

| Jadłospis na dzień Wtorek 24.02.2026 r |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                    | zatwierdzono : dietetyk -Marzanna Drzewiecka |  |  |  |  |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--|--|--|--|
| ŚNIADANIE                              | Dieta ogólna 1                                                                                                                                                                   | Dieta łatwostrawna 2                                                                                                                                                               | Dieta wątrobowa 2a                                                                                                                                                                 | Dieta cukrzycowa 7                                                                                                                                                                 |                                              |  |  |  |  |
|                                        | Kasza manna na mleku 300ml<br>kasza manna 20 g ,mleko 2%tł 280 ml                                                                                                                | Kasza manna na mleku 300ml<br>kasza manna 20 g ,mleko 2%tł 280 ml                                                                                                                  | Kasza manna na mleku 300ml<br>kasza manna 20 g ,mleko 2%tł 280 ml                                                                                                                  | Kasza manna na mleku 300ml<br>kasza manna 20 g ,mleko 2%tł 280 ml                                                                                                                  |                                              |  |  |  |  |
|                                        | Ser żółty 40g serek tartar 2 szt sałata z zielonym ogórkiem 15g                                                                                                                  | Ser żółty 40g serek tartar 2 szt sałata z zielonym ogórkiem 15g                                                                                                                    | Kiełbasa szynkowa 40 g serek tartar 1 szt sałata z zielonym ogórkiem 15g                                                                                                           | Ser żółty 40g sałata z zielonym ogórkiem 15g                                                                                                                                       |                                              |  |  |  |  |
|                                        | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g                                                                                                                 | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50g                                                                                                                    | Chleb baltonowski 50g chleb razowy graham 50g /bułka grahamka 50 g                                                                                                                 | chleb razowy żytni 60g                                                                                                                                                             |                                              |  |  |  |  |
|                                        | Masło 10g                                                                                                                                                                        | Masło 10g                                                                                                                                                                          | Masło 10g                                                                                                                                                                          | Masło 10g                                                                                                                                                                          |                                              |  |  |  |  |
|                                        | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3g                                                                                                                                | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3g                                                                                                                                  | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3g                                                                                                                                  | kawa zbożowa b/c 250ml                                                                                                                                                             |                                              |  |  |  |  |
| Alergeny                               | gluten,mleko                                                                                                                                                                     | gluten,mleko ,seler                                                                                                                                                                | gluten,mleko                                                                                                                                                                       | gluten,mleko                                                                                                                                                                       |                                              |  |  |  |  |
| II ŚNIADANIE                           | Jogurt naturalny 150 g                                                                                                                                                           | Jogurt naturalny 150 g                                                                                                                                                             | Jogurt naturalny 150 g                                                                                                                                                             | Jogurt naturalny 150 g (mleko)                                                                                                                                                     |                                              |  |  |  |  |
| OBIAD                                  | Pieczarkowa z makaronem 300ml<br>pieczarka 50g, włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,makaron 20g , śmietanka 30% tł 3g , mąka 3 g ,przyprawy, zielenina 1g                        | Pieczarkowa z makaronem 300ml<br>pieczarka 50g, włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,makaron 20g , śmietanka 30% tł 3g , mąka 3 g ,przyprawy, zielenina 1g                          | Pieczarkowa z makaronem 300ml<br>pieczarka 50g, włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,makaron 20g , śmietanka 30% tł 3g , mąka 3 g ,przyprawy, zielenina 1g                          | Pieczarkowa z makaronem 300ml<br>pieczarka 50g, włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,makaron 20g , śmietanka 30% tł 3g , mąka 3 g ,przyprawy, zielenina 1g                          |                                              |  |  |  |  |
|                                        | Kotlet mielony smażony 100g sos koperkowy 50g<br>mięso szynka wp. 100 g , jaja 5 g , bułka tarta 10g , cebula 1 g przyprawy , smalec 3 g ,koper 3 g ,mąka 1g, śmietana 18% tł 2g | Pulpet drobiowy gotowany 100 g sos koperkowy 50g<br>mięso szynka wp. 100 g , jaja 5 g , bułka tarta 5g , cebula 1 g przyprawy , smalec 3 g ,koper 3 g ,mąka 1g, śmietana 18% tł 2g | Pulpet drobiowy gotowany 100 g sos koperkowy 50g<br>mięso szynka wp. 100 g , jaja 5 g , bułka tarta 5g , cebula 1 g przyprawy , smalec 3 g ,koper 3 g ,mąka 1g, śmietana 18% tł 2g | Pulpet drobiowy gotowany 100 g sos koperkowy 50g<br>mięso szynka wp. 100 g , jaja 5 g , bułka tarta 5g , cebula 1 g przyprawy , smalec 3 g ,koper 3 g ,mąka 1g, śmietana 18% tł 2g |                                              |  |  |  |  |
|                                        | Ziemniaki gotowane180g                                                                                                                                                           | Ziemniaki gotowane180g                                                                                                                                                             | Ziemniaki gotowane180g                                                                                                                                                             | Ziemniaki gotowane180g                                                                                                                                                             |                                              |  |  |  |  |
|                                        | Fasolka szparagowa gotowana z masłem i bułką150g<br>(masło 2 g,bułka .tarta 2g)                                                                                                  | Fasolka szparagowa gotowana z masłem i bułką150g<br>masło 2 g,bułka .tarta 2g)                                                                                                     | Fasolka szparagowa gotowana z masłem i bułką150g((masło 2g bułka tarta 2g                                                                                                          | Fasolka szparagowa gotowana z masłem i bułką150gmasło 2 g,bułka tarta 2g)                                                                                                          |                                              |  |  |  |  |
|                                        | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka kompotowa mrożonka 30g ,cukier 3 g                                                                                                             | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka kompotowa mrożonka 30g ,cukier 3 g                                                                                                               | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka kompotowa mrożonka 30g ,cukier 3 g                                                                                                               | Kompot owocowy 250ml b/c<br>mieszanka owocowa mrożona 30g-słodzik                                                                                                                  |                                              |  |  |  |  |
| Alergeny                               | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja                                                                                                                                                 | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja                                                                                                                                                   | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja                                                                                                                                                   | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja                                                                                                                                                   |                                              |  |  |  |  |
| PODWIECZOREK                           | Kisiel z jabłkiem 150 g<br>kisiel proszek 10g ,cukier 2g ,jabłko 20g                                                                                                             | Kisiel z jabłkiem 150 g<br>kisiel proszek 10g ,cukier 2g ,jabłko 20g                                                                                                               | Kisiel z jabłkiem 150 g<br>kisiel proszek 10g ,cukier 2g ,jabłko 20g                                                                                                               | Mus owocowy 100 g(6 posiłków)                                                                                                                                                      |                                              |  |  |  |  |
| KOLACJA                                | szynka drobiowa 40g pasztetowa 30g papryka konserwowa 30g                                                                                                                        | szynka drobiowa 40g kiełbasa szynkowa 30g pomidorki 30 g                                                                                                                           | szynka drobiowa 40g polędwica sopocka 30g pomidorki 30g                                                                                                                            | szynka drobiowa 40g pomidorki 30g                                                                                                                                                  |                                              |  |  |  |  |
|                                        | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                                                     | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                                                       | Chleb baltonowski 50g chleb graham 50g                                                                                                                                             | chleb razowy żytni 50g                                                                                                                                                             |                                              |  |  |  |  |
|                                        | Masło 10g Herbata z/c 250ml herbata 3g cukier 3 g                                                                                                                                | Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3g cukier 3 g                                                                                                                                 | Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3g cukier 3 g                                                                                                                                 | Masło 10g Herbata b/c 250 ml herbata 3g słodzik                                                                                                                                    |                                              |  |  |  |  |
| Alergeny:                              | gluten,mleko gorczyca,seler,                                                                                                                                                     | gluten,mleko gorczyca,seler                                                                                                                                                        | gluten,mleko gorczyca,seler                                                                                                                                                        | gluten,mleko gorczyca,seler                                                                                                                                                        |                                              |  |  |  |  |
| II KOLACJA                             |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                    | Kisiel z jabłkiem 150g b/c - słodzik                                                                                                                                               |                                              |  |  |  |  |
| Wartość odżywcza                       | Energia 2020kcal tłuszcze 78g kw.tł.nasyc.29g węglowodany 266g cukier 26g białko 88g błonnik28g sól 2259 mg                                                                      | Energia 1965 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 261g cukier 26g białko 88g błonnik28g sól 2091 mg                                                                       | Energia 1965 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 261g cukier 26g białko 88g błonnik28g sól 2091 mg                                                                       | Energia 1814 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 232 g cukier 15g białko 84g błonnik 32g sól 1966 mg                                                                     |                                              |  |  |  |  |

| Jadłospis na dzień |                                                                                                                   | Środa 25.02.2026 r                                                                                                | zatwierdzono:dietetyk-Marzanna Drzewiecka                                                                         |                                                                                                                   |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ŚNIADANIE          | Dieta ogólna 1                                                                                                    | Dieta łatwostrawna 2                                                                                              | Dieta wątrobowa 2a                                                                                                | Dieta cukrzycowa 7                                                                                                |
|                    | Makaron na mleku 300ml<br>makaron 20g ,mleko 280g                                                                 | Makaron na mleku 300ml<br>makaron 20g ,mleko 280g                                                                 | Makaron na mleku 300ml<br>makaron 20g ,mleko 280g                                                                 | Makaron na mleku 300ml<br>makaron 20g ,mleko 280g                                                                 |
|                    | Pasztecik drobiowy 50g mozzarella 30 g pomidorki 30g                                                              | Pasztecik drobiowy 50g mozzarella 30 g pomidorki 30g                                                              | mozzarella 50 g pomidorki 30g miód 25 g                                                                           | Pasztecik drobiowy 1 szt pomidorki                                                                                |
|                    | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50g                                                   | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g                                                  | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g                                                  | chleb razowy żytni 60g                                                                                            |
|                    | Masło 10g                                                                                                         | Masło 10g                                                                                                         | Masło 10g                                                                                                         | Masło 10g                                                                                                         |
|                    | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g ,cukier 3 g                                                               | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g                                                                | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g                                                                | kawa zbożowa b/c 250ml kawa zbożowa 10g                                                                           |
| <b>Alergeny</b>    | <b>gluten,mleko. gorczyca ,seler ,soja</b>                                                                        | <b>gluten,mleko ,gorczyca ,seler,soja</b>                                                                         | <b>gluten,mleko ,gorczyca,seler,soja</b>                                                                          | <b>gluten,mleko.,gorczyca seler ,soja</b>                                                                         |
| II ŚNIADANIE       | Jabłko 150g                                                                                                       | Jabłko 150g                                                                                                       | Jabłko 150g                                                                                                       | Sok buraczany 300 ml                                                                                              |
| OBIAD              | Zupa ryżowa na rosole 350ml<br>porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy                           | Zupa ryżowa na rosole 350ml<br>porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy                           | Zupa ryżowa na rosole 350ml<br>porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy                           | Zupa ryżowa na rosole 350ml<br>porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy                           |
|                    | Kurczak gotowany w sosie potrawkowym 200g<br>kurczak 150 g ,śmietana 18%tł.3g , mąka 2 g , zielenina 1g           | Kurczak gotowany w sosie potrawkowym 200g<br>kurczak 150 g ,śmietana 18%tł.3g , mąka 2 g , zielenina 1g           | Kurczak gotowany w sosie potrawkowym 200g<br>kurczak 150 g ,śmietana 18%tł.3g , mąka 2 g , zielenina 1g           | Kurczak gotowany w sosie potrawkowym 200g<br>kurczak 150 g ,śmietana 18%tł.3g , mąka 2 g , zielenina 1g           |
|                    | Ziemniaki gotowane200g                                                                                            | Ziemniaki gotowane200g                                                                                            | Ziemniaki gotowane200g                                                                                            | Ziemniaki gotowane200g                                                                                            |
|                    | Surówka z kapusty pekińskiej 150g<br>kapusta pekińska 120g jabłko 20g marchew 5g ,zielenina 3g,olej 3 g przyprawy | Surówka z kapusty pekińskiej 150g<br>kapusta pekińska 120g jabłko 20g marchew 5g ,zielenina 3g,olej 3 g przyprawy | Surówka z kapusty pekińskiej 150g<br>kapusta pekińska 120g jabłko 20g marchew 5g ,zielenina 3g,olej 3 g przyprawy | Surówka z kapusty pekińskiej 150g<br>kapusta pekińska 120g jabłko 20g marchew 5g ,zielenina 3g,olej 3 g przyprawy |
|                    | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g                                               | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g                                               | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g                                               | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka kompotowa mrożona 30g ,słodzik                                                  |
| <b>Alergeny</b>    | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>                                                                               | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>                                                                               | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>                                                                               | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>                                                                           |
| PODWIECZOREK       | sok buraczany 300 ml                                                                                              | sok buraczany 300 ml                                                                                              | sok buraczany 300 ml                                                                                              | Feta z pomidorem i sałatą ( <b>mleko</b> )(6 posiłków)<br>feta 50g pomidor 30g , sałata 10 g , zielenina          |
| KOLACJA            | Polędwica sopocka 40g kielbasa szynkowa 30g zielony ogórek 30g                                                    | Polędwica sopocka 40g kielbasa szynkowa 30g zielony ogórek30g                                                     | Polędwica sopocka 40g kielbasa szynkowa 30g zielony ogórek 30g                                                    | Polędwica sopocka 40g zielony ogórek 30g                                                                          |
|                    | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                      | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                      | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                      | chleb razowy żytni 60g                                                                                            |
|                    | Masło 10g Herbata z/ c 250 ml herbata 3g cukier 3 g                                                               | Masło 10g Herbata z/c 250 m herbata 3g cukier 3 g                                                                 | Masło 10g Herbata z/c 250ml herbata 3g cukier 3 g                                                                 | Masło 10g Herbata b/c 250 ml herbata 3g                                                                           |
| <b>Alergeny:</b>   | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                |
| II KOLACJA         |                                                                                                                   |                                                                                                                   |                                                                                                                   | Budyń czekoladowy z wiśnią 150g<br>mleko 130g budyń czekoladowy 10g ,słodzik wiśnia 10g                           |
| Wartość odżywcza   | <b>Energia 1980 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.23g cukry32g węglowodany 370g białko 88g błonnik29g sód 2210mg</b>  | <b>Energia 1980 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.23g cukry32g węglowodany 370g białko 88g błonnik29g sód 2210mg</b>  | <b>Energia 1980 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.23g cukry32g węglowodany 370g białko 88g błonnik29g sód 2210mg</b>  | <b>Energia 1910 kcal tłuszcze 70g kw.tł.nasyc.20g cukry27g węglowodany 360g białko 80 błonnik31g sód 2208mg</b>   |

| Jadłospis na dzień |                                                                                                                                                                                                              | Czwartek 26.02.2026 r                                                                                                                                                                                                         | zatwierdzono:dietetyk-Marzanna Drzewiecka                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ŚNIADANIE          | Dieta ogólna 1                                                                                                                                                                                               | Dieta łatwostrawna 2                                                                                                                                                                                                          | Dieta wątrobowa 2a                                                                                                                                                                                                            | Dieta cukrzycowa 7                                                                                                                                                                                                            |
|                    | Płatki jęczmienne na mleku 300ml<br>mleko 280 g płatki jęczmienne 20 g                                                                                                                                       | Płatki jęczmienne na mleku 300ml<br>mleko 280 g płatki jęczmienne 20 g                                                                                                                                                        | Płatki jęczmienne na mleku 300ml<br>mleko 280 g płatki jęczmienne 20 g                                                                                                                                                        | Płatki jęczmienne na mleku 300ml<br>mleko 280 g płatki jęczmienne 20 g                                                                                                                                                        |
|                    | Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem , ser<br>topiony plastry 34g pomidorki                                                                                                                               | Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem , ser<br>topiony 2 szt pomidorki                                                                                                                                                      | Twarożek ze szczypiorkiem 50g ,dżem 25 g<br>pomidorki twarożek 40g jogurt naturalny 10 g                                                                                                                                      | Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem , serek<br>tartar 2 szt pomidorki                                                                                                                                                     |
|                    | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g /bułka<br>grahamka 50g                                                                                                                                          | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka<br>grahamka 50 g                                                                                                                                                           | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka<br>grahamka 50 g                                                                                                                                                           | chleb razowy żytni 60g                                                                                                                                                                                                        |
|                    | Masło 10g                                                                                                                                                                                                    | Masło 10g                                                                                                                                                                                                                     | Masło 10g                                                                                                                                                                                                                     | Masło 10g                                                                                                                                                                                                                     |
|                    | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g                                                                                                                                                           | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g                                                                                                                                                                            | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g                                                                                                                                                                            | kawa zbożowa b/c 250ml kawa zbożowa 10g                                                                                                                                                                                       |
| <b>Alergeny</b>    | <b>gluten,mleko ,jaja</b>                                                                                                                                                                                    | <b>gluten,mleko,jaja</b>                                                                                                                                                                                                      | <b>gluten,mleko</b>                                                                                                                                                                                                           | <b>gluten,mleko</b>                                                                                                                                                                                                           |
| II ŚNIADANIE       | Mus owocowy 100 g                                                                                                                                                                                            | Mus owocowy 100 g                                                                                                                                                                                                             | Mus owocowy 100 g                                                                                                                                                                                                             | Twarożek z musem truskawkowym 60g<br>twarożek 40 g ,jogurt 10 g ,mus brzoskwinowy 10 g ( <b>mleko</b> )                                                                                                                       |
| OBIAD              | Zupa ze słodkiej kapusty z pomidorami i zacierką<br>350ml<br>porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , zacierka 20g , kapusta biała 50<br>g , śmietanka 3g, pomidory z puszki 15 g , zielenina 3 g ,przyprawy | Zupa ze słodkiej kapusty z pomidorami i zacierką<br>350ml<br>porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , zacierka 20g , kapusta biała 50<br>g , śmietanka 3g, pomidory z puszki 15 g , zielenina 3 g ,przyprawy                  | Zupa ze słodkiej kapusty z pomidorami i zacierką<br>350ml<br>porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , zacierka 20g , kapusta biała 50<br>g , śmietanka 3g, pomidory z puszki 15 g , zielenina 3 g ,przyprawy                  | Zupa ze słodkiej kapusty z pomidorami i zacierką<br>350ml<br>porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , zacierka 20g , kapusta<br>biała 50 g , śmietanka 3g, pomidory z puszki 15 g , zielenina 3<br>g ,przyprawy               |
|                    | Rolada drobiowa pieczona 100g sos koperkowy 50g<br>filet z kurczaka 80 g jaja 10g, bułka tarta 10g , przyprawy, mąka 3 g,<br>zielenina 3 g śmietana 18% tł 3g olej rzepakowy2 g                              | Rolada drobiowa 100g sos koperkowy<br>porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , zacierka 20g , kapusta biała 50<br>g , śmietanka 3g, pomidory z puszki 15 g , zielenina 3 g ,przyprawy<br>śmietana 18% tł 3g olej rzepakowy2 g | Rolada drobiowa 100g sos koperkowy<br>porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , zacierka 20g , kapusta biała 50<br>g , śmietanka 3g, pomidory z puszki 15 g , zielenina 3 g ,przyprawy<br>śmietana 18% tł 3g olej rzepakowy2 g | Rolada drobiowa 100g sos koperkowy<br>porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , zacierka 20g , kapusta<br>biała 50 g , śmietanka 3g, pomidory z puszki 15 g , zielenina 3<br>g ,przyprawy śmietana 18% tł 3g olej rzepakowy2 g |
|                    | Ziemniaki gotowane 200g                                                                                                                                                                                      | Ziemniaki gotowane 200g                                                                                                                                                                                                       | Ziemniaki gotowane 200g                                                                                                                                                                                                       | Ziemniaki gotowane 200g                                                                                                                                                                                                       |
|                    | Marchewka z groszkiem oprószana 150g<br>marchewka z groszkiem 150 g , mąka 2g                                                                                                                                | Marchewka z groszkiem oprószana 150g<br>marchewka z groszkiem 150 g , mąka 2g                                                                                                                                                 | Marchewka z groszkiem oprószana 150g<br>marchewka z groszkiem 150 g , mąka 2g                                                                                                                                                 | Marchewka z groszkiem oprószana 150g<br>marchewka z groszkiem 150 g , mąka 2g                                                                                                                                                 |
|                    | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g                                                                                                                                          | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g                                                                                                                                                           | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g                                                                                                                                                           | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka kompotowa mrożona 30g ,słodzik                                                                                                                                                              |
| <b>Alergeny</b>    | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>                                                                                                                                                                      | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>                                                                                                                                                                                       | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>                                                                                                                                                                                       | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>                                                                                                                                                                                       |
| PODWIECZOREK       | Banan 1szt                                                                                                                                                                                                   | Banan 1 szt                                                                                                                                                                                                                   | Banan 1 szt                                                                                                                                                                                                                   | Jabłko pieczone z cynamonem 1szt(6 posiłek)                                                                                                                                                                                   |
| KOLACJA            | Szynka konserwowa 40g szynka drobiowa 30g zielony<br>ogórek 20g sałata 20g                                                                                                                                   | Szynka konserwowa 40 szynka drobiowa 30g<br>zielony ogórek 20g , sałata 20g                                                                                                                                                   | Szynka konserwowa 40g szynka drobiowa 30g zielony<br>ogórek 20g , sałata 20g                                                                                                                                                  | Szynka konserwowa 40g zielony ogórek 20g<br>sałata 20g                                                                                                                                                                        |
|                    | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                                                                                 | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                                                                                                  | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                                                                                                  | chleb razowy żytni 60g                                                                                                                                                                                                        |
|                    | Masło 10g Herbata z /c 250 ml herbata 3g cukier 3g                                                                                                                                                           | Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3g cukier 3g                                                                                                                                                                             | Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3g cukier 3g                                                                                                                                                                             | Masło 10g Herbata b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Alergeny:</b>   | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                                                                           | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                                                                                            | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                                                                                            | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                                                                                            |
| II KOLACJA         |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                               | Kanapka z serem żółtym i papryką 1szt ( <b>mleko</b> )<br>chleb razowy 30g masło 2 g ser żółty ,papryka 5 g                                                                                                                   |
| Wartość odżywcza   | <b>Energia 1951 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc25g węglowodany 330g cukry<br/>65 białko 79g błonnik 35g sól2000mg</b>                                                                                          | <b>Energia 1951 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc25g węglowodany 330g cukry<br/>65 białko 79g błonnik 35g sól2000mg</b>                                                                                                           | <b>Energia 1951 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc25g węglowodany 330g<br/>cukry 65 białko 79g błonnik 35g sól2000mg</b>                                                                                                           | <b>Energia 1921 kcal tłuszcze 45g kw.tł.nasyc23g węglowodany<br/>310g cukry 45 białko 80g błonnik 37g sól 1990mg</b>                                                                                                          |

| Jadłospis na dzień Piątek 27.02.2026 r |                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                           | zatwierdzono : dietetyk – Marzanna Drzewiecka |  |  |  |  |
|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--|--|--|--|
| ŚNIADANIE                              | Dieta ogólna 1                                                                                                                                                                              | Dieta łatwostrawna 2a                                                                                                                                                                       | Dieta wątrobowa 2a                                                                                                                        | Dieta cukrzycowa 7                                                                                                                                                        |                                               |  |  |  |  |
|                                        | Płatki owsiane na mleku 300ml<br>mleko 280 g płatki owsiane 20 g                                                                                                                            | Płatki owsiane na mleku 300ml<br>mleko 280 g płatki owsiane 20 g                                                                                                                            | Płatki owsiane na mleku 300 ml<br>mleko 280 g płatki owsiane 20 g                                                                         | Płatki owsiane na mleku 300ml<br>mleko 280 g płatki owsiane 20 g                                                                                                          |                                               |  |  |  |  |
|                                        | Pasta z twarogu z pomidorami 50 g dżem 25 g<br>pomidorki 30 g (twaróg 40 g śmietana 18% tł 10 g szczypior 2 g koncentrat pomidorowy 30%- 5g)                                                | Pasta z twarogu z pomidorami 50 g dżem 25 g<br>pomidorki (twaróg 40 g śmietana 18% tł 10 g szczypior 2 g koncentrat pomidorowy 30%- 5 g)                                                    | Pasta z twarogu z pomidorami 50 g dżem 25 g<br>pomidorki (twaróg 40 g śmietana 18% tł 10 g szczypior 2 g koncentrat pomidorowy 30%- 5g)   | Pasta z twarogu z pomidorami 50 g pomidorki<br>twaróg 40 g śmietana 18% tł 10 g szczypior 2 g,koncentrat pomidorowy 30% 5 g                                               |                                               |  |  |  |  |
|                                        | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g / bułka grahamka 50 g                                                                                                                          | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g,bułka grahamka 50 g                                                                                                                            | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g                                                                          | chleb razowy żytni 60g                                                                                                                                                    |                                               |  |  |  |  |
|                                        | Masło 10g                                                                                                                                                                                   | Masło 10g                                                                                                                                                                                   | Masło 10g                                                                                                                                 | Masło 10g                                                                                                                                                                 |                                               |  |  |  |  |
|                                        | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g                                                                                                                                          | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g                                                                                                                                          | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g                                                                                        | kawa zbożowa b/c 250ml kawa zbożowa 10g                                                                                                                                   |                                               |  |  |  |  |
| <b>Alergeny</b>                        | <b>gluten,mleko,</b>                                                                                                                                                                        | <b>gluten,mleko</b>                                                                                                                                                                         | <b>gluten,mleko</b>                                                                                                                       | <b>gluten,mleko</b>                                                                                                                                                       |                                               |  |  |  |  |
| II ŚNIADANIE                           | Sok buraczany 300 ml                                                                                                                                                                        | Sok buraczany 300 ml                                                                                                                                                                        | Sok buraczany 300 ml                                                                                                                      | Sok buraczany 300 ml                                                                                                                                                      |                                               |  |  |  |  |
| OBIAD                                  | Barszcz ukraiński 350ml<br>porcje rosółowe 30 g , barszcz ukraiński mrożonka 100 g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 g                                                          | Barszcz ukraiński 350ml<br>porcje rosółowe 30 g , barszcz ukraiński mrożonka 100 g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 g                                                          | Barszcz ukraiński 350ml<br>porcje rosółowe 30 g , barszcz ukraiński mrożonka 100 g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 g        | Barszcz ukraiński 350ml<br>porcje rosółowe 30 g , barszcz ukraiński mrożonka 100 g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 g                                        |                                               |  |  |  |  |
|                                        | Ryba smażona w sosie greckim 200 g<br>ryba mintaj/morszczuk kostka 100g ,mąka 3g ,olej 10g , włoszczyzna 230g koncentrat pomidorowy 5 g przyprawy                                           | Ryba w sosie greckim 200 g<br>ryba mintaj/morszczuk kostka 100g ,mąka 3g ,olej 10g , włoszczyzna 230g koncentrat pomidorowy 5 g przyprawy                                                   | Ryba w sosie greckim 200 g<br>ryba mintaj/morszczuk kostka 100g ,mąka 3g ,olej 10g , włoszczyzna 230g koncentrat pomidorowy 5 g przyprawy | Ryba w sosie greckim 200 g<br>ryba mintaj/morszczuk kostka 100g ,mąka 3g ,olej 10g , włoszczyzna 230g koncentrat pomidorowy 5 g przyprawy                                 |                                               |  |  |  |  |
|                                        | Ziemniaki gotowane 180 g                                                                                                                                                                    | Ziemniaki gotowane 180 g                                                                                                                                                                    | Ziemniaki gotowane 180 g                                                                                                                  | Ziemniaki gotowane 180 g                                                                                                                                                  |                                               |  |  |  |  |
|                                        | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g                                                                                                                         | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g                                                                                                                         | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g                                                                       | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka kompotowa mrożona 30g ,słodzik                                                                                                          |                                               |  |  |  |  |
| <b>Alergeny</b>                        | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>                                                                                                                                                         | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>                                                                                                                                                         | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                        | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>                                                                                                                                       |                                               |  |  |  |  |
| PODWIECZOREK                           | Jogurt owocowy 100 ml                                                                                                                                                                       | Jogurt owocowy 100 ml                                                                                                                                                                       | Jogurt owocowy 100 ml                                                                                                                     | Kisiel z truskawkami 150g(6 posiłków)<br>kisiel 10 g truskawka 20 g ,słodzik                                                                                              |                                               |  |  |  |  |
| KOLACJA                                | Sałatka ziemniaczana z szynką, kukurydza i zielonym groszkiem 100 g ser topiony 2 szt<br>ziemniaki gotowane 100 g szynka 30 g ,kukurydza 10g zielony groszek 10 g , majonez 5 g , zielenina | Sałatka ziemniaczana z szynką, kukurydza i zielonym groszkiem 100 g ser topiony 2 szt<br>ziemniaki gotowane 100 g szynka 30 g ,kukurydza 10g zielony groszek 10 g , majonez 5 g , zielenina | Szynka wędzona 40g mozzarella 30 g                                                                                                        | Sałatka ziemniaczana z szynką, kukurydza i zielonym groszkiem 100 g<br>ziemniaki gotowane 100 g szynka 30 g ,kukurydza 10g zielony groszek 10 g , majonez 5 g , zielenina |                                               |  |  |  |  |
|                                        | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                                                                | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                                                                | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                              | chleb razowy żytni 60g                                                                                                                                                    |                                               |  |  |  |  |
|                                        | Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3g cukier 3 g                                                                                                                                          | Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3g cukier 3 g                                                                                                                                          | Masło 10g Herbata 250 ml z/c herbata 3g cukier 3 g                                                                                        | Masło 10g Herbata b/c 250 ml herbata 3g słodzik                                                                                                                           |                                               |  |  |  |  |
| <b>Alergeny:</b>                       | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                                                          | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                                                          | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                        | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                                        |                                               |  |  |  |  |
| II KOLACJA                             |                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                           | Mozzarella 30g z pomidorem 50g ,oliwa z oliwek 5g( <b>mleko</b> )                                                                                                         |                                               |  |  |  |  |
| Wartość odżywcza                       | <b>Energia 1871 kcal tłuszcze 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sól2000mg</b>                                                                             | <b>Energia 1871 kcal tłuszcze 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sól2000mg</b>                                                                             | <b>Energia 1871 kcal tłuszcze 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sól2000mg</b>                           | <b>Energia 1861 kcal tłuszcze 38g kw.tł.nasyc20g węglowodany 310g cukry 40 białko 81g błonnik 38g sól 1992mg</b>                                                          |                                               |  |  |  |  |

| Jadłospis na dzień <span>sobota 28.02.2026 r</span> <span>zatwierdzone: dietetyk- Marzanna Drzewiecka</span> |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ŚNIADANIE                                                                                                    | Dieta ogólna 1                                                                                                                                           | Dieta łatwostrawna 2                                                                                                                                     | Dieta wątrobowa 2a                                                                                                                                       | Dieta cukrzycowa 7                                                                                                                                       |
|                                                                                                              | Zacierka na mleku 300ml<br>mleko 280 g ,zacierka 20 g                                                                                                    | Zacierka na mleku 300ml<br>mleko 280 g ,zacierka 20 g                                                                                                    | Zacierka na mleku 300ml<br>mleko 280 g ,zacierka 20 g                                                                                                    | Zacierka na mleku 300ml<br>mleko 280 g ,zacierka 20 g                                                                                                    |
|                                                                                                              | Parówka 2 szt na gorąco (160g) ketchup saszetka 1szt<br>serek tartar 2 szt (50g)                                                                         | Parówka 2 szt na gorąco (160g) ketchup saszetka<br>1szt serek tartar 2 szt (50g)                                                                         | Parówka 2 szt na gorąco (160g) ketchup saszetka<br>1szt serek tartar 2 szt (50g)                                                                         | Parówka 2 szt na gorąco (160g) ketchup saszetka 1szt                                                                                                     |
|                                                                                                              | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka<br>Grahamka 50g                                                                                       | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/<br>bułka grahamka 50 g                                                                                     | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/<br>bułka grahamka 50 g                                                                                     | chleb razowy żytni 60g                                                                                                                                   |
|                                                                                                              | Masło 10g                                                                                                                                                | Masło 10g                                                                                                                                                | Masło 10g                                                                                                                                                | Masło 10g                                                                                                                                                |
|                                                                                                              | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g,cukier 3g                                                                                                        | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g,cukier 3g                                                                                                        | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g,cukier 3g                                                                                                        | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g, ,słdzik                                                                                                         |
| <b>Alergeny</b>                                                                                              | <b>gluten,mleko ,seler , gorczyca</b>                                                                                                                    | <b>gluten,mleko ,seler ,gorczyca</b>                                                                                                                     | <b>gluten,mleko ,seler , gorczyca</b>                                                                                                                    | <b>gluten,mleko ,seler , gorczyca</b>                                                                                                                    |
| II ŚNIADANIE                                                                                                 | Sok marchwiowo-bananowy 300 ml                                                                                                                           | Sok marchwiowo-bananowy 300 ml                                                                                                                           | Sok marchwiowo-bananowy 300 ml                                                                                                                           | Budyń waniliowy z musem brzoskwiniowym 150 ml<br>budyń 10g mleko 2% tł 130g ,mus brzoskwiniowy10 g słdzik                                                |
| OBIAD                                                                                                        | Krupnik jaglany 350ml<br>porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g kasza jaglana 20 g zielenina 1g,<br>przyprawy                                            | Krupnik jaglany 350ml<br>porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g kasza jaglana 20 g zielenina 1g, przyprawy                                               | Krupnik jaglany 350ml<br>porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g kasza jaglana 20 g zielenina 1g, przyprawy                                               | Krupnik jaglany 350ml<br>porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g kasza jaglana 20 g zielenina 1g, przyprawy                                               |
|                                                                                                              | Gulasz z indyka duszony z warzywami 300g<br>filet z indyka 100 g ,mieszanka warzywna 7 skł.mrożona 100g,mąka 3g ,śmietana 18% tł 3g,zielenina 1 olej 3 g | Gulasz z indyka duszony z warzywami 300g<br>filet z indyka 100 g ,mieszanka warzywna 7 skł.mrożona 100g,mąka 3g ,śmietana 18% tł 3g,zielenina 1 olej 3 g | Gulasz z indyka duszony z warzywami 300g<br>filet z indyka 100 g ,mieszanka warzywna 7 skł.mrożona 100g,mąka 3g ,śmietana 18% tł 3g,zielenina 1 olej 3 g | Gulasz z indyka duszony z warzywami 300g<br>filet z indyka 100 g ,mieszanka warzywna 7 skł.mrożona 100g,mąka 3g ,śmietana 18% tł 3g,zielenina 1 olej 3 g |
|                                                                                                              | Ziemniaki gotowane 180g                                                                                                                                  | Ziemniaki gotowane 180g                                                                                                                                  | Ziemniaki gotowane 180g                                                                                                                                  | Ziemniaki gotowane 180g                                                                                                                                  |
|                                                                                                              | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka owocowa mrożona 30g , cukier 3 g                                                                                       | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka owocowa mrożona 30g , cukier 3 g                                                                                       | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka owocowa mrożona 30g , cukier 3 g                                                                                       | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka owocowa mrożona 30g , słdzik                                                                                           |
|                                                                                                              |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          |
|                                                                                                              |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          |
| <b>Alergeny</b>                                                                                              | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                       | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                       | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                       | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                       |
| PODWIECZOREK                                                                                                 | Jogurt naturalny 150 ml                                                                                                                                  | Jogurt naturalny 150 g                                                                                                                                   | Jogurt naturalny 150 g                                                                                                                                   | Jabłko pieczone z cynamonem (6 posiłków)                                                                                                                 |
| KOLACJA                                                                                                      | Szynka konserwowa 40g szynka drobiowa 30g<br>pomidorki 30g liść sałaty 2g                                                                                | Szynka konserwowa 40g szynka drobiowa 30g<br>pomidorki 30g liść sałaty 2 g                                                                               | Szynka konserwowa 40g szynka drobiowa 30g<br>pomidorki 30g liść sałaty 2 g                                                                               | Szynka konserwowa 40g<br>pomidorki 30g liść sałaty 2 g                                                                                                   |
|                                                                                                              | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                             | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                             | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                             | chleb razowy żytni 60g                                                                                                                                   |
|                                                                                                              | Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3 g cukier 3 g                                                                                                      | Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3g cukier 3 g                                                                                                       | Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3 g cukier 3 g                                                                                                      | Masło 10g Herbata b/c 250 ml herbata 3 g słdzik                                                                                                          |
| <b>Alergeny:</b>                                                                                             | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                       | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                       | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                       | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                       |
| II KOLACJA                                                                                                   |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          | Jogurt naturalny 150g chrupki( <b>mleko</b> )                                                                                                            |
| Wartość odżywcza                                                                                             | <b>Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.ł.nasyc27g węglowodany 346g<br/>cukry 39 białko 79g błonnik 35g sól1900mg</b>                                       | <b>Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.ł.nasyc27g<br/>węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g<br/>sól1900mg</b>                                   | <b>Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.ł.nasyc27g<br/>węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g<br/>sól1900mg</b>                                   | <b>Energia 1841 kcal tłuszcze 28g kw.ł.nasyc19g węglowodany<br/>306g cukry 33g białko 76g błonnik 35g sól 1892mg</b>                                     |

| Jadłospis na dzień                      Niedziela    01.03.2026 r                      zatwierdził: dietetyk:-Marzanna Drzewiecka |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ŚNIADANIE                                                                                                                         | Dieta ogólna 1                                                                                                                                                         | Dieta łatwostrawna 2                                                                                                                                                   | Dieta wątrobowa 2a                                                                                                                                                      | Dieta cukrzycowa7                                                                                                                                                        |
|                                                                                                                                   | Płatki ryżowe   mleku 300ml<br>mleko 280 ml płatki ryżowe 20 g                                                                                                         | Płatki ryżowe   mleku 300ml<br>mleko 280 ml płatki ryżowe 20 g                                                                                                         | Płatki ryżowe   mleku 300ml<br>mleko 280 ml płatki ryżowe 20 g                                                                                                          | Płatki ryżowe   mleku 300ml<br>mleko 280 ml płatki ryżowe 20 g                                                                                                           |
|                                                                                                                                   | Twarożek ze szczypiorkiem 50 g miód   25g<br>rzodkiewka 30g<br>twaróg 40g śmietana 18% tł 10 g,szczypior 1g                                                            | Twarożek ze szczypiorkiem 50 g miód 25g<br>rzodkiewka 30g<br>twaróg 40g śmietana 18% tł 10 g,szczypior 1g                                                              | Twarożek ze szczypiorkiem 50 g miód 25g<br>pomidorki 30 g<br>twaróg 40g śmietana 18% tł 10 g,szczypior 1g                                                               | Twarożek ze szczypiorkiem 50 g rzodkiewki 30 g<br>twaróg 40g śmietana 18% tł 10 g,szczypior 1g                                                                           |
|                                                                                                                                   | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka<br>grahamka 50 g                                                                                                    | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka<br>grahamka 50 g                                                                                                    | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g /bułka<br>grahamka 50 g                                                                                                    | chleb razowy żytni 60g                                                                                                                                                   |
|                                                                                                                                   | Masło 10g                                                                                                                                                              | Masło 10g                                                                                                                                                              | Masło 10g                                                                                                                                                               | Masło 10g                                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                          |
|                                                                                                                                   | kawa zbożowa z/c 250ml<br>kawa zbożowa 10 g cukier 3 g                                                                                                                 | kawa zbożowa z/c 250ml<br>kawa zbożowa 10 g cukier 3 g                                                                                                                 | kawa zbożowa z/c 250ml<br>kawa zbożowa 10 g cukier 3 g                                                                                                                  | kawa zbożowa z/c 250ml<br>kawa zbożowa 10 g słodzik                                                                                                                      |
| <b>Alergeny</b>                                                                                                                   | <b>gluten,mleko</b>                                                                                                                                                    | <b>gluten,mleko ,seler , gorczyca</b>                                                                                                                                  | <b>gluten,mleko ,seler gorczyca</b>                                                                                                                                     | <b>gluten,mleko,seler gorczyca</b>                                                                                                                                       |
| II ŚNIADANIE                                                                                                                      | Mus owocowy 100ml                                                                                                                                                      | Mus owocowy 100ml                                                                                                                                                      | Mus owocowy 100ml                                                                                                                                                       | Sok pomidorowy 300 ml ( <b>gorczyca,seler</b> )                                                                                                                          |
| OBIAD                                                                                                                             | Zupa koperkowa 350ml<br>porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , ziemniaki 100g ,<br>mąka 3g śmietana 18% tł 3g                                           | Zupa koperkowa 350ml<br>porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , ziemniaki 100g ,<br>mąka 3g śmietana 18% tł 3g                                           | Zupa koperkowa 350ml<br>porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , ziemniaki 100g ,<br>mąka 3g śmietana 18% tł 3g                                            | Zupa koperkowa 300ml<br>porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , ziemniaki 100g ,<br>mąka 3g śmietana 18% tł 3g                                             |
|                                                                                                                                   | Pulpet drobiowy gotowany   100/110 g ,sos<br>potrawkowy 50g filet z kurczaka 100g,bułka tarta 5g , jaja 5 g ,<br>przyprawy,mąka 3g ,śmietana 18% tł.2g , zielenina 1 g | Pulpet drobiowy gotowany 100/110 g ,sos<br>potrawkowy50g<br>filet z kurczaka 100g,bułka tarta 5g , jaja 5 g , przyprawy,mąka<br>3g ,śmietana 18% tł.2g , zielenina 1 g | Pulpet drobiowy gotowany 100 /110g ,sos<br>potrawkowy 50g<br>filet z kurczaka 100g,bułka tarta 5g , jaja 5 g , przyprawy,mąka<br>3g ,śmietana 18% tł.2g , zielenina 1 g | Pulpet drobiowy gotowany 100 /110g ,sos<br>potrawkowy 50 g<br>filet z kurczaka 100g,bułka tarta 5g , jaja 5 g , przyprawy,mąka<br>3g ,śmietana 18% tł.2g , zielenina 1 g |
|                                                                                                                                   | Kasza jęczmienna   na sypko gotowana 100 g                                                                                                                             | Kasza jęczmienna   na sypko gotowana 100 g                                                                                                                             | Kasza jęczmienna   ma sypko gotowana 100 g                                                                                                                              | Kasza jęczmienna   na sypko gotowana 100 g                                                                                                                               |
|                                                                                                                                   | Brokuł   gotowany z masłem i bułka 150g<br>brokuł 150 g bułka tarta 3 g masło 4 g                                                                                      | Brokuł   gotowany z masłem i bułka 150g<br>brokuł 150 g bułka tarta 3 g masło 4 g                                                                                      | Brokuł   gotowany z masłem i bułka 150g<br>brokuł 150 g bułka tarta 3 g masło 4 g                                                                                       | Brokuł   gotowany z masłem i bułka 150g<br>brokuł 150 g bułka tarta 3 g masło 4 g                                                                                        |
|                                                                                                                                   | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka owocowa mrożona 30 g cukier 3g                                                                                                       | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka owocowa mrożona 30 g cukier 3g                                                                                                       | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka owocowa mrożona 30 g cukier 3g                                                                                                        | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka owocowa mrożona 30 g   słodzik                                                                                                         |
| <b>Alergeny</b>                                                                                                                   | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>                                                                                                                                | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                                     | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                                      | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                                       |
| PODWIECZOREK                                                                                                                      | Sok jabłkowy 200 ml ciastka herbatniki 50 g                                                                                                                            | Sok jabłkowy 200 ml ciastka herbatniki 50 g                                                                                                                            | Sok jabłkowy 200 ml ciastka herbatniki 50 g                                                                                                                             | Jogurt naturalny 150g ( 6 posiłków)( <b>mleko</b> )                                                                                                                      |
| KOLACJA                                                                                                                           | Kiełbasa szynkowa 40g polędwica z warzywami 30g<br>kiszony ogórek 30g                                                                                                  | Kiełbasa szynkowa 40g polędwica z warzywami 30g<br>kiszony ogórek 30g                                                                                                  | Kiełbasa szynkowa 40g polędwica z warzywami 30g<br>pomidorki                                                                                                            | Kiełbasa szynkowa   40g<br>kiszony ogórek   30g                                                                                                                          |
|                                                                                                                                   | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g                                                                                                                           | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g                                                                                                                           | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                                            | chleb razowy żytni 60g                                                                                                                                                   |
|                                                                                                                                   | Masło 10g Herbata z/c 250 ml<br>herbata 3g cukier 3g                                                                                                                   | Masło 10g Herbata z/c 250 ml<br>herbata 3g cukier 3g                                                                                                                   | Masło 10g Herbata z/c 250 ml<br>herbata 3g cukier 3g                                                                                                                    | Masło 10g Herbata b/c 250 ml słodzik                                                                                                                                     |
| <b>Alergeny:</b>                                                                                                                  | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                                     | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                                     | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                                      | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                                       |
| II KOLACJA                                                                                                                        |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                         | Kisiel z jabłkiem 150 g kisiel 10 g   jabłko 20 g słodzik                                                                                                                |
| Wartość odżywcza                                                                                                                  | <i>Energia 1999 kcal tłuszcz 50g kw.ł.nasyc30g węglowodany 360g<br/>cukry 42 białko 85g błonnik 38g sól1930mg</i>                                                      | <i>Energia 1999 kcal tłuszcz 50g kw.ł.nasyc30g węglowodany 360g<br/>cukry 42 białko 85g błonnik 38g sól1930mg</i>                                                      | <i>Energia 1999 kcal tłuszcz 50g kw.ł.nasyc30g węglowodany 360g<br/>cukry 42 białko 85g błonnik 38g sól1930mg</i>                                                       | <i>Energia 1899 kcal tłuszcz 43g kw.ł.nasyc27g węglowodany 343g<br/>cukry 32 białko 79g błonnik 38g sól1930mg</i>                                                        |

| Jadłospis na dzień <span>Poniedziałek 02.03.2026 r</span> <span>zatwierdzono: dietetyk Marzanna Drzewiecka</span> |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ŚNIADANIE                                                                                                         | Dieta ogólna 1                                                                                                                                                    | Dieta łatwostrawna 2                                                                                                                                              | Dieta wątrobowa 2a                                                                                                                                             | Dieta cukrzycowa 7                                                                                                                                             |
|                                                                                                                   | Płatki owsiane na mleku 300ml<br>mleko 280 g płatki owsiane 20 g                                                                                                  | Płatki owsiane na mleku 300ml<br>mleko 280 g płatki owsiane 20 g                                                                                                  | Płatki owsiane na mleku 300ml<br>mleko 280 g płatki owsiane 20 g                                                                                               | Płatki owsiane na mleku 300ml<br>mleko 280 g płatki owsiane 20 g                                                                                               |
|                                                                                                                   | Pasta z jaja i wędliny 50g ,serek tartar 25g sałata lodowa pomidorki<br>jaja 25g szynki wędzonej 20 g majonez 5 g , szczypiorek 1 g<br>liść sałaty ,pomidorki 30g | Pasta z jaja i wędliny 50g ,serek tartar 25g sałata lodowa pomidorki<br>jaja 25g szynki wędzonej 20 g majonez 5 g , szczypiorek 1 g<br>liść sałaty ,pomidorki 30g | Szynka drobiowa 40 g ,serek tartar 50g sałata lodowa 10g ,pomidorki 30g                                                                                        | Pasta z jaja i wędliny 50g ,sałata ,pomidorki<br>jaja 25g szynki wędzonej 20 g majonez 5 g , szczypiorek 1 g<br>liść sałaty ,pomidorki 30g                     |
|                                                                                                                   | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50/bułka grahamka 50 g                                                                                                   | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g                                                                                                  | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g                                                                                               | chleb razowy żytni 60g                                                                                                                                         |
|                                                                                                                   | Masło 10g                                                                                                                                                         | Masło 10g                                                                                                                                                         | Masło 10g                                                                                                                                                      | Masło 10g                                                                                                                                                      |
|                                                                                                                   | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g                                                                                                                | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g                                                                                                                | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g                                                                                                             | kawa zbożowa b/c 250ml kawa zbożowa 10g słodzik                                                                                                                |
| <b>Alergeny</b>                                                                                                   | <b>gluten,mleko,gorczyca,jaja</b>                                                                                                                                 | <b>gluten,mleko,gorczyca,jaja</b>                                                                                                                                 | <b>gluten,mleko,gorczyca,soja,seler</b>                                                                                                                        | <b>gluten,mleko,gorczyca,jaja</b>                                                                                                                              |
| II ŚNIADANIE                                                                                                      | Jogurt owocowy 100g                                                                                                                                               | Jogurt owocowy 100g                                                                                                                                               | Jogurt owocowy 100g                                                                                                                                            | Budyń czekoladowy z wiśnią 150g budyń czekoladowy 10 g mleko 140g,c wiśnia mrożona 10 g słodzik                                                                |
| OBIAD                                                                                                             | Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml<br>porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , koncentrat pomidorowy 30% 30g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g    | Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml<br>porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , koncentrat pomidorowy 30% 30g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g    | Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml<br>porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , koncentrat pomidorowy 30% 30g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g | Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml<br>porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , koncentrat pomidorowy 30% 30g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g |
|                                                                                                                   | Sztuka mięsa duszona w sosie pieczarkowym<br>szynka wieprzowa 100/110 g pieczarki 30g mąka 3 g śmietana 3g,zielenina 3 g przyprawy , cebula g                     | Sztuka mięsa duszona w sosie pieczarkowym<br>szynka wieprzowa 100/110 g pieczarki 30g mąka 3 g śmietana 3g,zielenina 3 g przyprawy , cebula g                     | Sztuka mięsa duszona w sosie koperkowym<br>szynka wieprzowa 100/110 g mąka 3 g śmietana 3g,zielenina 3 g przyprawy ,                                           | Sztuka mięsa duszona w sosie pieczarkowym<br>szynka wieprzowa 100/110 g pieczarki 30g mąka 3 g śmietana 3g,zielenina 3 g przyprawy , cebula g                  |
|                                                                                                                   | Ziemniaki gotowane 180g                                                                                                                                           | Ziemniaki gotowane 180g                                                                                                                                           | Ziemniaki gotowane 180g                                                                                                                                        | Ziemniaki gotowane 180g                                                                                                                                        |
|                                                                                                                   | Buraczki ćwikłowe zasmażane 150g<br>buraki 150g masło 3 g mąka 2 g przyprawy                                                                                      | Buraczki ćwikłowe zasmażane 150g<br>buraki 150g masło 3 g mąka 2 g przyprawy                                                                                      | Buraczki ćwikłowe zasmażane 150g<br>buraki 150g masło 3 g mąka 2 g przyprawy                                                                                   | Buraczki ćwikłowe zasmażane 150g<br>buraki 150g masło 3 g mąka 2 g przyprawy                                                                                   |
|                                                                                                                   | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka owocowa mrożona 30g cukier 3 g                                                                                                  | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka owocowa mrożona 30g cukier 3 g                                                                                                  | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka owocowa mrożona 30g cukier 3 g                                                                                               | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka owocowa mrożona 30g słodzik                                                                                                  |
| <b>Alergeny</b>                                                                                                   | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                                | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                                | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                             | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                             |
| PODWIECZOREK                                                                                                      | Budyń czekoladowy z wiśnią 150g<br>budyń czekoladowy 10 g mleko 140g,cukier 3 g wiśnia mrożona 10 g                                                               | Budyń czekoladowy z wiśnią 150g<br>budyń czekoladowy 10 g mleko 140g,cukier 3 g wiśnia mrożona 10 g                                                               | Budyń czekoladowy z wiśnią 150g<br>budyń czekoladowy 10 g mleko 140g,cukier 3 g wiśnia mrożona 10 g                                                            | Jabłko pieczone z cynamonem 150 g ( <b>6 posiłek</b> )                                                                                                         |
| KOLACJA                                                                                                           | Szynka konserwowa 40 g ser wędzony 30g pomidorki 20 g , zielony ogórek20 g                                                                                        | Szynka konserwowa 40 g ser wędzony 30g pomidorki 20 g , zielony ogórek20 g                                                                                        | Szynka konserwowa 40 g serek tartar 2szt pomidorki 20 g , zielony ogórek20 g                                                                                   | Szynka konserwowa 40 g pomidorki 20 g , zielony ogórek20 g                                                                                                     |
|                                                                                                                   | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                                      | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                                      | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                                   | chleb razowy żytni 50g                                                                                                                                         |
|                                                                                                                   | Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3g cukier 3 g                                                                                                                | Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3g cukier 3 g                                                                                                                | Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3g cukier 3 g                                                                                                             | Masło 10g Herbata b/c 250 ml słodzik                                                                                                                           |
| <b>Alergeny:</b>                                                                                                  | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                                | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                                | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                             | <b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>                                                                                                                             |
| II KOLACJA                                                                                                        |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                | Pomidor 100g z feta 50g i szczypiorem 150g( <b>mleko</b> )                                                                                                     |
| Wartość odżywcza                                                                                                  | <i>Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 47g białko 85g błonnik 38g sól1930mg</i>                                                  | <i>Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 47g białko 85g błonnik 38g sól1930mg</i>                                                  | <i>Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 47g białko 85g błonnik 38g sól1930mg</i>                                               | <i>Energia 1809 kcal tłuszcze 38g kw.tł.nasyc26g węglowodany 300g cukry 27g białko 75g błonnik 28g sól1830mg</i>                                               |

| Jadłospis na dzień Wtorek 03.03.2026 r zatwierdzono: dietetyk Marzanna Drzewiecka |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ŚNIADANIE                                                                         | Dieta ogólna 1                                                                                                                                                                            | Dieta łatwostrawna 2                                                                                                                                                  | Dieta wątrobowa 2a                                                                                                                                                    | Dieta cukrzycowa 7                                                                                                                                              |
|                                                                                   | Kasza kuskus na mleku 300mlmleko 280 ml , kasza kuskus 20 g                                                                                                                               | Kasza kuskus na mleku 300mlmleko 280 ml , kasza kuskus 20 g                                                                                                           | Kasza kuskus na mleku 300mlmleko 280 ml , kasza kuskus 20 g                                                                                                           | Kasza kuskus na mleku 300mlmleko 280 ml , kasza kuskus 20 g                                                                                                     |
|                                                                                   | Serdelek drobiowy 2 szt na gorąco ketchup /musztarda ser topiony trójkącik 1 szt sałata lodowa ze szczypiorem serdelek drobiowy 160 g ketchup 1 saszetka,sałata lodowa 20 g ,szczypior 2g | Serdelek drobiowy 2 szt na gorąco ketchup serek tartar 1 szt sałata lodowa ze szczypiorem serdelek drobiowy 160 g ketchup 1 saszetka,sałata lodowa 20 g ,szczypior 2g | Serdelek drobiowy 2 szt na gorąco ketchup serek tartar 1 szt sałata lodowa ze szczypiorem serdelek drobiowy 160 g ketchup 1 saszetka,sałata lodowa 20 g ,szczypior 2g | Serdelek drobiowy 2 szt na gorąco ketchup sałata lodowa ze szczypiorem serdelek drobiowy 160 g ketchup 1 saszetka,sałata lodowa 20 g ,szczypior 2g              |
|                                                                                   | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g                                                                                                                          | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g                                                                                                      | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g                                                                                                      | chleb razowy żytni 60g                                                                                                                                          |
|                                                                                   | Masło 10g                                                                                                                                                                                 | Masło 10g                                                                                                                                                             | Masło 10g                                                                                                                                                             | Masło 10g                                                                                                                                                       |
|                                                                                   | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10 g cukier 3g                                                                                                                                        | kawa zbożowa z/c 250ml awa zbożowa 10 g cukier 3g                                                                                                                     | kawa zbożowa z/c 250ml awa zbożowa 10 g cukier 3g                                                                                                                     | kawa zbożowa b/c 250ml awa zbożowa 10 g cukier 3g                                                                                                               |
|                                                                                   |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                 |
| Alergeny                                                                          | gluten,mleko,gorczyca,                                                                                                                                                                    | gluten,mleko,gorczyca                                                                                                                                                 | gluten,mleko,gorczyca,seler                                                                                                                                           | gluten,mleko,gorczyca,                                                                                                                                          |
| II ŚNIADANIE                                                                      | Jabłko 1 szt 150g herbatniki 50 g                                                                                                                                                         | Jabłko 1 szt 150g herbatniki 50 g                                                                                                                                     | Jabłko 1 szt 150g herbatniki 50 g                                                                                                                                     | Jogurt naturalny 150 ml ( <b>mleko</b> )                                                                                                                        |
| OBIAD                                                                             | Zupa z cukinii z zacierką 350 ml porcje rosolowe 30g ,włoszczyzna 20g , cukinia mrożona 100g , mąka 3 g śmietanka 30 tl 3g ,zacierka 20g przyprawy, zielenina 2g                          | Zupa z cukinii z zacierką 350 ml porcje rosolowe 30g ,włoszczyzna 20g , cukinia mrożona 100g , mąka 3 g śmietanka 30 tl 3g ,zacierka 20g przyprawy, zielenina 2       | Zupa z cukinii z zacierką 350 ml porcje rosolowe 30g ,włoszczyzna 20g , cukinia mrożona 100g , mąka 3 g śmietanka 30 tl 3g ,zacierka 20g przyprawy, zielenina 2       | Zupa z cukinii z zacierką 350 ml porcje rosolowe 30g ,włoszczyzna 20g , cukinia mrożona 100g , mąka 3 g śmietanka 30 tl 3g ,zacierka 20g przyprawy, zielenina 2 |
|                                                                                   | Zraz mielony z kapustą duszony 100/110 g , sos pomidorowy 50 g szynka wieprzowa 90 g jaja 10 g ,bułka tarta 5 g mąka 5 g ,koncentrat pomidorowy 10 g , olej 3 g                           | Zraz mielony z kapustą duszony 100/110 g , sos pomidorowy 50 g szynka wieprzowa 90 g jaja 10 g ,bułka tarta 5 g mąka 5 g ,koncentrat pomidorowy 10 g , olej 3 g       | Zraz mielony z kapustą duszony 100/110 g , sos pomidorowy 50 g szynka wieprzowa 90 g jaja 10 g ,bułka tarta 5 g mąka 5 g ,koncentrat pomidorowy 10 g , olej 3 g       | Zraz mielony z kapustą duszony 100/110 g , sos pomidorowy 50 g szynka wieprzowa 90 g jaja 10 g ,bułka tarta 5 g mąka 5 g ,koncentrat pomidorowy 10 g , olej 3 g |
|                                                                                   | Ziemniaki gotowane 180g                                                                                                                                                                   | Ziemniaki gotowane 180g                                                                                                                                               | Ziemniaki gotowane 180g                                                                                                                                               | Ziemniaki gotowane 180g                                                                                                                                         |
|                                                                                   | Salatka z kiszzonego ogórka ,cebulką i papryką 150 g kiszony ogórek 130 g papryka 10g cebula 3g , olej 3 g olej 3 g zielenina , przyprawy                                                 | Marchewka baby z masłem i bułką 150g marchewka 150 g ,masło 3 g bułka tarta 3 g                                                                                       | Marchewka baby z masłem i bułką 150g marchewka 150 g ,masło 3 g bułka tarta 3 g                                                                                       | Marchewka baby z masłem i bułką 150g marchewka 150 g ,masło 3 g bułka tarta 3 g                                                                                 |
|                                                                                   | Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30 g cukier 3 g                                                                                                                            | Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30 g cukier 3 g                                                                                                        | Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30 g cukier 3 g                                                                                                        | Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30 g słodzik                                                                                                     |
|                                                                                   |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                 |
| Alergeny                                                                          | gluten,mleko gorczyca,seler                                                                                                                                                               | gluten,mleko gorczyca,seler                                                                                                                                           | gluten,mleko gorczyca,seler                                                                                                                                           | gluten,mleko gorczyca,seler                                                                                                                                     |
| PODWIECZOREK                                                                      | Mus owocowy 100 ml                                                                                                                                                                        | Mus owocowy 100 ml                                                                                                                                                    | Mus owocowy 100 ml                                                                                                                                                    | Mus owocowy 100 ml ( <b>6 posiłek</b> )                                                                                                                         |
| KOLACJA                                                                           | Szynka konserwowa 40 g ser wędzony 30g pomidorki 30 g                                                                                                                                     | Szynka konserwowa 40 g ser wędzony 30g pomidorki 30g                                                                                                                  | Szynka konserwowa 40 g serek tartar 2szt pomidorki 30 g                                                                                                               | Szynka konserwowa 40 g pomidorki 30 g                                                                                                                           |
|                                                                                   | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                                                              | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                                          | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                                          | chleb razowy żytni 60g g                                                                                                                                        |
|                                                                                   | Masło 10g Herbata z/c herbata 3 g cukier 3 g                                                                                                                                              | Masło 10g Herbata z/c herbata 3 g cukier 3 g                                                                                                                          | Masło 10g Herbata z/c herbata 3 g cukier 3 g                                                                                                                          | Masło 10g Herbata b/c herbata 3 g słodzik                                                                                                                       |
| Alergeny:                                                                         | gluten,mleko gorczyca,seler                                                                                                                                                               | gluten,mleko gorczyca,seler                                                                                                                                           | gluten,mleko gorczyca,seler                                                                                                                                           | gluten,mleko gorczyca,seler                                                                                                                                     |
| II KOLACJA                                                                        |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                       | Kisiel truskawkowy 150 g Kisiel 10 g ,truskawki 20g słodzik                                                                                                     |
| Wartość odżywcza                                                                  | Energia 1945 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc31g węglowodany 370g cukry 49g białko 79g błonnik 38g sól1924mg                                                                                 | Energia 1945 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc31g węglowodany 370g cukry 49g białko 79g błonnik 38g sól1924mg                                                             | Energia 1945 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc31g węglowodany 370g cukry 49g białko 79g błonnik 38g sól1924mg                                                             | Energia 1889 kcal tłuszcze 37g kw.tł.nasyc25g węglowodany 330g cukry 25g białko 78g błonnik 28g sól1850mg                                                       |
|                                                                                   |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                 |

| Jadłospis na dzień Środa 04.03.2026 r |                                                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                                  |  | zatwierdzono: dietetyk Marzanna Drzewiecka                                                                                                                       |  |                                                                                                                                                                  |  |  |
|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| ŚNIADANIE                             | Dieta ogólna 1                                                                                                                                                   |  | Dieta łatwostrawna 2                                                                                                                                             |  | Dieta wątrobowa 2a                                                                                                                                               |  | Dieta cukrzycowa 7                                                                                                                                               |  |  |
|                                       | Płatki jęczmienne na mleku 300ml<br>mleko 280 ml płatki jęczmienne 20 g                                                                                          |  | Płatki jęczmienne na mleku 300ml<br>mleko 280 ml płatki jęczmienne 20 g                                                                                          |  | Płatki jęczmienne na mleku 300ml<br>mleko 280 ml płatki jęczmienne 20 g                                                                                          |  | Płatki jęczmienne na mleku 300ml<br>mleko 280 ml płatki jęczmienne 20 g                                                                                          |  |  |
|                                       | Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem<br>2g ,mozzarella 30 g dżem 25 g<br>sałata lodowa 2g ,zielony ogórek 20 g                                                |  | Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem 2<br>g ,mozzarella 30 g dżem 25 g<br>sałata lodowa 2g ,zielony ogórek 20 g                                               |  | Mozzarella 30 g serek tartar 1 szt miód 25g<br>sałata lodowa 2 g                                                                                                 |  | Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem 2<br>g ,mozzarella 30 g<br>sałata lodowa 2g ,zielony ogórek 20 g                                                         |  |  |
|                                       | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka<br>grahamka                                                                                                   |  | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka<br>grahamka 50g                                                                                               |  | Chleb baltonowski 50gchleb razowy żytni 50g                                                                                                                      |  | chleb razowy żytni 60g                                                                                                                                           |  |  |
|                                       | Masło 10g                                                                                                                                                        |  | Masło 10g                                                                                                                                                        |  | Masło 10g                                                                                                                                                        |  | Masło 10g                                                                                                                                                        |  |  |
|                                       | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g                                                                                                               |  | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g                                                                                                               |  | kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g                                                                                                               |  | kawa zbożowa b/c 250ml kawa zbożowa 10g słodzik                                                                                                                  |  |  |
| Alergeny                              | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>                                                                                                                          |  | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>                                                                                                                          |  | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>                                                                                                                              |  | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>                                                                                                                          |  |  |
| II ŚNIADANIE                          |                                                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                                  |  | Sok buraczany 300 ml                                                                                                                                             |  |  |
| OBIAD                                 | Zupa fasolowa 350ml<br>porcje rosółowe , włoszczyzna 30 g ,fasola „jas” 50g , cebula 3g , boczek<br>wędzony 10g mąka 3g<br>ziemniaki 100 g , przyprawy           |  | Zupa kalafiorowa 350ml<br>porcje rosółowe 30 g ,kalafior 50 g , ziemniaki 100 g , mąka 3g , śmietana<br>18% tł 3 g , zielenina 2 g , przyprawa                   |  | Zupa kalafiorowa350ml<br>porcje rosółowe 30 g ,kalafior 50 g , ziemniaki 100 g , mąka 3g ,<br>śmietana 18% tł 3 g , zielenina 2 g , przyprawa                    |  | Zupa kalafiorowa350ml<br>porcje rosółowe 30 g ,kalafior 50 g , ziemniaki 100 g , mąka 3g ,<br>śmietana 18% tł 3 g , zielenina 2 g , przyprawa                    |  |  |
|                                       | Potrawka ze schabu gotowanego z zielonym groszkiem<br>250 g<br>schab b/kości 100g ,zielony groszek 30g , mąka 3 g ,śmietana 18 tł.3g<br>przyprawy ,zielenina 2 g |  | Potrawka ze schabu gotowanego z zielonym groszkiem<br>250 g<br>schab b/kości 100g ,zielony groszek 30g , mąka 3 g ,śmietana 18 tł.3g<br>przyprawy ,zielenina 2 g |  | Potrawka ze schabu gotowanego z zielonym<br>groszkiem 250 g<br>schab b/kości 100g ,zielony groszek 30g , mąka 3 g ,śmietana 18<br>tł.3g przyprawy ,zielenina 2 g |  | Potrawka ze schabu gotowanego z zielonym<br>groszkiem 250 g<br>schab b/kości 100g ,zielony groszek 30g , mąka 3 g ,śmietana 18<br>tł.3g przyprawy ,zielenina 2 g |  |  |
|                                       | Makaron gotowany 150 g                                                                                                                                           |  | Makaron gotowany 150 g                                                                                                                                           |  | Makaron gotowany 150 g                                                                                                                                           |  | Makaron gotowany 150g                                                                                                                                            |  |  |
|                                       | Surówka z marchewki i pora z majonezem 150 g<br>marchew 100 g jabłko 25 g por 20 g majonez 5 g przyprawy                                                         |  | Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g<br>marchew 120 g jabłko 25 g ,olej 5 g ,przyprawy                                                                    |  | Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g<br>marchew 120 g jabłko 25 g ,olej 5 g ,przyprawy                                                                    |  | Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g<br>marchew 120 g jabłko 25 g ,olej 5 g ,przyprawy                                                                    |  |  |
|                                       | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanek owocowa mrożona 30g cukier 3 g                                                                                                 |  | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanek owocowa mrożona 30g cukier 3 g                                                                                                 |  | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanek owocowa mrożona 30g cukier 3 g                                                                                                 |  | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanek owocowa mrożona 30g słodzik                                                                                                    |  |  |
| Alergeny                              | <b>Mleko,gluten, seler,gorczyca,jaja</b>                                                                                                                         |  | <b>Mleko,gluten, seler,gorczyca</b>                                                                                                                              |  | <b>Mleko,gluten, seler,gorczyca,</b>                                                                                                                             |  | <b>Mleko,gluten, seler,gorczyca</b>                                                                                                                              |  |  |
| PODWIECZOREK                          | Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt 150 szt                                                                                                                        |  | Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt 150szt                                                                                                                         |  | Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt 150 szt                                                                                                                        |  | Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt 150 szt<br>(6 posiłków)                                                                                                        |  |  |
| KOLACJA                               | Szynka konserwowa 40g kielbasa żywiecka 30 g<br>papryka konserwowa 30 g                                                                                          |  | Szynka konserwowa 40g kielbasa żywiecka 30 g<br>pomidorki 30 g                                                                                                   |  | Szynka konserwowa 40g kielbasa żywiecka 30 g<br>pomidorki 30 g                                                                                                   |  | Szynka konserwowa 40g pomidorki 30 g                                                                                                                             |  |  |
|                                       | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                                     |  | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g                                                                                                                     |  | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g                                                                                                                     |  | chleb razowy żytni 60g                                                                                                                                           |  |  |
|                                       | Masło 10g Herbata z/c herbata 3g cukier 3 g                                                                                                                      |  | Masło 10g Herbata z/c                                                                                                                                            |  | Masło 10g Herbata z/c                                                                                                                                            |  | Masło 10g Herbata b/c                                                                                                                                            |  |  |
| Alergeny:                             | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>                                                                                                                              |  | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>                                                                                                                          |  | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>                                                                                                                          |  | <b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>                                                                                                                          |  |  |
| II KOLACJA                            |                                                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                                  |  | Jogurt naturalny 150 ml chrupki chrupki 10 g (mleko)                                                                                                             |  |  |
| Wartość odżywcza                      | <b>Energia 2020kcal tłuszcze 51g kw.tł.nasyc38g węglowodany<br/>380g cukry 51g białko 89g błonnik 39g sód2024mg</b>                                              |  | <b>Energia 1985 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc36g węglowodany<br/>378g cukry 49g białko 79g błonnik 38g sód1994mg</b>                                             |  | <b>Energia 1985 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc36g<br/>węglowodany 378g cukry 49g białko 79g błonnik 38g<br/>sód1994mg</b>                                         |  | <b>Energia 1980 kcal tłuszcze 40g kw.tł.nasyc30g<br/>węglowodany 358g cukry 38g białko 80g błonnik 40g<br/>sód1890mg</b>                                         |  |  |

| Jadłospis na dzień Czwartek 05.03.2026 r zatwierdzono: dietetyk Marzanna Drzewiecka |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ŚNIADANIE                                                                           | Dieta ogólna 1                                                                                                                                                                               | Dieta łatwostrawna 2                                                                                                                                                                         | Dieta wątrobowa 2a                                                                                                                                                     | Dieta cukrzycowa 7                                                                                                                                                                           |
|                                                                                     | Makaron na mleku 300ml<br>mleko 280 ml , makaron nitka 20 g                                                                                                                                  | Makaron na mleku 300ml<br>mleko 280 ml , makaron nitka 20 g                                                                                                                                  | Makaron na mleku 300ml<br>mleko 280 ml , makaron nitka 20 g                                                                                                            | Makaron na mleku 300ml<br>mleko 280 ml , makaron nitka 20 g                                                                                                                                  |
|                                                                                     | Szynka konserwowa 40g serek tartar 1 szt ,dżem 25 g rzodkiewki 30 g                                                                                                                          | Szynka konserwowa 40g serek tartar 25 g ,dżem 25 g rzodkiewki 30 g                                                                                                                           | Szynka konserwowa 40g serek tartar 25 g ,dżem 25 g pomidorki 30 g                                                                                                      | Szynka konserwowa 40g serek tartar 25 g , rzodkiewki 30 g                                                                                                                                    |
|                                                                                     | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50g                                                                                                                              | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g,bułka grahamki 50 g                                                                                                                             | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g /bułka grahamka 50 g                                                                                                      | chleb razowy żytni 60g                                                                                                                                                                       |
|                                                                                     | Masło 10g                                                                                                                                                                                    | Masło 10g                                                                                                                                                                                    | Masło 10g                                                                                                                                                              | Masło 10g                                                                                                                                                                                    |
|                                                                                     | kawa zbożowa z/c 250ml<br>kawa zbożowa 10 g cukier 3 g                                                                                                                                       | kawa zbożowa z/c 250ml<br>kawa zbożowa 10 g cukier 3 g                                                                                                                                       | kawa zbożowa z/c 250ml<br>kawa zbożowa 10 g cukier 3 g                                                                                                                 | kawa zbożowa b/c 250ml<br>kawa zbożowa 10 g słodzik                                                                                                                                          |
| Alergeny                                                                            | gluten,mleko ,seler,gorczyca                                                                                                                                                                 | gluten,mleko,seler,gorczyca                                                                                                                                                                  | gluten,mleko gorczyca,seler                                                                                                                                            | gluten,mleko,gorczyca , seler                                                                                                                                                                |
| II ŚNIADANIE                                                                        |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                        | Mus owocowy 100 ml                                                                                                                                                                           |
| OBIAD                                                                               | Zupa szczawiowa z jajkiem 350 ml<br>porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g ,<br>szczaw konserwowy 50 g , mąka3 g śmietanka 30 % tł 3g<br>jajko 50 g ,zelenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy | Zupa szczawiowa z jajkiem 350 ml<br>porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g ,<br>szczaw konserwowy 50 g , mąka3 g śmietanka 30 % tł 3g<br>jajko 50 g ,zelenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy | Zupa szczawiowa 350 ml<br>porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g ,<br>szczaw konserwowy 50 g , mąka3 g śmietanka 30 % tł 3g<br>zelenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy | Zupa szczawiowa z jajkiem 350 ml<br>porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g ,<br>szczaw konserwowy 50 g , mąka3 g śmietanka 30 % tł 3g<br>jajko 50 g ,zelenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy |
|                                                                                     | Karkówka duszona 100 g w sosie pieczeniowym<br>karkówka b/kości 100/110 g mąka 5 g śmietana 18% tł 3 g ,przyprawy , zelenina 3 g                                                             | Kurczak gotowany 180 g sos potrawkowy 50 g<br>kurczak 180 g , włoszczyzna 20 g ,mąka 3 g , śmietana 18% 3 g<br>przyprawy ,zelenina 2 g                                                       | Kurczak gotowany 180 g sos potrawkowy 50 g<br>kurczak 180 g , włoszczyzna 20 g ,mąka 3 g , śmietana 18% 3 g<br>przyprawy ,zelenina 2 g                                 | Kurczak gotowany 180 g sos potrawkowy 50 g<br>kurczak 180 g , włoszczyzna 20 g ,mąka 3 g , śmietana 18% 3 g<br>przyprawy ,zelenina 2 g                                                       |
|                                                                                     | Ziemniaki gotowane 180 g                                                                                                                                                                     | Ziemniaki gotowane 180 g                                                                                                                                                                     | Ziemniaki gotowane 180 g                                                                                                                                               | Ziemniaki gotowane 180 g                                                                                                                                                                     |
|                                                                                     | Surówka z białej kapusty ala colesław 150 g<br>biała kapusta 110 g cebula 3 g chrzan 2 g jabłko 10g<br>marchew 20 g śmietanka 2 g majonez 3 g , natka pietruszki 1g przyprawy                | Fasolka szparagowa gotowana 150 g z masłem i bułką<br>fasolka szparagowa 150 g masło 2 h bułka tarta 2 g                                                                                     | Fasolka szparagowa gotowana 150 g z masłem i bułką<br>fasolka szparagowa 150 g masło 2 h bułka tarta 2 g                                                               | Fasolka szparagowa gotowana 150 g z masłem i bułką<br>fasolka szparagowa 150 g masło 2 h bułka tarta 2 g                                                                                     |
|                                                                                     | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka owocowa mrożona 30g cukier 3 g                                                                                                                             | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka owocowa mrożona 30g cukier 3 g                                                                                                                             | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka owocowa mrożona 30g cukier 3 g                                                                                                       | Kompot owocowy 250ml<br>mieszanka owocowa mrożona 30g cukier 3 g                                                                                                                             |
| Alergeny                                                                            | gluten,mleko gorczyca,seler,                                                                                                                                                                 | gluten,mleko gorczyca,seler,                                                                                                                                                                 | gluten,mleko gorczyca,seler,                                                                                                                                           | gluten,mleko gorczyca,seler                                                                                                                                                                  |
| PODWIECZOREK                                                                        | Kisiel z truskawkami 150g<br>kisiel 10 g truskawki 30 g cukier 3 g                                                                                                                           | Kisiel z truskawkami 150g<br>kisiel 10 g truskawki 30 g cukier 3 g                                                                                                                           | Kisiel z truskawkami 150g<br>kisiel 10 g truskawki 30 g cukier 3 g                                                                                                     | Kisiel z truskawkami 150g(6 posilek)<br>kisiel 10 g truskawki 30 g słodzik                                                                                                                   |
| KOLACJA                                                                             | Paszтет pieczony 40g , kielbasa szynkowa 30g<br>pomidorki 20g , kiszony ogórek 20g                                                                                                           | Paszтет pieczony 40g , kielbasa szynkowa 30g<br>pomidorki 20 g ogórek kiszony 20 g                                                                                                           | kielbasa szynkowa 40g szynka drobiowa 30g<br>pomidorki 30 g                                                                                                            | kielbasa szynkowa 40g pomidorki 20 g ogórek kiszony 20 g                                                                                                                                     |
|                                                                                     | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                                                                 | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                                                                 | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g                                                                                                                           | chleb razowy żytni 60g                                                                                                                                                                       |
|                                                                                     | Masło 10g Herbata z/c<br>herbata 3 g cukier 3 g                                                                                                                                              | Masło 10g Herbata z/c<br>herbata 3 g cukier 3 g                                                                                                                                              | Masło 10g Herbata z/c<br>herbata 3 g cukier 3 g                                                                                                                        | Masło 10g Herbata b/c<br>herbata 3 g słodzik                                                                                                                                                 |
| Alergeny:                                                                           | gluten,mleko gorczyca,seler,soja                                                                                                                                                             | gluten,mleko gorczyca,seler,soja                                                                                                                                                             | gluten,mleko gorczyca,seler,soja                                                                                                                                       | gluten,mleko gorczyca,seler,soja                                                                                                                                                             |
| II KOLACJA                                                                          |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                        | Feta z pomidorem i szczypiorem 120g(mleko)                                                                                                                                                   |
| Wartość odżywcza                                                                    | Energia 1920kcal tłuszcze 41g kw.tł.nasyc28g węglowodany 340g cukry 41g białko 79g błonnik 39g sól1024mg                                                                                     | Energia 1920kcal tłuszcze 41g kw.tł.nasyc28g węglowodany 340g cukry 41g białko 79g błonnik 39g sól1024mg                                                                                     | Energia 1915kcal tłuszcze 38g kw.tł.nasyc27g węglowodany 338g cukry 38g białko 76g błonnik 39g sól1024mg                                                               | Energia 1880 kcal tłuszcze 33g kw.tł.nasyc26g węglowodany 328g cukry 28g białko 70g błonnik 36g sól1810mg                                                                                    |

