywny 250g (1,9) Kasza j. 300g (1) Sur. z selera i marchewki 150g (9) Herbata owocowa 250g (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa śląska cienka 1szt.(-) Twarożek 50g (7) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka cienka 1szt. (-) Twarożek 50g (7) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa śląska cienka 1szt.(-) Twarożek 50g (7) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)
	PN	Ciastko b/c - 1szt. (1)	Ciastko b/c - 1szt. (1)	Ciastko b/c - 1szt. (1)
		E: 2180 kcal; B:56,20 g;T:98,38g w tym kw.tł.nasy: 45,18g; W: 257,36g,cukry:36,73g; Bł: 27,16 g, sól:6,82g	E: 2337 kcal; B:73,52g;T:98,77g w tym kw.tł.nasy: 45,94g; W: 276,71 g w tym cukry: 31,45g; Bł: 23,84g, sól:4,90g.	E: 2262 kcal; B:67,89 g;T:99,76g w tym kw.tł.nasy: 45,94g;W: 268,77g w tym cukry: 28,04g; Bł: 42,43 g, sól:4,92g.

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>NIEDZIELA 22.03.2026 rok</b>	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 50g (3,9) Serek „hochland” 22g (7) Roszponka z pomidorem, pestkami dyni i słonecznika 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 50g (3,9) Serek „hochland” 22g (7) Roszponka z pomidorem, pestkami dyni i słonecznika 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 50g (3,9) Serek „hochland” 22g (7) Roszponka z pomidorem, pestkami dyni i słonecznika 50g (-)
	IIŚ			Krakersy 1szt. (1)
	Obiad	Zupa pomid. z ryżem 350g (1,9) Udko z kurczaka dusz.1szt. (-) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z warzyw 150g (7,9) Kompot 250g(-)	Zupa pomid. z ryżem 350g (1,9) Udko z kurczaka got.1szt. (-) Sos potrawkowy 150g (1,3,7) Ziemniaki 300g (-) Sur. z warzyw 150g (7,9) Kompot 250g(-)	Zupa pomid. z ryżem 350g (1,9) Udko z kurczaka got.1szt. (-) Sos potrawkowy 150g (1,3,7) 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) Kieł. łopatkowa 40g (-) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Sał. z selera 50 g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. łopatkowa 40g (-) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Sał. z selera 50 g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. łopatkowa 40g (-) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Sał. z selera 50 g (3,9)
	PN	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)
		E: 2484kcal; B:98,94g;T:85,30g w tym kw.tł.nasy:28,14g; W: 345,15g w tym cukry: 62,56g; Bł: 34,92g, sól:6,68g.	E: 2502kcal; B:105,61g;T:82,21g w tym kw.tł.nasy:27,23g; W: 349,23g w tym cukry: 61,66g; Bł: 27,21g, sól:6,52g	E: 2472kcal; B:113,60g;T:82,40g w tym kw.tł.nasy:27,18g; W: 336,45g w tym cukry: 42,73g; Bł: 38,24g, sól:6,12g

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>PONIEDZIAŁEK 23.032026 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 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 „homogenizowany” 1szt. (7) Dżem 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 „homogenizowany” 1szt. (7) Filet z indyka 40g (-) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)
	Obiad	Zupa brokułowa 350g (1,9) Kotlet mielony dusz. 80g (1,3) W sosie pieczarkowym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z włoskiej kap. 150g (3) Kompot 250g(-)	Zupa brokułowa 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z włoskiej kap. 150g (3) Kompot 250g(-)	Zupa brokułowa 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z włoskiej kap. 150g (3) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Paprykarz szczeciński 100g (4) Ser żółty 40g (7) Ogórek ziel. 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g(7) Paprykarz warzywny 1szt. (6) Ser topiony 50g (7) Pomidor 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g(7) Paprykarz warzywny 1szt. (6) Ser topiony 50g (7) Pomidor 50g (-)
	PN	Baton twarogowy - 1szt. (7)	Baton twarogowy - 1szt. (7)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2351kcal; B:81,79g;T:78,37g w tym kw.łł.nasy:39,06g; W:345,20g w tym cukry: 60,23g; Bł: 40,28g, sól:6,30g.	E: 2268kcal; B:81,34g;T:70,21gw tym kw.łł.nasy:35,06g; W:341,96g w tym cukry: 57,20g; Bł: 28,19g, sól:5,96g.	E: 2104kcal; B:81,72g;T:70,00gw tym kw.łł.nasy:38,09g; W:300,85g w tym cukry: 52,65g; Bł: 40,19g, sól:5,86g.

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>WTOREK 24.03.2026 rok</b>	Śniadanie	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Szynka kon. 40g (-) Serek „gouda” 17g (7) Papryka 50g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka kon. 40g (-) Serek „gouda” 17g (7) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka kon. 40g (-) Serek „gouda” 17g (7) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Pieczywo chrupkie - (1)
	Obiad	Zupa gyros 350g (1,9,10) Jajko sadzone 1szt. (3) Ziemniaki dusz. 300g (-) Sur. z marchewki i ananasa 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Pierogi leniwe 300g (1,3) Sur. z marchewki i ananasa 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Jajko sadzone 1szt. (3) Ziemniaki dusz. 300g (-) Sur. z marchewki 150g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sałatka z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sałatka z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sałatka z kalafiora 50g (3,9)
	PN	Deser mleczny śmietankowy - 1szt. (7)	Deser mleczny śmietankowy - 1szt. (7)	Jogurt nat. - 1szt. (7)
		E: 2713kcal; B:101,55g;T:92,00g w tym kw.tł.nasy:45,48g; W:347,68g w tym cukry: 70,24g; Bł: 46,91g, sól:8,21g	E: 2714kcal; B:78,61g;T:104,94gw tym kw.tł.nasy:50,76g; W:377,67g w tym cukry: 77,85g; Bł: 27,59g, sól:6,74g.	E: 2630kcal; B:92,30g;T:104,72g w tym kw.tł.nasy:47,54g; W: 333,29g w tym cukry: 40,99g; Bł: 42,32g, sól:8,31g

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>ŚRODA 25.03.2026 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 Jajko got. 1szt. (3) Metka łososiowa 40g (-) Sałata 10g (-) Jabłko 1szt. (-)	Zupa ml. z zacierka 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g Jajko got. 1szt. (3) Wędlina drobiowa 40g (-) Sałata 10g (-) Jabłko 1szt. (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Wędlina drobiowa 40g (-) Sałata 10g (-) Jabłko 1szt. (-)
	IIŚ			Ser żółty 50g (7)
	Obiad	Zupa szpinakowa 350g (1,7,9) Placki z kurczaka dusz. z warzywami 80g (1,9) Ziemniaki dusz. 300g (-) Sur. z czerwonej kap. z ogórkiem kon.150g (10) Kompot 250g(-)	Zupa szpinakowa 350g (1,7,9) Placki z kurczaka dusz. z warzywami 80g (1,9) Ziemniaki dusz. 300g (-) Marchewka got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa szpinakowa 350g (1,7,9) Placki z kurczaka dusz. z warzywami 80g (1,9) Ziemniaki dusz. 300g (-) Sur. z czerwonej kap. z ogórkiem kon.150g (10) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z ryby wędzonej i pora 50g (3,4) Serek „hochland” 22g (7) Sał. wegetariańska 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z tuńczyka i warzyw 50g (3,4,9) Serek „hochland” 22g (7) Sał. wegetariańska 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z tuńczyka i warzyw 50g (3,4,9) Serek „hochland” 22g (7) Sał. wegetariańska 50g (-)
	PN	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2215kcal; B:76,97g;T:77,12g w tym kw.tł.nasy:33,26g; W: 322,91g w tym cukry: 60,32g; Bł: 38,15g, sól:7,55g	E: 2327kcal; B:78,23g;T:78,11g w tym kw.tł.nasy:33,15g; W: 335,71g w tym cukry: 61,23g; Bł: 28,89g, sól:7,59g.	E: 2130kcal; B:86,63g;T:79,14g w tym kw.tł.nasy:33,97g; W: 294,78g w tym cukry: 52,67g; Bł: 47,26g, sól:8,31g

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>CZWARTEK 26.03.2026 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) Powidła 30g (-) 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) Powidła 30g (-) 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) Połudwica sopocka 40g (-) Sałata lodowa 10g (-)
	IIŚ			Ciastko b/c 1szt. (1)
	Obiad	Barszcz zabieleny 350g (1,9) Schab duszony 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z warzyw 150g (7,9) Kompot 250g(-)	Barszcz zabieleny 350g (1,9) Schab duszony 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z warzyw 150g (7,9) Kompot 250g(-)	Barszcz zabieleny 350g (1,9) Schab duszony 80g (-) W sosie własnym 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) Kieł. szynkowa drobiowa 40g (-) Pasta z cieciorki z szczypiorkiem 50g (-) Sał. z ryżu i warzyw 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. szynkowa drobiowa 40g (-) Pasta z cieciorki z szczypiorkiem 50g (-) Sał. z ryżu i warzyw 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. szynkowa drobiowa 40g (-) Pasta z cieciorki z szczypiorkiem 50g (-) Sał. z ryżu i warzyw 50g (3,9)
	PN	Kefir - 1szt. (7)	Kefir – 1szt. (7)	Kefir 1szt. – 1 szt.(7)
		E: 2150kcal; B:75,24g;T:72,03g w tym kw.tł.nasy:33,29g; W:310,23g w tym cukry: 49,21g; Bł: 39,61g, sól:6,27g	E: 2148kcal; B:81,42g;T:72,10gw tym kw.tł.nasy:33,00g; W:310,04g w tym cukry: 54,00g; Bł: 28,32g, sól:6,26g.	E: 2159kcal; B:77,98g;T:71,96gw tym kw.tł.nasy:33,49g; W:308,61g w tym cukry: 36,35g; Bł: 45,15g, sól:6,29g.

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>PIĄTEK 27.03.2026 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) Pasta z jajka z koperkiem 50g (3) Serek „deliser” 17g (7) Sałata 10g (-) Mandarynka 1szt. (-)	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 20g (7) Pasta z jajka z koperkiem 50g (3) Serek „deliser” 17g (7) Sałata 10g (-) Mandarynka 1szt. (-)	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 20g (7) Pasta z jajka z koperkiem 50g (3) Serek „deliser” 17g (7) Sałata 10g (-) Mandarynka 1szt. (-)
	IIŚ			Biszkopty b/c 1szt. (1)
	Obiad	Kapuśniak z kisz. kap. 350g (9) Twarożek z ziel. 100g (7) Ziemniaki 300g (-) Kompot 250g(-) Kisiel z mleczkiem waniliowym 150g (1,3)	Zupa krupnik 350g (1,9) Twarożek z ziel. 100g (7) Ziemniaki 300g (-) Kompot 250g(-) Kisiel z mleczkiem waniliowym 150g (1,3)	Zupa krupnik 350g (1,9) Twarożek z ziel. 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) Ryba w zalewie 100g (4) Ser topiony 50g (7) Pomidor z koperkiem. z pestkami dyni i słonecznika 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Galaretka z ryby 150g (3,4,9) Ser topiony 50g (7) Pomidor z koperkiem. z pestkami dyni i słonecznika 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Galaretka z ryby 150g (3,4,9) Ser topiony 50g (7) Pomidor z koperkiem. z pestkami dyni i słonecznika 50g (-)
	PN	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2351kcal; B:81,79g;T:78,37g w tym kw.tł.nasy:39,06g; W:345,20g w tym cukry: 60,23g; Bł: 40,28g, sól:6,30g	E: 2268kcal; B:81,34g;T:70,21gw tym kw.tł.nasy:35,06g; W:341,96g w tym cukry: 57,20g; Bł: 28,19g, sól:5,96g.	E: 2104kcal; B:81,72g;T:70,00gw tym kw.tł.nasy:38,09g; W:300,85g w tym cukry: 52,65g; Bł: 40,19g, sól:5,86g

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>SOBOTA 28.03.2026 rok</b>	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa śląska drobiowa 2szt. (-) Serek „hochland” 22g (7) Sałata 10g (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 20g (7) Kiełbasa śląska drobiowa 2szt. (-) Serek „hochland” 22g (7) Sałata 10g (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 20g (7) Kiełbasa śląska drobiowa 2szt. (-) Serek „hochland” 22g (7) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)
	Obiad	Zupa ogórkowa 350g (9) Kurczak w sosie brokułowo – śmietanowym 250g (1,7) Makaron 300g (1) Sałatka z buraczków 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Kurczak w sosie brokułowo – śmietanowym 250g (1,7) Makaron 300g (1) Sałatka z buraczków 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Kurczak w sosie brokułowo – śmietanowym 250g (1,7) Makaron pełnoziarnisty 300g (1) Sałatka z buraczków 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 selera z szynką , ananasem, serem żółty 50g (3,7,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro- smak” 1szt. (7) Sałatka z selera z szynką , ananasem, serem żółty 50g (3,7,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro- smak” 1szt. (7) Sałatka z selera z szynką , serem żółty 50g (3,7,9)
	PN	Deser mleczny- kaszka z owocem - 1szt. (7)	Deser mleczny- kaszka z owocem - 1szt. (7)	Jogurt nat. - 1szt. (7)
		E: 2376kcal; B:83,84g;T:90,03g w tym kw.tł.nasy:45,46g; W:320,79g w tym cukry: 60,20g; Bł: 27,00g, sól:6,02g.	E: 2402kcal; B:84,20g;T:90,04gw tym kw.tł.nasy:42,02g; W:324,68g w tym cukry: 61,02g; Bł: 25,00g, sól:5,98g.	E: 2375kcal; B:97,97g;T:90,20gw tym kw.tł.nasy:35,98g; W:307,39g w tym cukry: 45,27g; Bł: 38,31g, sól:7,02g.

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>NIEDZIELA 29.03.2026 rok</b>	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka biała 40g (-) Twarożek z ziel. pietrusz. 50g (7) Pomidor z pestkami słonecznika i dyni 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 20g (7) Szynka biała 40g (-) Twarożek z ziel. pietrusz. 50g (7) Pomidor z pestkami słonecznika i dyni 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 20g (7) Szynka biała 40g (-) Twarożek z ziel. pietrusz. 50g (7) Pomidor z pestkami słonecznika i dyni 50g (-)
	IIŚ			Krakersy 1szt. (1)
	Obiad	Zupa pieczarkowa z makar. 350g (1,9) Kotlet schabowy smażony 80g (1,3) Ziemniaki dusz. 300g (-) Kap. kiszona got. 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa pieczarkowa z makar. 350g (1,9) Bitka schabowa duszona 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki dusz.300g (-) Kalafior got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa pieczarkowa z makar. 350g (1,9) Bitka schabowa duszona 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) Parówka gruba 1szt. (-) z musztardą 30g (10) Sałatka z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka gruba 1szt. (-) z keczupem 30g (-) Sałatka z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka gruba 1szt. (-) z musztardą 30g (10) Sałatka z brokuła 50g (3,9)
	PN	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2552kcal; B:93,40g;T:97,34g w tym kw.tł.nasy:40,00g; W: 345,27g w tym cukry: 68,03g; Bł: 37,53g, sól:9,03g.	E: 2482kcal; B:86,52g;T:97,84g w tym kw.tł.nasy:40,24g; W: 327,18g w tym cukry: 58,75g; Bł: 27,11g, sól:9,21g	E: 2337kcal; B:87,41g;T:98,89g w tym kw.tł.nasy:39,74g; W: 297,55g w tym cukry: 54,39g; Bł: 46,29g, sól:9,03g.

		<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>
<b>PONIEDZIAŁEK 30.03.2026 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) Jajko got. 1szt. (3) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałata lodowa 10g (-) Jabłko 1szt. (-)	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) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałata lodowa 10g (-) Jabłko 1szt. (-)	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) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałata lodowa 10g (-) Jabłko 1szt. (-)
	IIŚ			Kefir 1szt. (7)
	Obiad	Krupnik ryżowy 350g (9) Filet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki dusz. 300g (-) Warzywa dusz. 150g (9) Kompot 250g(-)	Krupnik ryżowy 350g (9) Filet z ryby dusz. 80g (1,3,4) Ziemniaki dusz. 300g (-) Warzywa dusz. 150g (9) Kompot 250g(-)	Krupnik ryżowy 350g (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) Pasta z kurczaka z ogórkiem kon.50g (3,10) Serek „gouda” 17g (7) Sał. grecka 50g (7)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z kurczaka z ogórkiem kon.50g (3,10) Serek „gouda” 17g (7) Sał. grecka 50g (7)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z kurczaka z ogórkiem kon.50g (3,10) Serek „gouda” 17g (7) Sał. grecka 50g (7)
	PN	Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c – 1szt. (-)
		E: 2592kcal; B:91,03g;T:97,20g w tym kw.tł.nasy:48,56g; W:351,59g w tym cukry: 78,21g; Bł: 30,80g, sól:6,54g.	E: 2478kcal; B:85,74g;T:96,88g w tym kw.tł.nasy:45,23g; W:325,75g w tym cukry: 79,95g; Bł: 21,38g, sól:6,32g	E: 2527kcal; B:90,97g;T:98,93g w tym kw.tł.nasy:40,67g; W:318,13g w tym cukry: 69,04g; Bł: 38,67g, sól:6,27g

## **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)**

**Gorzycza i produkty pochodne (10)**

**Sezam (11)**

Opracował:  
Izabela Cegiela – Kier.działu żywienia