

Jadłospis od dnia 27.09.2026r do dnia 06.10.2026r.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
NIEDZIELA 27.09.2026 rok	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Twarożek z ziel. pietruszką 50g (7) Sałata 10g (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Twarożek z ziel. pietruszką 50g (7) Sałata 10g (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g(7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Twarożek z ziel. pietruszką 50g (7) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Pieczywo chrupkie (1)
	Obiad	Zupa pomid. z makar. 350g (1,9) Placki z kurczaka z warzywami dusz. 80g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Kapusta biała got. 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa pomid. z makar. 350g (1,9) Placki z kurczaka z warzywami dusz. 80g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa pomid. z makar. 350g (1,9) Placki z kurczaka z warzywami dusz. 80g (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% 15g (7) Szynka got. 40 g(-) Serek „hochland” 22g(7) Sał. z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Szynka got. 40 g(-) Serek „hochland” 22g(7) Sał. z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Szynka got. 40 g(-) Serek „hochland” 22g(7) Sał. z brokuła 50g (3,9)
	PN	Baton twarogowy - 1szt. (7)	Baton twarogowy - 1szt. (7)	Sok pomidorowy - 1szt. (-)
		E: 2214 kcal; B:82,23g;T:69,02g w tym kw.tł.nasy:29,31g; W:279,78g w tym cukry: 46,24g; Bł: 32,28g, sól:3,94g	E: 2262 kcal; B:88,51g;T:68,47gw tym kw.tł.nasy:29,33g; W:282,39g w tym cukry: 40,93g; Bł: 23,47g, sól:3,94g	E: 2134 kcal; B:75,96g;T:66,13gw tym kw.tł.nasy:27,47g; W:270,23g w tym cukry: 27,82g; Bł: 47,41g, sól:6,06g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PONIEDZIAŁEK 28.09.2026 rok	Śniadanie	Zupa ml. z kaszka p . 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. z kaszka p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-)	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Sałata lodowa 10g (-)
	IIŚ			Baton owocowy b/c 1szt. (-)
	Obiad	Zupa koperkowa z l. ciastem 300g (1,3,9) Sznycel mielony z ceb. i pieczarkami 80g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z warzyw 150g (7,9) Kompot 250g(-)	Zupa koperkowa z l. ciastem 300g (1,3,9) Kurczak got. 100g(-) Sos potrawkowy 150g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z warzyw 150g (7,9) Kompot 250g(-)	Zupa koperkowa z l. ciastem 300g (1,3,9) Kurczak got. 100g(-) Sos potrawkowy 150g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z warzyw 150g (7,9) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Szynka z fileta z kurczaka 40g (-) Pasta z warzyw 50g (9) Pomidor z koperkiem i słonecznikiem 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Szynka z fileta z kurczaka 40g (-) Pasta z warzyw 50g (9) Pomidor z koperkiem i słonecznikiem 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Szynka z fileta z kurczaka 40g (-) Pasta z warzyw 50g (9) Pomidor z koperkiem i słonecznikiem 50g (-)
	PN	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)	Mus owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2203 kcal; B:78,48g;T:60,51g w tym kw.tł.nasy:26,53g; W:301,08g w tym cukry: 52,30g; Bł: 36,73g, sól:3,90g	E: 2228kcal; B:82,64g;T:57,73gw tym kw.tł.nasy:27,29g; W:304,86g w tym cukry: 49,51g; Bł: 27,13g, sól:3,90g	E: 2228 kcal; B:77,17g;T:58,71gw tym kw.tł.nasy:27,26g; W:308,91g w tym cukry: 36,10g; Bł: 46,17g, sól:4,02g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
WTOREK 29.09.2026 rok	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Kieł. śląska drobiowa 2szt. (-) Sał. z rukoli z serem „feta”i szynką 50g (7)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Kieł. śląska drobiowa 2szt. (-) Sał. z rukoli z serem „feta”i szynką 50g (7)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15 (7) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Kieł. śląska drobiowa 2szt. (-) Sał. z rukoli z serem „feta” i szynką 50g (7)
	IIŚ			Ciastko b/c - 1szt. (1)
	Obiad	Zupa gulaszowa 350g (1,9) Sos brokułowo - serowy 250g (1,7) Makaron 300g (1) Sał. z buraczków 150g (-) Kompot 250g (-) Jabłko 1szt.	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Sos brokułowo - serowy 250g (1,7) Makaron 300g (1) Sał. z buraczków 150g (-) Kompot 250g (-) Jabłko 1szt.	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Sos brokułowo - serowy 250g (1,7) Makaron pełnoziarnisty 300g (1) Sur. z pekińskiej kap.150g (3) Herbata owocowa 250g(-) Jabłko 1szt.
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Byczki w pomidorach 100g (4) Ser topiony 50g(7) Ogórek kisz. 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Galaretka z ryby 150g (3,4,9) Ser topiony 50g(7) Pomidor 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Galaretka z ryby 150g (3,4,9) Ser topiony 50g(7) Pomidor 50g (-)
	PN	Kefir – 1szt.(7)	Kefir – 1szt.(7)	Kefir – 1szt.(7)
		E: 2381kcal; B:87,57g;T:78,68g w tym kw.tł.nasy:39,48g; W: 319,83g w tym cukry: 61,16g; Bł: 33,35g, sól:5,98g.	E: 2284kcal; B:94,15g;T:63,81g w tym kw.tł.nasy:35,93g; W: 318,97g w tym cukry: 57,16g; Bł: 26,54g, sól:5,33g	E: 2417 kcal; B:93,92g;T:80,22g w tym kw.tł.nasy:37,37g; W: 326,20g w tym cukry: 46,26g; Bł: 45,30g, sól:5,62g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
ŚRODA 30.09.2026r. 21.08.2026r.	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% 15g (7) Wędlina drobiowa 40g (-) 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% 15g (7) Wędlina drobiowa 40g (-) 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% 15g (7) Wędlina drobiowa 40g (-) Ser żółty 40g (7) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Krakersy 1szt. (1)
	Obiad	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Kotlet schabowy smaż. 80g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Kapusta kisz. got.150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Bitka schabowa dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Marchewka mini got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Bitka schabowa dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Kapusta kisz. got.150g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Jajko got. 1szt. (3) Ser żółty 40g (7) Sał. z ciecioriki 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Jajko got. 1szt. (3) Filet z indyka 40g (-) Sał. z ciecioriki 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Jajko got. 1szt. (3) Filet z indyka 40g (-) Sał. z ciecioriki 50g (3)
	PN	Sok pomidorowy b/c - 1 szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1 szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1 szt. (-)
		E: 2134 kcal; B:85,15g;T:65,12g w tym kw.tł.nasy:28,85g; W: 289,03g w tym cukry: 45,02 g; Bł: 34,48g, sól:6,61g.	E: 2050kcal; B:86,57g;T:34,29g w tym kw.tł.nasy:21,94g; W: 285,14g w tym cukry: 49,22g; Bł: 25,63g, sól:5,69g	E: 2321 kcal; B:95,56g;T:74,46g w tym kw.tł.nasy:33,44g; W: 303,22g w tym cukry: 28,15g; Bł: 42,23g, sól:6,53g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
CZWARTEK 01.10.2026r	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g(7) Polędwica sopocka 40g (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Pomidor 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g(7) Polędwica sopocka 40g (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Pomidor 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g(7) Polędwica sopocka 40g (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Mus owocowy b/c 1szt. (-)
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350g (9) Sos myśliwski 250g (1,10) Kasza g. 300g (-) Sał. z ogórka kon. 150g (10) Kompot 250g (-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1) Kasza g. 300g (-) Kalafior got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1) Kasza g. 300g (-) Kalafior got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Parówka drobiowa cienka 1szt. (-) Serek „deliser” 17g (7) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Parówka drobiowa cienka 1szt. (-) Serek „deliser” 17g (7) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Parówka drobiowa cienka 1szt. (-) Serek „deliser” 17g (7) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)
	PN	Baton owocowe b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c – 1szt. (-)	Baton owocowy b/c – 1szt. (-)
		E: 2104 kcal; B:69,88g;T:64,33g w tym kw.tł.nasy:19,73g; W: 303,47g w tym cukry: 31,06g; Bł: 32,99g, sól:5,76g.	E: 2251kcal; B:82,13g;T:66,03g w tym kw.tł.nasy:43,26g; W: 301,22g w tym cukry: 27,16; Bł: 28,02g, sól:3,65g.	E: 2149kcal; B:85,14g;T:66,85g w tym kw.tł.nasy:32,85g; W: 297,72g w tym cukry: 15,75g; Bł: 43,64g, sól:3,67g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PIĄTEK 02.10.2026r. 02.10.2026rok	Śniadanie	Zupa ml. budyniowa 250g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g(7) Pasta z jajka z koperkiem 50g (3) Powidła 30g (-) Sałata 10g (-)	Zupa ml. budyniowa 250g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Pasta z jajka z koperkiem 50g (3) Powidła 30g (-) Sałata 10g (-)	Zupa ml. budyniowa 250g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Pasta z jajka z koperkiem 50g (3) Ser żółty 40g (7) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Paprykarz warzywny- 1szt. (6)
	Obiad	Barszcz z makaronem 350g (1,9) Filet z ryby dusz.80g (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Sur. z białej kap. 150g (-) Kompot 250g (-)	Barszcz z makaronem 350g (1,9) Filet z ryby dusz.80g (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Warzywa dusz. 150g (9) Kompot 250g (-)	Barszcz z makaronem 350g (1,9) Filet z ryby dusz.80g (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Sur. z białej kap. 150g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „fro – smak” 1 szt.(7) Sałatka „gyros” 50g (3,10)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „fro – smak” 1 szt.(7) Sałatka „gyros” 50g (3,10)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „fro – smak” 1 szt.(7) Sałatka „gyros” 50g (3,10)
	PN	Deser mleczny (kasza z owocem) - 1szt. (1,7)	Deser mleczny (kasza z owocem) - 1szt. (1,7)	Kefir – 1szt. (7)
		E: 2390kcal; B:93,23g;T:76,39g w tym kw.tł.nasy:50,10g; W:324,19g w tym cukry: 70,21g; Bł: 32,24g, sól:4,83g.	E: 2514kcal; B:92,20g;T:82,2g w tym kw.tł.nasy:50,00g; W:328,71g w tym cukry: 69,65g; Bł: 26,00g, sól:4,96g.	E: 2635 kcal; B:118,42g;T:91,79g w tym kw.tł.nasy:55,0-2g; W:303,14g w tym cukry: 50,38g; Bł: 39,55g, sól:5,55g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
SOBOTA 03.10.2026r.	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Pieczeń 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Papryka 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Szynka got. 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Szynka got. 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Ciastko b/c 1szt. (1)
	Obiad	Rosół z makaronem 350g (1,9) Gulasz drobiowy got. z jarzynami 250g (-) Ryż 300g (-) Marchewka z groszkiem got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Gulasz drobiowy got. z jarzynami 250g (-) Ryż 300g (-) Marchewka z groszkiem got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Gulasz drobiowy got. z jarzynami 250g (-) Ryż pełnoziarnisty 300g (-) Sur. z selera 150g (9) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Pasta z wędliny, twarogu i jajka z słonecznikiem 70g (3,7) Sał. z makaronu, jajka, pomidora i ogórka 50g (1,3)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Pasta z wędliny, twarogu i jajka z słonecznikiem 70g (3,7) Sał. z makaronu, jajka, pomidora i ogórka 50g (1,3)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Pasta z wędliny, twarogu i jajka z słonecznikiem 70g (3,7) Sał. z makaronu pełnoziarnistego, jajka, pomidora i ogórka 50g (1,3)
	PN	Jogurt owocowy – 1szt. (7)	Jogurt owocowy – 1szt. (7)	Jogurt nat. – 1szt. (7)
		E: 2229kcal; B:77,89g;T:75,09g w tym kw.tł.nasy:30,56g; W: 294,21g w tym cukry: 39,56g; Bł: 31,52g, sól:3,46g.	E: 2274kcal; B:81,41g;T:78,41g w tym kw.tł.nasy:29,44g; W: 308,26g w tym cukry: 37,19g; Bł: 29,09g, sól:4,55g	E: 2310kcal; B:84,99g;T:82,13g w tym kw.tł.nasy:31,47g; W: 302,13g w tym cukry: 25,58g; Bł: 46,94g, sól:4,55g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
NIEDZIELA 04.10.2026rok	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g(7) Kiełbasa śląska cienka 1szt. (-) Twarożek z koperkiem 50g (7) Sałata 10g (-) Banan 1szt. (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Parówka cienka 1szt. (-) Twarożek z koperkiem 50g (7) Sałata 10g (-) Banan 1szt. (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Kiełbasa śląska cienka 1szt. (-) Twarożek z koperkiem 50g (7) Sałata 10g (-) Kiwi 1szt. (-)
	IIŚ			Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)
	Obiad	Zupa pomid. z l. ciastem 350g (1,3,9) Schab dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa pomid. z l. ciastem 350g (1,3,9) Schab dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa pomid. z l. ciastem 350g (1,3,9) Schab dusz. 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Szynka biała 40g (-) Pasta z ciecioriki i warzyw 50g (9) Sałatka z selera 50g (9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Szynka biała 40g (-) Pasta z ciecioriki i warzyw 50g (9) Sałatka z selera 50g (9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Szynka biała 40g (-) Pasta z ciecioriki i warzyw 50g (9) Sałatka z selera 50g (9)
	PN	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)	Mus owocowy b/c – 1szt. (-)
		E: 2132kcal; B:80,25g;T:55,77g w tym kw.tł.nasy:22,83g; W:302,55g w tym cukry: 65,03g; Bł: 35,95g, sól:4,15g	E: 2232kcal; B:83,23g;T:61,14g w tym kw.tł.nasy:25,08g; W:322,50g w tym cukry: 64,02g; Bł: 28,30g, sól:4,56g.	E: 2008 kcal; B:80,67g;T:55,56g w tym kw.tł.nasy:22,89g; W:271,19g w tym cukry: 34,57g; Bł: 45,40g, sól:5,83g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PONIEDZIALEK 05.10.2026r.	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% 15g (7) Paszтет drobiowy 60g (1) Serek „gouda” 17g (7) Sałata 10g (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Paszтет drobiowy 60g (1) Serek „gouda” 17g (7) Sałata 10g (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Paszтет drobiowy 60g (1) Serek „gouda” 17g (7) Sałata 10g (-)
	IIŚ			Kefir – 1szt. (7)
	Obiad	Grochówka 300g (9) Jajko sadzone 1szt. (3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z marchewki 150g (-) Kompot 250g (-) Jabłko 1szt. (-)	Zupa jarzynowa 300g (1,9) Pierogi leniwe 300g (1,3,7) Sur. z marchewki 150g (-) Kompot 250g (-) Jabłko 1szt. (-)	Zupa jarzynowa 300g (1,9) Jajko sadzone 1szt. (3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z marchewki 150g (-) Herbata owocowa 250g(-) Jabłko 1szt. (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Paprykarz 100g (4) Ser żółty 40g (7) Ogórek kisz. 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Galaretka z kurczaka 150g (9) Ser topiony 50g (7) Pomidor 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Galaretka z kurczaka 150g (9) Ser topiony 50g (7) Pomidor 50g (-)
	PN	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2432kcal; B:85,58g;T:75,52g w tym kw.tł.nasy:29,64g; W: 349,06g w tym cukry: 67,98g; Bł: 45,69g, sól:7,22g.	E: 2150 kcal; B:100,46g;T:78,80g w tym kw.tł.nasy:36,15g; W: 280,39g w tym cukry: 70,20g; Bł: 26,37g, sól:5,51g	E: 2353 kcal; B:98,95g;T:82,55g w tym kw.tł.nasy:36,46g; W: 289,72g w tym cukry: 55,95g; Bł: 45,22g, sól:5,94g

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
WTOREK 06.10.2026 rok	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Powidła 30g (-) Sałata lodowa 10g (-) Papryka 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Powidła 30g (-) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 15g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Filet z indyka 40g (-) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Krakersy 1szt. (1)
	Obiad	Zupa brokułowa 350g (1,9) Pieczeń z karkówki 80g (-) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z czerwonej kap. 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa brokułowa 350g (1,9) Mięso got. 80g (-) Sos potrawkowy 150g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Buraczki got.150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa brokułowa 350g (1,9) Mięso got. 80g (-) Sos potrawkowy 150g (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% 15g (7) Kieł. szynkowa drobiowa 40g (-) Pasta z fasoli i ogórka kon. 50g(10) Mix sałat z pestkami dyni, słonecznika i orzechami 50g (8)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 15g (7) Kieł. szynkowa drobiowa 40g (-) Humus 1szt. (11) Mix sałat z pestkami dyni, słonecznika i orzechami 50g (8)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 15g (7) Kieł. szynkowa drobiowa 40g (-) Humus 1szt. (11) Mix sałat z pestkami dyni, słonecznika i orzechami 50g (8)
	PN	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c- 1szt. (-)	Baton owocowy b/c– 1szt. (-)
		E: 2125 kcal; B:78,35g;T:65,84g w tym kw.tł.nasy:25,28g; W:287,89g w tym cukry: 33,25g; Bł: 38,30g, sól:4,34g.	E: 2345 kcal; B:92,98g;T:74,59g w tym kw.tł.nasy:21,30g; W:304,11g w tym cukry: 35,32g; Bł: 31,84g, sól:4,65g	E: 2610 kcal; B:100,98g;T:90,44g w tym kw.tł.nasy:24,99g; W:321,73g w tym cukry: 28,50g; Bł: 48,08g, sól:4,72g

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 Cegieła – Kier.działu żywienia

Alicja Kędzierska – Starszy dietetyk