

Drzewiecka		Jadłospis na dzień	Poniedziałek 16.03.2026 r	zatwierdzono : dietetyk -Marzanna	
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7	
	Kasza manna na mleku 300ml kasza manna 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	Kasza manna na mleku 300ml kasza manna 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	Kasza manna na mleku 300ml kasza manna 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	Kasza manna na mleku 300ml 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 pieczarka 50g, włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,makaron 20g , śmietanka 30% tł 3g , mąka 3 g ,przyprawy, zielenina 1g	Pieczarkowa z makaronem 300ml pieczarka 50g, włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,makaron 20g , śmietanka 30% tł 3g , mąka 3 g ,przyprawy, zielenina 1g	Pieczarkowa z makaronem 300ml pieczarka 50g, włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,makaron 20g , śmietanka 30% tł 3g , mąka 3 g ,przyprawy, zielenina 1g	Pieczarkowa z makaronem 300ml 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 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 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 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 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 (masło 2 g,bułka .tarta 2g)	Fasolka szparagowa gotowana z masłem i bułką150g 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 mieszanka kompotowa mrożonka 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożonka 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożonka 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml b/c 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 kisiel proszek 10g ,cukier 2g ,jabłko 20g	Kisiel z jabłkiem 150 g kisiel proszek 10g ,cukier 2g ,jabłko 20g	Kisiel z jabłkiem 150 g 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		Wtorek 17.03.2026 r	zatwierdzono:dietetyk-Marzanna Drzewiecka	
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7
	Makaron na mleku 300ml makaron 20g ,mleko 280g	Makaron na mleku 300ml makaron 20g ,mleko 280g	Makaron na mleku 300ml makaron 20g ,mleko 280g	Makaron na mleku 300ml 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
<i>Alergeny</i>	<i>gluten,mleko. gorczyca ,seler ,soja</i>	<i>gluten,mleko ,gorczyca ,seler,soja</i>	<i>gluten,mleko ,gorczyca,seler,soja</i>	<i>gluten,mleko.,gorczyca seler ,soja</i>
II ŚNIADANIE	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Sok buraczany 300 ml
OBIAD	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy
	Kurczak pieczony 200g kurczak 200 g ,zielenina 1g	Kurczak gotowany w sosie potrawkowym 200g kurczak 150 g ,śmietana 18%tł.3g , mąka 2 g , zielenina 1g	Kurczak gotowany w sosie potrawkowym 200g kurczak 150 g ,śmietana 18%tł.3g , mąka 2 g , zielenina 1g	Kurczak gotowany w sosie potrawkowym 200g kurczak 150 g ,śmietana 18%tł.3g , mąka 2 g , zielenina 1g
	Ziemniaki gotowane200g	Ziemniaki gotowane200g	Ziemniaki gotowane200g	Ziemniaki gotowane200g
	Surówka z marchewki ,jabłka 150g jabłko 50g marchew 100g „olej 3 g przyprawy	Surówka z marchewki ,jabłka 150g jabłko 50g marchew 100g „olej 3 g przyprawy	Surówka z marchewki ,jabłka 150g jabłko 50g marchew 100g „olej 3 g przyprawy	Surówka z marchewki ,jabłka 150g jabłko 50g marchew 100g „olej 3 g przyprawy
	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,słodzik
<i>Alergeny</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i>
PODWIECZOREK	sok buraczany 300 ml	sok buraczany 300 ml	sok buraczany 300 ml	Feta z pomidorem i sałatą (<i>mleko</i>)(6 posiłków) feta 50g pomidor 30g , sałata 10 g ,zielenina
KOLACJA	Polędwica sopocka 40g kiełbasa szynkowa 30g zielony ogórek 30g	Polędwica sopocka 40g kiełbasa szynkowa 30g zielony ogórek30g	Polędwica sopocka 40g kiełbasa 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
<i>Alergeny:</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>
II KOLACJA				Budyń czekoladowy z wiśnią 150g mleko 130g budyń czekoladowy 10g ,słodzik wiśnia 10g
Wartość odżywcza	Energia 1980 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.23g cukry32g węglowodany 370g białko 88g błonnik29g sód 2010mg	Energia 1980 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.23g cukry32g węglowodany 370g białko 88g błonnik29g sód 2010mg	Energia 1980 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.23g cukry32g węglowodany 370g białko 88g błonnik29g sód 2010mg	Energia 1910 kcal tłuszcze 70g kw.tł.nasyc.20g cukry27g węglowodany 360g białko 80 błonnik31g sód 2008mg

Jadłospis na dzień Środa 18.03.2026 r zatwierdzono:dietetyk-Marzanna Drzewiecka				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7
	Płatki jęczmienne na mleku 300ml mleko 280 g płatki jęczmienne 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300ml mleko 280 g płatki jęczmienne 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300ml mleko 280 g płatki jęczmienne 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300ml mleko 280 g płatki jęczmienne 20 g
	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem , ser topiony plastry 34g pomidorki	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem , ser topiony 2 szt pomidorki	Twarożek ze szczypiorkiem 50g ,dżem 25 g pomidorki twarożek 40g jogurt naturalny 10 g	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem , serek tartar 2 szt pomidorki
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g /bułka grahamka 50g Masło 10g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g Masło 10g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g Masło 10g	chleb razowy żytni 60gMasło 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
Alergeny	gluten,mleko ,jaja	gluten,mleko,jaja	gluten,mleko	gluten,mleko
II ŚNIADANIE	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Twarożek z musem truskawkowym 60g twarożek 40 g ,jogurt 10 g ,mus brzoskwinowy 10 g (mleko)
OBIAD	Zupa ze słodkiej kapusty z pomidorami i zacierką 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , zacierka 20g , kapusta biała 50 g , śmietanka 3g, pomidory z puszki 15 g , zielenina 3 g ,przyprawy	Zupa ze słodkiej kapusty z pomidorami i zacierką 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , zacierka 20g , kapusta biała 50 g , śmietanka 3g, pomidory z puszki 15 g , zielenina 3 g ,przyprawy	Zupa ze słodkiej kapusty z pomidorami i zacierką 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , zacierka 20g , kapusta biała 50 g , śmietanka 3g, pomidory z puszki 15 g , zielenina 3 g ,przyprawy	Zupa ze słodkiej kapusty z pomidorami i zacierką 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , zacierka 20g , kapusta biała 50 g , śmietanka 3g, pomidory z puszki 15 g , zielenina 3 g ,przyprawy
	Rolada drobiowa pieczona 100g sos koperkowy 50g filet z kurczaka 80 g jaja 10g,bułka tarta 10g , przyprawy,mąka 3 g, zielenina 3 g śmietana 18% tł 3g olej rzepakowy2 g	Rolada drobiowa 100g sos koperkowy porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , zacierka 20g , kapusta biała 50 g , śmietanka 3g, pomidory z puszki 15 g , zielenina 3 g ,przyprawy śmietana 18% tł 3g olej rzepakowy2 g	Rolada drobiowa 100g sos koperkowy porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , zacierka 20g , kapusta biała 50 g , śmietanka 3g, pomidory z puszki 15 g , zielenina 3 g ,przyprawy śmietana 18% tł 3g olej rzepakowy2 g	Rolada drobiowa 100g sos koperkowy porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , zacierka 20g , kapusta biała 50 g , śmietanka 3g, pomidory z puszki 15 g , zielenina 3 g ,przyprawy śmietana 18% tł 3g olej rzepakowy2 g
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Fasolka szparagowa żółta150g fasolka szparagowa żółta 150g g , bułka tarta 2g masło 3 g	Fasolka szparagowa żółta150g fasolka szparagowa żółta 150g g , bułka tarta 2g masło 3 g	Fasolka szparagowa żółta150g fasolka szparagowa żółta 150g g , bułka tarta 2g masło 3 g	Fasolka szparagowa żółta150g fasolka szparagowa żółta 150g g , bułka tarta 2g masło 3 g
	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa 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	Banan 1szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Jabłko pieczone z cynamonem 1szt(6 posiłek)
KOLACJA	Szynka konserwowa 40g szynka drobiowa 30g zielony ogórek 20g sałata 20g	Szynka konserwowa 40 szynka drobiowa 30g zielony ogórek 20g , sałata 20g	Szynka konserwowa 40gshynka drobiowa 30gzielony ogórek 20g , sałata 20g	Szynka konserwowa 40g zielony ogórek 20g 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
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Kanapka z serem żółtym i papryką 1szt (mleko) chleb razowy 30g masło 2 g ser żółty ,papryka 5 g
Wartość odżywcza	Energia 1951 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc25g węglowodany 330g cukry 65 białko 79g błonnik 35g sól2000mg	Energia 1951 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc25g węglowodany 330g cukry 65 białko 79g błonnik 35g sól2000mg	Energia 1951 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc25g węglowodany 330g cukry 65 białko 79g błonnik 35g sól2000mg	Energia 1921 kcal tłuszcze 45g kw.tł.nasyc23g węglowodany 310g cukry 45 białko 80g błonnik 37g sól 1990mg

Jadłospis na dzień		Czwartek 19.03.2026 r	zatwierdzone: dietetyk- Marzanna Drzewiecka	
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7
	Zacierka na mleku 300ml mleko 280 g ,zacierka 20 g	Zacierka na mleku 300ml mleko 280 g ,zacierka 20 g	Zacierka na mleku 300ml mleko 280 g ,zacierka 20 g	Zacierka na mleku 300ml mleko 280 g ,zacierka 20 g
	Parówka 2 szt na gorąco (160g) ketchup saszetka 1szt serek tartar 2 szt (40g) pomidorki 30g	Parówka 2 szt na gorąco (160g) ketchup saszetka 1szt serek tartar 2 szt (40g)pomidorki 30 g	Parówka 2 szt na gorąco (160g) ketchup saszetka 1szt serek tartar 2 szt (40g) pomidorki 30 g	Parówka 2 szt na gorąco (160g) ketchup saszetka 1szt pomidorki 30 g
	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 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, ,słodzik
<i>Alergeny</i>	<i>gluten,mleko ,seler , gorczyca</i>	<i>gluten,mleko ,seler ,gorczyca</i>	<i>gluten,mleko ,seler , gorczyca</i>	<i>gluten,mleko ,seler , gorczyca</i>
II ŚNIADANIE	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Budyń waniliowy z musem brzoskwiniovym 150 ml budyń 10g mleko 2% tł 130g ,mus brzoskwiniovym10 g słodzik
OBIAD	Krupnik jaglany 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g kasza jaglana 20 g zieleńina 1g, przyprawy	Krupnik jaglany 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g kasza jaglana 20 g zieleńina 1g, przyprawy	Krupnik jaglany 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g kasza jaglana 20 g zieleńina 1g, przyprawy	Krupnik jaglany 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g kasza jaglana 20 g zieleńina 1g, przyprawy
	Gulasz z indyka duszony z warzywami 300g filet z indyka 100 g ,mieszanka warzywna 7 skł.mrożona 100g,mąka 3g ,śmietana 18% tł 3g,zieleńina 1 olej 3 g	Gulasz z indyka duszony z warzywami 300g filet z indyka 100 g ,mieszanka warzywna 7 skł.mrożona 100g,mąka 3g ,śmietana 18% tł 3g,zieleńina 1 olej 3 g	Gulasz z indyka duszony z warzywami 300g filet z indyka 100 g ,mieszanka warzywna 7 skł.mrożona 100g,mąka 3g ,śmietana 18% tł 3g,zieleńina 1 olej 3 g	Gulasz z indyka duszony z warzywami 300g filet z indyka 100 g ,mieszanka warzywna 7 skł.mrożona 100g,mąka 3g ,śmietana 18% tł 3g,zieleńina 1 olej 3 g
	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g
	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g , cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g , cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g , cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g , słodzik
<i>Alergeny</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>
PODWIECZOREK	Jogurt naturalny 150 ml	Jogurt naturalny 150 g	Jogurt naturalny 150 g	Jabłko pieczone z cynamonem (6 posiłków)
KOLACJA	Kiełbasa szynkowa 40g szynka tyrolska 30g pomidorki 30g liść sałaty 2g	Kiełbasa szynkowa 40g szynka tyrolska 30g pomidorki 30g liść sałaty 2 g	Kiełbasa szynkowa 40g szynka tyrolska 30g pomidorki 30g liść sałaty 2 g	Kiełbasa szynkowa 40g 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 słodzik
<i>Alergeny:</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>
II KOLACJA				Jogurt naturalny 150g chrupki(<i>mleko</i>)
Wartość odżywcza	<i>Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc27g węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g sól1900mg</i>	<i>Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc27g węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g sól1900mg</i>	<i>Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc27g węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g sól1900mg</i>	<i>Energia 1841 kcal tłuszcze 28g kw.tł.nasyc19g węglowodany 306g cukry 33g białko 76g błonnik 35g sól 1892mg</i>

Jadłospis na dzień Piątek 20.03.2026 r zatwierdzono : dietetyk – Marzanna Drzewiecka				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2a	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7
	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280 g płatki owsiane 20 g	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280 g płatki owsiane 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml mleko 280 g płatki owsiane 20 g	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280 g płatki owsiane 20 g
	Ser żółty 30g serek tartar 25 g dżem 25 g sałata lodowa z natka pietruszki 30 g	Ser żółty 30g serek tartar 25 g dżem 25 g sałata lodowa z natka pietruszki 30 g	Ser żółty 30g serek tartar 25 g dżem 25 g sałata lodowa z natka pietruszki 30 g	Ser żółty 30g serek tartar 25 g dżem 25 g sałata lodowa z natka pietruszki 30 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
Alergeny	gluten,mleko,	gluten,mleko	gluten,mleko	gluten,mleko
II ŚNIADANIE	Jogurt owocowy 100 g	Jogurt owocowy 100 g	Jogurt owocowy 100 g	Sok pomidorowy 300 ml
OBIAD	Barszcz ukraiński 350ml porcje rosółowe 30 g , barszcz ukraiński mrożonka 100 g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 g	Barszcz ukraiński 350ml porcje rosółowe 30 g , barszcz ukraiński mrożonka 100 g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 g	Barszcz ukraiński 350ml porcje rosółowe 30 g , barszcz ukraiński mrożonka 100 g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 g	Barszcz ukraiński 350ml porcje rosółowe 30 g , barszcz ukraiński mrożonka 100 g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 g
	Naleśnik z twarogiem 220g (2 szt) mąka 40g twaróg 100g jaja20g mleko 50g,olej 5g surówka z marchewki ,jabłka, banana i żurawiny 150g marchew 90 g ,jabłko 30 g ,banan 20g ,żurawina 5g , olej 5 g	Makaron z twarogiem 200g makaron100g twaróg 100g masło 5 g surówka z marchewki ,jabłka, banana i żurawiny 150g marchew 90 g ,jabłko 30 g ,banan 20g ,żurawina 5g , olej 5 g	Makaron z twarogiem 200g makaron100g twaróg 100g masło 5 g surówka z marchewki ,jabłka, banana i żurawiny 150g marchew 90 g ,jabłko 30 g ,banan 20g ,żurawina 5g , olej 5 g	Makaron z twarogiem 200g makaron100g twaróg 100g masło 5 g surówka z marchewki ,jabłka, banana i żurawiny 150g marchew 90 g ,jabłko 30 g ,banan 20g ,żurawina 5g , olej 5 g
	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,słodzik
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	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	Kisiel z truskawkami 150g(6 posiłków) kisiel 10 g truskawka 20 g ,słodzik
KOLACJA	Salatka ziemniaczana z szynką, kukurydzą i zielonym groszkiem 120 g ser topiony 2 szt ziemniaki gotowane 100 g szynka 30 g ,kukurydza 10g kiszony ogórek 10g zielony groszek 10 g , majonez 5 g , zielenina	Salatka ziemniaczana z szynką, kukurydzą i zielonym groszkiem 120 g ser topiony 2 szt ziemniaki gotowane 100 g szynka 30 g ,kukurydza 10g kiszony ogórek 10g zielony groszek 10 g , majonez 5 g , zielenina	Szynka wędzona 40g mozzarella 30 g	Salatka ziemniaczana z szynką, kukurydzą i zielonym groszkiem 120 g ser topiony 2 szt ziemniaki gotowane 100 g szynka 30 g ,kukurydza 10g kiszony ogórek 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
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Mozzarella 30g z pomidorem 50g ,oliwa z oliwek 5g(mleko)
Wartość odżywcza	Energia 1871 kcal tłuszcze 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sól2000mg	Energia 1871 kcal tłuszcze 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sól2000mg	Energia 1871 kcal tłuszcze 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sól2000mg	Energia 1861 kcal tłuszcze 38g kw.tł.nasyc20g węglowodany 310g cukry 40 białko 81g błonnik 38g sól 1992mg

Jadłospis na dzień Sobota 21.03.2026 r zatwierdził: dietetyk:-Marzanna Drzewiecka				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa7
	Płatki ryżowe mleku 300ml mleko 280 ml płatki ryżowe 20 g	Płatki ryżowe mleku 300ml mleko 280 ml płatki ryżowe 20 g	Płatki ryżowe mleku 300ml mleko 280 ml płatki ryżowe 20 g	Płatki ryżowe mleku 300ml mleko 280 ml płatki ryżowe 20 g
	Twarożek ze szczypiorkiem 50 g miód 25g rzodkiewka 30g twarożek 40g ,śmietana 5,jogurt naturalny 5 g szczypiorek 2g	Twarożek ze szczypiorkiem 50 g miód 25g rzodkiewka 30g twarożek 40g ,śmietana 5,jogurt naturalny 5 g szczypiorek 2g	Twarożek ze szczypiorkiem 50 g miód 25g pomidorki 30g twarożek 40g ,śmietana 5,jogurt naturalny 5 g szczypiorek 2g	Twarożek ze szczypiorkiem 50 g miód 25g rzodkiewka 30g twarożek 40g ,śmietana 5,jogurt naturalny 5 g szczypiorek 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 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10 g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10 g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10 g słodzik
Alergeny	gluten,mleko	gluten,mleko ,seler , gorczyca	gluten,mleko ,seler gorczyca	gluten,mleko,seler gorczyca
II ŚNIADANIE	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Sok pomidorowy 300 ml (gorczyca,seler)
OBIAD	Zupa koperkowa 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , ziemniaki 100g , mąka 3g śmietana 18% tł 3g	Zupa koperkowa 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , ziemniaki 100g , mąka 3g śmietana 18% tł 3g	Zupa koperkowa 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , ziemniaki 100g , mąka 3g śmietana 18% tł 3g	Zupa koperkowa 300ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , ziemniaki 100g , mąka 3g śmietana 18% tł 3g
	Pulpet drobiowy gotowany 100/110 g ,sos potrawkowy 50g filet z kurczaka 100g,bułka tarta 5g , jaja 5 g , przyprawy,mąka 3g ,śmietana 18% tł.2g , zielenina 1 g	Pulpet drobiowy gotowany 100/110 g ,sos potrawkowy50g filet z kurczaka 100g,bułka tarta 5g , jaja 5 g , przyprawy,mąka 3g ,śmietana 18% tł.2g , zielenina 1 g	Pulpet drobiowy gotowany 100 /110g ,sos potrawkowy 50g filet z kurczaka 100g,bułka tarta 5g , jaja 5 g , przyprawy,mąka 3g ,śmietana 18% tł.2g , zielenina 1 g	Pulpet drobiowy gotowany 100 /110g ,sos potrawkowy 50 g filet z kurczaka 100g,bułka tarta 5g , jaja 5 g , przyprawy,mąka 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 brokuł 150 g bułka tarta 3 g masło 4 g	Brokuł gotowany z masłem i bułka 150g brokuł 150 g bułka tarta 3 g masło 4 g	Brokuł gotowany z masłem i bułka 150g brokuł 150 g bułka tarta 3 g masło 4 g	Brokuł gotowany z masłem i bułka 150g brokuł 150 g bułka tarta 3 g masło 4 g
	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30 g cukier 3g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30 g cukier 3g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30 g cukier 3g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30 g słodzik
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
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	Mus owocowy 100 ml (6 posiłków)
KOLACJA	Kiełbasa szynkowa 40g polędwica z warzywami 30g kiszony ogórek 30g	Kiełbasa szynkowa 40g polędwica z warzywami 30g kiszony ogórek 30g	Kiełbasa szynkowa 40g polędwica z warzywami 30g pomidorki	Kiełbasa szynkowa 40g 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 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 słodzik
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Kisiel z jabłkiem 150 g kisiel 10 g jabłko 20 g słodzik
Wartość odżywcza	<i>Energia 1999 kcal tłuszcz 50g kw.tl.nasyc30g węglowodany 360g cukry 42 białko 87g błonnik 38g sól1900mg</i>	<i>Energia 1999 kcal tłuszcz 50g kw.tl.nasyc30g węglowodany 360g cukry 42 białko 87g błonnik 38g sól1900mg</i>	<i>Energia 1999 kcal tłuszcz 50g kw.tl.nasyc30g węglowodany 360g cukry 42 białko 87g błonnik 38g sól1900mg</i>	<i>Energia 1899 kcal tłuszcz 43g kw.tl.nasyc27g węglowodany 343g cukry 32 białko 80g błonnik 38g sól1900mg</i>

Jadłospis na dzień Niedziela 22.03.2026 r zatwierdzono: dietetyk Marzanna Drzewiecka				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7
	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280 g płatki owsiane 20 g	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280 g płatki owsiane 20 g	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280 g płatki owsiane 20 g	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280 g płatki owsiane 20 g
	Pasta z jaja i wędliny 50g ,serek tartar 25g sałata lodowa pomidorki jaja 25g szynki wędzonej 20 g majonez 5 g , szczypiorek 1 g liść sałaty ,pomidorki 30g	Pasta z jaja i wędliny 50g ,serek tartar 25g sałata lodowa pomidorki jaja 25g szynki wędzonej 20 g majonez 5 g , szczypiorek 1 g liść sałaty ,pomidorki 30g	Szynka drobiowa 40 g ,serek tartar 50g sałata lodowa 10g ,pomidorki 30g	Pasta z jaja i wędliny 50g ,sałata ,pomidorki jaja 25g szynki wędzonej 20 g majonez 5 g , szczypiorek 1 g 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
Alergeny	gluten,mleko,gorczyca,jaja	gluten,mleko,gorczyca,jaja	gluten,mleko,gorczyca,soja,seler	gluten,mleko,gorczyca,jaja
II ŚNIADANIE	Jogurt owocowy 100g	Jogurt owocowy 100g	Jogurt owocowy 100g	Jogurt naturalny 150 g
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 30 g , koncentrat pomidorowy 30% 30g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 30 g , koncentrat pomidorowy 30% 30g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 30 g , koncentrat pomidorowy 30% 30g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 30 g , koncentrat pomidorowy 30% 30g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g
	Sztuka mięsa duszona w sosie pieczarkowym szynka wieprzowa 100/110 g pieczarki 30g mąka 3 g śmietana 3g,zielenina 3 g przyprawy , cebula g	Sztuka mięsa duszona w sosie pieczarkowym szynka wieprzowa 100/110 g pieczarki 30g mąka 3 g śmietana 3g,zielenina 3 g przyprawy , cebula g	Sztuka mięsa duszona w sosie koperkowym szynka wieprzowa 100/110 g mąka 3 g śmietana 3g,zielenina 3 g przyprawy ,	Sztuka mięsa duszona w sosie pieczarkowym 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 buraki 150g masło 3 g mąka 2 g przyprawy	Buraczki ćwikłowe zasmażane 150g buraki 150g masło 3 g mąka 2 g przyprawy	Buraczki ćwikłowe zasmażane 150g buraki 150g masło 3 g mąka 2 g przyprawy	Buraczki ćwikłowe zasmażane 150g buraki 150g masło 3 g mąka 2 g przyprawy
	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g słodzik
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Jabłko pieczone z cynamonem 150 g (6 posiłek)
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
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Pomidor 100g z feta 50g i szczypiorem 150g(mleko)
Wartość odżywcza	<i>Energia 1899 kcal tłuszcz 48g kw.ł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 47g białko 85g błonnik 38g sól1930mg</i>	<i>Energia 1899 kcal tłuszcz 48g kw.ł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 47g białko 85g błonnik 38g sól1930mg</i>	<i>Energia 1899 kcal tłuszcz 48g kw.ł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 47g białko 85g błonnik 38g sól1930mg</i>	<i>Energia 1809 kcal tłuszcz 38g kw.ł.nasyc26g węglowodany 300g cukry 27g białko 75g błonnik 28g sól1830mg</i>

Jadłospis na dzień Poniedziałek 23.03.2026 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,salata 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,salata 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,salata lodowa 20 g ,szczypior 2g	Serdelek drobiowy 2 szt na gorąco ketchup sałata lodowa ze szczypiorem serdelek drobiowy 160 g ketchup 1 saszetka,salata 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 kawa zbożowa 10 g cukier 3g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10 g cukier 3g	kawa zbożowa b/c 250ml \kaawa 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 (mleko)
OBIAD	Zupa z cukinii z zacierką 350 ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , cukinia mrożona 100g , mąka 3 g śmietanka 30 tł 3g ,zacierka 20g przyprawy, zielenina 2g	Zupa z cukinii z zacierką 350 ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , cukinia mrożona 100g , mąka 3 g śmietanka 30 tł 3g ,zacierka 20g przyprawy, zielenina 2	Zupa z cukinii z zacierką 350 ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , cukinia mrożona 100g , mąka 3 g śmietanka 30 tł 3g ,zacierka 20g przyprawy, zielenina 2	Zupa z cukinii z zacierką 350 ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , cukinia mrożona 100g , mąka 3 g śmietanka 30 tł 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 kapusta biała 10 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 kapusta biała 10 g	Zraz mielony 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 kapusta biała 10 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	Kisiel truskawkowy 150 g kisiel 10 g ,truskawki 20g cukier 3 g	Kisiel truskawkowy 150 g kisiel 10 g ,truskawki 20g cukier 3 g	Kisiel truskawkowy 150 g kisiel 10 g ,truskawki 20gcukier 3 g	Mus owocowy 100 ml (6 posiłek)
KOLACJA	pasztetowa 40 g szynka drobiowa 30g pomidorki 30 g	pasztetowa 40 g szynka drobiowa 30g pomidorki 30g	Szynka konserwowa 40 g serek tartar 2szt pomidorki 30 g	Szynka drobiowa 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 Wtorek 24.03.2026 r zatwierdzono: dietetyk Marzanna Drzewiecka				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7
	Płatki jęczmienne na mleku 300ml mleko 280 ml płatki jęczmienne 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300ml mleko 280 ml płatki jęczmienne 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300ml mleko 280 ml płatki jęczmienne 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300ml mleko 280 ml płatki jęczmienne 20 g
	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem 2g ,mozzarella 30 g dżem 25 g sałata lodowa 2g ,zielony ogórek 20 g	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem 2 g ,mozzarella 30 g dżem 25 g sałata lodowa 2g ,zielony ogórek 20 g	Mozzarella 30 g serek tartar 1 szt miód 25g sałata lodowa 2 g	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem 2 g ,mozzarella 30 g sałata lodowa 2g ,zielony ogórek 20 g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka 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	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
II ŚNIADANIE	Sok buraczany 300 ml	Sok buraczany 300 ml	Sok buraczany 300 ml	Sok buraczany 300 ml
OBIAD	Zupa fasolowa 350ml porcje rosółowe , włoszczyzna 30 g ,fasola „jas” 50g , cebula 3g , boczek wędzony 10g mąka 3g ziemniaki 100 g , przyprawy	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe 30 g ,kalafior 50 g , ziemniaki 100 g , mąka 3g , śmietana 18% tł 3 g , zielenina 2 g , przyprawa	Zupa kalafiorowa350ml porcje rosółowe 30 g ,kalafior 50 g , ziemniaki 100 g , mąka 3g , śmietana 18% tł 3 g , zielenina 2 g , przyprawa	Zupa kalafiorowa350ml porcje rosółowe 30 g ,kalafior 50 g , ziemniaki 100 g , mąka 3g , śmietana 18% tł 3 g , zielenina 2 g , przyprawa
	Potrawka ze schabu gotowanego 200 g schab b/kości 100g , mąka 3 g ,śmietana 18 tł.3g przyprawy ,zielenina 2 g	Potrawka ze schabu gotowanego 200g schab b/kości 100g ,, mąka 3 g ,śmietana 18 tł.3g przyprawy ,zielenina 2 g	Potrawka ze schabu gotowanego 200 g schab b/kości 100g , , mąka 3 g ,śmietana 18 tł.3g przyprawy ,zielenina 2 g	Potrawka ze schabu gotowanego 200 g schab b/kości 100g , , mąka 3 g ,śmietana 18 tł.3g przyprawy ,zielenina 2 g
	Kasza pęczak na sypko 100 g	Kasza pęczak na sypko 100 g	Ziemniaki gotowane 180 g	Kasza pęczak na sypko 100 g
	Surówka z marchewki i pora z majonezem 150 g marchew 100 g jabłko 25 g por 20 g majonez 5 g przyprawy	Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g marchew 120 g jabłko 25 g ,olej 5 g ,przyprawy	Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g marchew 120 g jabłko 25 g ,olej 5 g ,przyprawy	Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g marchew 120 g jabłko 25 g ,olej 5 g ,przyprawy
	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g słodzik
Alergeny	Mleko,gluten, seler,gorczyca,jaja	Mleko,gluten, seler,gorczyca	Mleko,gluten, seler,gorczyca,	Mleko,gluten, seler,gorczyca
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 (6 posiłków)
KOLACJA	Pasta warzywna z cieciorką 40 g kielbasa żywiecka30 g mieszanka warzywna mrożona 30g ,cieciorka 10g ,masło 2g,przyprawy	Pasta warzywna z cieciorką 40 g kielbasa żywiecka30 g mieszanka warzywna mrożona 30g ,cieciorka 10g ,masło 2g,przyprawy	Szynka drobiowa 40 g serek tartar 2 szt 40g	Pasta warzywna z cieciorką 40 g mieszanka warzywna mrożona 30g ,cieciorka 10g ,masło 2g,przyprawy
	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:	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja
II KOLACJA				Jogurt naturalny 150 ml chrupki chrupki 10 g (mleko)
Wartość odżywcza	Energia 2020kcal tłuszcze 51g kw.tł.nasyc38g węglowodany 380g cukry 51g białko 89g błonnik 39g sód 1824mg	Energia 1985 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc36g węglowodany 378g cukry 49g białko89g błonnik 38g sód 1824mg	Energia 1985 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc36g węglowodany 378g cukry 49g białko 89g błonnik 38g sód 1820mg	Energia 1980 kcal tłuszcze 40g kw.tł.nasyc30g węglowodany 358g cukry 38g białko 85g błonnik 40g sód1800mg

Jadłospis na dzień środa 25.03.2026 r					zatwierdzono: dietetyk Marzanna Drzewiecka				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7					
	Kasza jaglana na mleku 300ml mleko 280 ml ,kasza jaglana 20 g	Kasza jaglana na mleku 300ml mleko 280 ml ,kasza jaglana 20 g	Kasza jaglana na mleku 300ml mleko 280 ml , kasza jaglana 20 g	Kasza jaglana na mleku 300ml mleko 280 ml , kasza jaglana 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 Masło 10g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g,bułka grahamki 50 g Masło 10g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g /bułka grahamka 50 g Masło 10g	chleb razowy żytni 60g Masło 10g					
	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10 g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10 g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10 g cukier 3 g	kawa zbożowa b/c 250ml 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	Mus owocowy 100 ml	Mus owocowy 100 ml	Mus owocowy 100 ml					
OBIAD	Zupa szczawiowa z jajkiem 350 ml porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g , szczaw konserwowy 50 g , mąka3 g śmietanka 30 % tł 3g jajko 50 g ,zielenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy	Zupa szczawiowa z jajkiem 350 ml porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g , szczaw konserwowy 50 g , mąka3 g śmietanka 30 % tł 3g jajko 50 g ,zielenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy	Zupa szczawiowa 350 ml porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g , szczaw konserwowy 50 g , mąka3 g śmietanka 30 % tł 3g ,zielenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy	Zupa szczawiowa z jajkiem 350 ml porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g , szczaw konserwowy 50 g , mąka3 g śmietanka 30 % tł 3g jajko 50 g ,zielenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy					
	Karkówka duszona 100 g w sosie pieczeniowym karkówka b/kości 100/110 g mąka 5 g śmietana 18% tł 3 g ,przyprawy , zielenina 3 g	Kurczak gotowany 180 g sos potrawkowy 50 g kurczak 180 g , włoszczyzna 20 g ,mąka 3 g , śmietana 18% 3 g przyprawy ,zielenina 2 g	Kurczak gotowany 180 g sos potrawkowy 50 g kurczak 180 g , włoszczyzna 20 g ,mąka 3 g , śmietana 18% 3 g przyprawy ,zielenina 2 g	Kurczak gotowany 180 g sos potrawkowy 50 g kurczak 180 g , włoszczyzna 20 g ,mąka 3 g , śmietana 18% 3 g przyprawy ,zielenina 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 biała kapusta 110 g cebula 3 g chrzan 2 g jabłko 10g marchew 20 g śmietanka 2 g majonez 3 g , natka pietruszki 1g przyprawy	Fasolka szparagowa gotowana 150 g z masłem i bułką fasolka szparagowa 150 g masło 2 h bułka tarta 2 g	Fasolka szparagowa gotowana 150 g z masłem i bułką fasolka szparagowa 150 g masło 2 h bułka tarta 2 g	Fasolka szparagowa gotowana 150 g z masłem i bułką fasolka szparagowa 150 g masło 2 h bułka tarta 2 g					
	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml 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 kisiel 10 g truskawki 30 g cukier 3 g	Kisiel z truskawkami 150g kisiel 10 g truskawki 30 g cukier 3 g	Kisiel z truskawkami 150g kisiel 10 g truskawki 30 g cukier 3 g	Kisiel z truskawkami 150g(6 posiłek) kisiel 10 g truskawki 30 g słodzik					
KOLACJA	Paszтет pieczony 40g , kielbasa szynkowa 30g pomidorki 20g , kiszony ogórek 20g	Paszтет pieczony 40g , kielbasa szynkowa 30g pomidorki 20 g ogórek kiszony 20 g	kielbasa szynkowa 40g szynka drobiowa 30g 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 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,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					

Jadłospis na dzień		Czwartek 26.03.2026 r	zatwierdzono:dietetyk-Marzanna Drzewiecka	
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Makaron na mleku 300ml makaron 20g ,mleko 280g	Makaron na mleku 300ml makaron 20g ,mleko 280g	Makaron na mleku 300ml makaron 20g ,mleko 280g	Makaron na mleku 300ml makaron 20g ,mleko 280g
	Pasztecik drobiowy 50g ser topiony plastry 32,5g (2szt) pomidorki 30g	Pasztecik drobiowy 50g ser topiony plastry 32,5g (2szt) 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 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	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
Alergeny	gluten,mleko. gorczyca ,seler ,soja	gluten,mleko ,gorczyca ,seler,soja	gluten,mleko ,gorczyca,seler,soja	gluten,mleko.,gorczyca seler ,soja
II ŚNIADANIE	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Sok warzywny 300 ml
OBIAD	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy
	Gulasz drobiowy 250ml filet drobiowy 100 g , mąka 3g,śmietana 18%tł 3g ,cebula 3g,przyprawy,zielenina 2 g	Gulasz drobiowy 250ml filet drobiowy 100 g , mąka 3g,śmietana 18%tł 3g ,cebula 3g,przyprawy,zielenina 2 g	Gulasz drobiowy 250ml filet drobiowy 100 g , mąka 3g,śmietana 18%tł 3g ,cebula 3g,przyprawy,zielenina 2 g	Gulasz drobiowy 250ml filet drobiowy 100 g , mąka 3g,śmietana 18%tł 3g ,cebula 3g,przyprawy,zielenina 2 g
	Ziemniaki gotowane180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g
	Surówka z kapusty pekińskiej 150g kapusta pekińska 120g jabłko 20g marchew 5g ,zielenina 3g,olej 3 g przyprawy	Surówka z kapusty pekińskiej 150g kapusta pekińska 120g jabłko 20g marchew 5g ,zielenina 3g,olej 3 g przyprawy	Surówka z kapusty pekińskiej 150g kapusta pekińska 120g jabłko 20g marchew 5g ,zielenina 3g,olej 3 g przyprawy	Surówka z kapusty pekińskiej 150g kapusta pekińska 120g jabłko 20g marchew 5g ,zielenina 3g,olej 3 g przyprawy
	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,słodzik
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
PODWIECZOREK	sok buraczany 300 ml	sok buraczany 300 ml	sok buraczany 300 ml	Feta z pomidorem i sałatą (mleko)(6 posiłków) feta 50g zielony ogórek 30g , sałata 10 g ,zielenina
KOLACJA	Polędwica sopocka 40g kiełbasa szynkowa 30g zielony ogórek 30g	Polędwica sopocka 40g kiełbasa szynkowa 30g zielony ogórek30g	Polędwica sopocka 40g kiełbasa 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 herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata b/c herbata 3g
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Budyń czekoladowy z wiśnią 150g mleko 130g budyń czekoladowy 10g ,cukier 3 g wiśnia 10g
Wartość odżywcza	Energia 2377kcal tłuszcze 70g kw.tł.nasyc.28g białko 78gcukry 45g węglowodany 344g sól 2,2g	Energia 2280kcal tłuszcze 66g kw.tł.nasyc.25g białko 74gcukry 41gwęglowodany 334g sól 2,0g	Energia 2280kcal tłuszcze 66g kw.tł.nasyc.25g białko 74gcukry 41gwęglowodany 334g sól 2,0g	Energia 1888kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc.20g białko 77gcukry 30g węglowodany 274g sól 1,8g

Jadłospis na dzień Piątek 27.03.2026 r					zatwierdzono : dietetyk – Marzanna Drzewiecka				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa					
	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280 g płatki owsiane 20 g	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280 g płatki owsiane 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml mleko 280 g płatki owsiane 20 g	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280 g płatki owsiane 20 g					
	Pasta z twarogu z pomidorami 50 g dżem 25 g pomidorki 30 g (twaróg 40 g śmietana 18% tł 10 g szczypior 2 g)	Pasta z twarogu z pomidorami 50 g dżem 25 g pomidorki (twaróg 40 g śmietana 18% tł 10 g szczypior 2 g)	Pasta z twarogu z pomidorami 50 g dżem 25 g pomidorki (twaróg 40 g śmietana 18% tł 10 g szczypior 2 g)	Pasta z twarogu z pomidorami 50 g pomidorki twaróg 40 g śmietana 18% tł 10 g szczypior 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	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					
Alergeny	gluten,mleko,	gluten,mleko	gluten,mleko	gluten,mleko					
II ŚNIADANIE	Mus owocowy 100 ml	Mus owocowy 100 ml	Mus owocowy 100 ml	Mus owocowy 100 ml					
OBIAD	Barszcz czerwony zabieleny 350ml porcje rosółowe 30 g , buraki 50 g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 przyprawy	Barszcz czerwony zabieleny 350ml porcje rosółowe 30 g , buraki 50 g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 przyprawy	Barszcz czerwony zabieleny 350ml porcje rosółowe 30 g , buraki 50 g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 przyprawy	Barszcz czerwony zabieleny 350ml porcje rosółowe 30 g , buraki 50 g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 przyprawy					
	Pulpet rybny 100g sos chrzanowy ryba miruna kostka 100g ,mąka 3g , jaja 5g,bułka tata 3g przyprawy ,zielenina chrzan 3g	Pulpet rybny 100 g sos chrzanowy 100 ml ryba miruna kostka 100g ,mąka 3g , jaja 5g,bułka tata 3g przyprawy ,zielenina,chrzan 3 g	Pulpet rybny 100 g sos koperkowy 100 ml ryba miruna kostka 100g ,mąka 3g , jaja 5g,bułka tata 3g przyprawy ,zielenina	Pulpet rybny 100 g sos chrzanowy 100 ml ryba miruna kostka 100g ,mąka 3g , jaja 5g,bułka tata 3g przyprawy ,zielenina,chrzan 3 g					
	Ziemniaki gotowane 180 g surówka z kiszonej kapusty 150g kapusta kiszona 130 g , jabłko 10g, marchew 10g , olej , przyprawy	Ziemniaki gotowane 180 g marchewka baby z masłem i bułką tartą150g marchewka baby 150 g masło3g byłka tarta 3 g	Ziemniaki gotowane 180 g marchewka baby z masłem i bułką tartą150g marchewka baby 150 g masło3g byłka tarta 3 g	Ziemniaki gotowane 180 g marchewka baby z masłem i bułką tartą150g marchewka baby 150 g masło3g byłka tarta 3 g					
	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,słodzik					
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,ryba ,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,ryba ,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,ryba , jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,ryba , jaja					
PODWIECZOREK	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	Kisiel z truskawkami 150g(6 posiłków)					
KOLACJA	Ser wędzony 40g mozzarella 30g zielony ogórek 30g	Ser wędzony 40g mozzarella 30g zielony ogórek 30g	Ser wędzony 40g mozzarella 30g zielony ogórek 30g	Ser wędzony 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 herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata b/c herbata 3g					
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler					
II KOLACJA				Mozzarella 30g z pomidorem 50 g i z oliwa z oliwek 5g (mleko)					
Wartość odżywcza	Energia 2300kcal tłuszcze 54g kw.tł.nasyc.28g białko 88gcukry 45g węglowodany 366g błonnik 28g sól2004mg	Energia 2300kcal tłuszcze 54g kw.tł.nasyc.28g białko 88gcukry 45g węglowodany 366g błonnik 28g sól2004mg	Energia 2300kcal tłuszcze 54g kw.tł.nasyc.28g białko 88gcukry 45g węglowodany 366g błonnik 28g sól2004mg	Energia 2030kcal tłuszcze 44g kw.tł.nasyc.22g białko 91gcukry 36g węglowodany 306g błonnik 31g sól1924mg					

Jadłospis na		sobota 28.03.2026 r		zatwierdzono:Marzanna Drzewiecka	
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa	
	Kasza manna na mleku 300ml mleko 280ml,kasza manna 20 g	Kasza manna na mleku 300ml mleko 280ml,kasza manna 20 g	Kasza manna na mleku 300ml mleko 280ml,kasza manna 20 g	Kasza manna na mleku 300ml mleko 280ml,kasza manna 20 g	
	Parówka na gorąco 2 szt 160 g ketchup serek tartar 20 g sałata 10g pomidorki 20 g	Parówka 2 szt ketchup serek tartar 20g sałata lodowa 10g pomidorki 20 g	Parówka 2 szt ketchup serek tartar 1 szt sałata lodowa 10g pomidorki 20 g	Parówka 2 szt ketchup sałata lodowa 10g pomidorki 20 g	
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	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 z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	
Alergeny	gluten,mleko ,seler , gorczyca	gluten,mleko ,seler ,gorczyca	gluten,mleko ,seler , gorczyca	gluten,mleko ,seler , gorczyca	
II ŚNIADANIE	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	
OBIAD	Zupa zacierkowa 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g, zacierka 20 g	Zupa zacierkowa 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g, zacierka 20 g	Zupa zacierkowa 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g, zacierka 20 g	Zupa zacierkowa 300ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g, zacierka 20 g	
	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g kurczak 150 g mieszanka warzywna mrożona 7 skl.50g ,mąka 2g śmietana 18 % tł3g przyprawy	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g kurczak 150 g mieszanka warzywna mrożona 7 skl.50g ,mąka 2g śmietana 18 % tł3g przyprawy	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g kurczak 150 g mieszanka warzywna mrożona 7 skl.50g ,mąka 2g śmietana 18 % tł3g przyprawy	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g kurczak 150 g mieszanka warzywna mrożona 7 skl.50g ,mąka 2g śmietana 18 % tł3g przyprawy	
	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	
	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier 3 g	
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	
PODWIECZOREK	Banan 150 g	Banan 150 g	Banan 150 g	Banan z jogurtem naturalnym 150 g (6 posiłków) banan 120 g jogurt 30 g	
KOLACJA	Szynka konserwowa 40g polędwica z warzywami 30g kiszony ogórek 30g	Szynka konserwowa 40g polędwica z warzywami 30g kiszony ogórek 30 g	Szynka konserwowa 40 g polędwica z warzywami 30g pomidorki 30 g	Szynka konserwowa 40g kiszony 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 herbata 5g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c herbata 5g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c herbata 5g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c herbata 5g cukier 3 g	
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	
II KOLACJA				Budyń wanilinowy z truskawkami 150g (mleko)	
Wartość odżywcza	Energia 2261kcal tłuszcze 67g kw.tl.nasyc.32g białko 82gcukry 42g węglowodany 322g błonnik 30 sól 2001mg	Energia 2261kcal tłuszcze 67g kw.tl.nasyc.32g białko 82gcukry 42g węglowodany 322g błonnik 30 sól 2001mg	Energia 2261kcal tłuszcze 67g kw.tl.nasyc.32g białko 82gcukry 42g węglowodany 322g błonnik 30 sól 2001mg	Energia 2061kcal tłuszcze 57g kw.tl.nasyc.30g białko 78gcukry 35g węglowodany 300g błonnik 30 sól 2001mg	

Jadłospis na dzień niedziela 29.03.2026 r					zatwierdził: Marzanna Drzewiecka				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa					
	Płatki ryżowe na mleku 300ml mleko 2%tł 280 ml , patki ryżowe 20 g	Płatki ryżowe na mleku 300ml mleko 2%tł 280 ml , patki ryżowe 20 g	Płatki ryżowe na mleku 300ml mleko 2%tł 280 ml , patki ryżowe 20 g	Płatki ryżowe na mleku 300ml mleko 2%tł 280 ml , patki ryżowe 20 g					
	Jajko gotowane 2 połówki 50 g ser żółty 30 g pomidorki 30 g	Jajko gotowane 2 połówki 50 g ser żółty 30 g pomidorki 30 g	Szynka drobiowa 40 g serek tartar 20 g pomidorki 30 g	Jajko gotowane 2 połówki 50 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					
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g					
		Sok z buraka 300 ml	Sok z buraka 300 ml						
	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10 g cukier 3g	kawa zbożowa z/c 250mlkawa zbożowa 10 g cukier 3g	kawa zbożowa z/c 250mlkawa zbożowa 10 g cukier 3g	kawa zbożowa b/c 250mlkawa zbożowa 10 g słodzik					
<i>Alergeny</i>	<i>gluten,mleko ,seler ,gorczyca,jaja</i>	<i>gluten,mleko,seler ,gorczyca,jaja</i>	<i>gluten,mleko ,seler,gorczyca,jaja</i>	<i>gluten,mleko,seler, gorczyca,jaja</i>					
II ŚNIADANIE	Jabłko 1szt 100 g	Jabłko 1szt 100 g	Jabłko 1szt 100 g	Kisiel z jabłkiem 150g					
OBIAD	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , kalafior 50 g ziemniaki 50 g śmietana 18 % tł mąka 3 g przyprawy	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , kalafior 50 g ziemniaki 50 g śmietana 18 % tł mąka 3 g przyprawy	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , kalafior 50 g ziemniaki 50 g śmietana 18 % tł mąka 3 g przyprawy	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , kalafior 50 g ziemniaki 50 g śmietana 18 % tł mąka 3 g przyprawy					
	Gulasz wieprzowy z zielonym groszkiem 200 ml szynka b/kości 100 g ,zielony groszek 30 g , mąka 3g , śmietana 18% tł 3g , przyprawy	Gulasz wieprzowy z zielonym groszkiem 200 ml szynka b/kości 100 g ,zielony groszek 30 g , mąka 3g , śmietana 18% tł 3g , przyprawy	Gulasz wieprzowy z zielonym groszkiem 200 ml szynka b/kości 100 g ,zielony groszek 30 g , mąka 3g , śmietana 18% tł 3g , przyprawy	Gulasz wieprzowy z zielonym groszkiem 200 ml szynka b/kości 100 g ,zielony groszek 30 g , mąka 3g , śmietana 18% tł 3g , przyprawy					
	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g					
	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g słodzik					
<i>Alergeny</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i>					
PODWIECZOREK	Sok jabłkowy 200 ml herbatniki 50 g	Sok jabłkowy 200 ml herbatniki 50 g	Sok jabłkowy 200 ml herbatniki 50 g	mus owocowy 100 ml (6 posiłków)					
KOLACJA	szynka drobiowa 40g kielbasa żywiecka 30 sałata lodowa z zieleniną 30 g	szynka drobiowa 40g kielbasa żywiecka 30g kiszony ogórek	szynka drobiowa 40g kielbasa szynkowa30g pomidor	Kielbasa szynkowa 40 g kiszony ogórek					
	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 herbata 5g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c herbata 5g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c herbata 5g cukier 3 g	Masło 10g Herbata b/c herbata 5g słodziok					
<i>Alergeny:</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>					
II KOLACJA				Feta z pomidorem i oliwą (mleko ,)					
Wartość odżywcza	<i>Energia 2291kcal tłuszcze 43 kw.tł.nasyc.22g białko 77cukry 39g węglowodany 300g błonnik 26g sól 2004 mg</i>	<i>Energia 2291kcal tłuszcze 43 kw.tł.nasyc.22g białko 77cukry 39g węglowodany 300g błonnik 26g sól 2004 mg</i>	<i>Energia 2291kcal tłuszcze 43 kw.tł.nasyc.22g białko 77cukry 32g węglowodany 300g błonnik 26g sól 2004 mg</i>	<i>Energia 2001kcal tłuszcze 37 kw.tł.nasyc.22g białko 78cukry 32g węglowodany 270g błonnik 26g sól 2004 mg</i>					

Jadłospis na dzień Poniedziałek 30.03.2026 r zatwierdził :Marzanna Drzewiecka				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 2% tł 280 płatki owsiane 20g	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 2% tł 280 płatki owsiane 20g	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 2% tł 280 płatki owsiane 20g	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 2% tł 280 płatki owsiane 20g
	Twarożek ze szczypiorkiem 50g , twaróg 40 g śmietana 18%tł , jogurt naturalny 5 g miód 25g zielony ogórek 30 g	Twarożek ze szczypiorkiem 50g , twaróg 40 g śmietana 18%tł , jogurt naturalny 5 g miód 25g zielony ogórek 30 g	Twarożek ze szczypiorkiem 50g , twaróg 40 g śmietana 18%tł , jogurt naturalny 5 g miód 25g zielony ogórek 30 g	Twarożek ze szczypiorkiem 50g , twaróg 40 g śmietana 18%tł , jogurt naturalny 5 g zielony ogórek 30 g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g Masło 10g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka Masło 10g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g Masło 10g	chleb razowy żytni 60g Masło 10g
	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10 g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250mlkawa zbożowa 10 g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250mlkawa zbożowa 10 g cukier 3 g	kawa zbożowa b/c 250mlkawa zbożowa 10 g słodzik
<i>Alergeny</i>	<i>gluten,mleko</i>	<i>gluten,mleko</i>	<i>gluten,mleko ,gorczyca</i>	<i>gluten,mleko</i>
II ŚNIADANIE	Sok buraczany 300 ml	Sok buraczany 300 ml	Sok buraczany 300 ml	Budyń czekoladowy z musem truskawkowym 150g (<i>mleko</i>)mleko 2% tł.130 g budyń proszek 10 g ,wiśnia 10g,słodzik
OBIAD	Zupa ogórkowa z pulpecikami drobiowymi 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g kiszony ogórek 50 g , mąka 3g ,śmietana 18% tł3g filet z kurczaka 100g jajka 5 g bułka tarta 5 g przyprawy	Zupa ogórkowa z pulpecikami drobiowymi 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g kiszony ogórek 50 g , mąka 3g ,śmietana 18% tł3g filet z kurczaka 100g jajka 5 g bułka tarta 5 g przyprawy	Zupa ogórkowa z pulpecikami drobiowymi 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g kiszony ogórek 50 g , mąka 3g ,śmietana 18% tł3g filet z kurczaka 100g jajka 5 g bułka tarta 5 g przyprawy	Zupa ogórkowa z pulpecikami drobiowymi 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g kiszony ogórek 50 g , mąka 3g ,śmietana 18% tł3g filet z kurczaka 100g jajka 5 g bułka tarta 5 g przyprawy
	Ryż z jabłkiem , śmietaną i cynamonem 250 g ryż 100 g jabłka prażone 100 g , cukier 3 g ,cynamon	Ryż z jabłkiem , śmietaną i cynamonem 250 g ryż 100 g jabłka prażone 100 g , cukier 3 g ,cynamon	Ryż z jabłkiem , śmietaną i cynamonem 250 g ryż 100 g jabłka prażone 100 g , cukier 3 g ,cynamon	Ryż z jabłkiem , śmietaną i cynamonem 250 g ryż 100 g jabłka prażone 100 g , ,cynamon
	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier 3 g
<i>Alergeny</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>
PODWIECZOREK	Budyń czekoladowy z musem truskawkowym 150 g mleko 130 ml budyń proszek 10 g cukier 3 g wiśnia 10 g	Budyń czekoladowy z musem truskawkowym 150 g mleko 130 ml budyń proszek 10 g cukier 3 g wiśnia 10 g	Budyń czekoladowy z musem truskawkowym 150 g mleko 130 ml budyń proszek 10 g cukier 3 g wiśnia 10 g	Sok warzywny (6 posiłek) (<i>seler,gorczyca</i>)
KOLACJA	Polędwica z warzywami 40g szynka mielona 30g surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i kukurydzą150 g kapusta pekińska 120 g kukurydza 10gmarchewka 10g,olej,5g, zielenina,przyprawy	Polędwica z warzywami 40 g szynka mielona 30g surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i kukurydzą150 g kapusta pekińska 120 g kukurydza 10gmarchewka 10g,olej,5g, zielenina,przyprawy	Polędwica z warzywami 40 g szynka mielona 30g surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i kukurydzą150 g kapusta pekińska 120 g kukurydza 10gmarchewka 10g,olej,5g, zielenina,przyprawy	Polędwica z warzywami 40g surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i kukurydzą150 g kapusta pekińska 120 g kukurydza 10gmarchewka 10g,olej,5g, zielenina,przyprawy
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata b/c
<i>Alergeny:</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>
II KOLACJA				Jogurt naturalny150 g +chrupki (<i>mleko</i>)
Wartość odżywcza	<i>Energia 2101kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc.18g białko 78gcukry38g węglowodany353g błonnik28g sód1899mg</i>	<i>Energia 2101kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc.18g białko 78gcukry38g węglowodany353g błonnik28g sód1899mg</i>	<i>Energia 2101kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc.18g białko 78gcukry38g węglowodany353g błonnik28g sód1899mg</i>	<i>Energia 1981kcal tłuszcze 39g kw.tł.nasyc.18g białko 80gcukry38g węglowodany343g błonnik28g sód1899mg</i>

Jadłospis na dzień Wtorek 31.01.2026 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Makaron na mleku 300ml mleko 2% tł 280 ml makaron 20g	Makaron na mleku 300ml mleko 2% tł 280 ml makaron 20g	Makaron na mleku 300ml mleko 2% tł 280 ml makaron 20g	Makaron na mleku 300ml mleko 2% tł 280 ml makaron 20g
	Pasta z jaja i wędliny 50g serek tartar 20 g rzodkiewka 30g jaja 25g wędlina 20 g majonez 5 g	Pasta z jaja i wędliny 50g serek tartar 20 g rzodkiewka 30g jaja 25g wędlina 20 g majonez 5 g	Kiełbasa szynkowa 40g Serek tartar 40gpomidorki	Pasta z jaja i wędliny 50g rzodkiewka 30g jaja 25g wędlina 20 g majonez 5 g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10 g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250mlkawa zbożowa 10 g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250mlkawa zbożowa 10 g cukier 3 g	kawa zbożowa b/c 250mlkawa zbożowa 10 g cukier 3 g
Alergeny	gluten,mleko,jaja,gorczyca	gluten,mleko ,jaja,gorczyca	gluten,mleko ,jaja,gorczyca	gluten,mleko,jaja,gorczyca
II ŚNIADANIE	Jabłko 120 g	Jabłko 120 g	Jabłko 120 g	Jabłko pieczone 120 g
OBIAD	Żurek z kielbasą 350ml porcje rosółowe 20 g ,włoszczyzna 30 g , ziemniaki 50 g kielbasa zwyczajna 15 g , mąka 3 g śmietana 30%tł 3g , przyprawy,cukier 3 hg	Zupa koperkowa 350ml porcje rosółowe 20g ,włoszczyzna 30 g ziemniaki 50 g koper 5 g mąka 3 g ,śmietana 30%tł3g,przyprawy	Zupa koperkowa 350ml porcje rosółowe 20g ,włoszczyzna 30 g ziemniaki 50 g koper 5 g mąka 3 g ,śmietana 30%tł3g,przyprawy	Zupa koperkowa 300ml porcje rosółowe 20g ,włoszczyzna 30 g ziemniaki 50 g koper 5 g mąka 3 g ,śmietana 30%tł3g,przyprawy
	Pieczeń rzymska 100g/110 g sos pieczeniowy 50 ml szynka b/kości wp. 90g,jaja 5g , bułka tarta 10 g ,cebula 2g ,mąka 3g, śmietana 18% tł 3g,przyprawy	Pieczeń rzymska 100g/110 g sos pieczeniowy 50 ml szynka b/kości wp. 90g,jaja 5g , bułka tarta 10 g ,cebula 2g ,mąka 3g, śmietana 18% tł 3g,przyprawy	Pieczeń rzymska 100g/110 g sos pieczeniowy 50 ml szynka b/kości wp. 90g,jaja 5g , bułka tarta 10 g ,cebula 2g ,mąka 3g, śmietana 18% tł 3g,przyprawy	Pieczeń rzymska 100g/110 g sos pieczeniowy 50 ml szynka b/kości wp. 90g,jaja 5g , bułka tarta 10 g ,cebula 2g ,mąka 3g, śmietana 18% tł 3g,przyprawy
	Kasza gryczana 100g	Kasza gryczana 100g	Kasza gryczana 100g	Kasza gryczana 100g
	Buraczki z jabłkiem 150 g buraki 120 g , jabłko 20 g , przyprawy,olej 2 g	Buraczki z jabłkiem 150 g buraki 120 g , jabłko 20 g , przyprawy,olej 2 g	Buraczki z jabłkiem 150 g buraki 120 g , jabłko 20 g , przyprawy,olej 2 g	Buraczki z jabłkiem 150 g buraki 120 g , jabłko 20 g , przyprawy,olej 2 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 ,cukier 3 g
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
PODWIECZOREK	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	Kisiel z truskawkami 150g(6 posiłków)
KOLACJA	Pasztet pieczony 40 g szynka drobiowa 30 g ogórek kiszony 30 g	Pasztet pieczony 40 g szynka drobiowa 30 g ogórek kiszony 30 g	Polędwica sopocka 40 g szynka drobiowa 30 g sałata lodowa 15 g	Pasztet pieczony 40 g szynka drobiowa 30 g ogórek kiszony 30 g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c herbata 5 g ,cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c herbata 5 g ,cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/Cherbata 5 g ,cukier 3 g	Masło 10g Herbata b/c herbata 5 g ,cukier 3 g
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Kanapka z serem i pomidorem 1 szt (mleko , gluten) chleb razowy 20 g masło 3g,ser żółty15g, papryka 5g
Wartość odżywcza	Energia 2117kcal tłuszcze 64g kw.tł.nasyc.28g białko 78gcukry 42g węglowodany 304g błonnik 28gsód 1789g	Energia 2101kcal tłuszcze 58g kw.tł.nasyc.28g białko 78gcukry 42g węglowodany 304g błonnik	Energia 2101kcal tłuszcze 58g kw.tł.nasyc.28g białko 78gcukry 42g węglowodany 304g błonnik	Energia 2101kcal tłuszcze 58g kw.tł.nasyc.28g białko 78gcukry 42g węglowodany 304g błonnik

		28gsód 1700g	28gsód 1700g	28gsód 1700g
--	--	--------------	--------------	--------------