

Jadłospis na dzień		Środa 01.04.026 r		sporządziła: Marzanna Drzewiecka -dietetyk	
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7	
	Kasza jaglana na mleku 300ml kasza jaglana 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	Kasza jaglana na mleku 300ml kasza jaglana 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	Kasza jaglana na mleku 300ml kasza jaglana 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	Kasza jaglana na mleku 300ml kasza jaglana 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	
	Serdelek drobiowy na gorąco 2 szt(160g) ketchup 12g ser topiony plastry 2szt(32g) sałata z zielonym ogórkiem 15g	Serdelek drobiowy na gorąco 2 szt (160g)ketchup 12g ser topiony plastry 2szt(32g) sałata z zielonym ogórkiem 15g	Serdelek drobiowy na gorąco 2 szt (160g)ketchup 12g ser topiony plastry 2szt(32g) sałata z zielonym ogórkiem 15g	Serdelek drobiowy na gorąco 2 szt 160 g ketchup 12g 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 ,seler,gorczyca	gluten,mleko ,seler,gorczyca	gluten,mleko ,goerczyca	gluten,mleko ,gorczyca	
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 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	Energia2400kcal tłuszcze 13g kw.tł.nasyc49g węglowodany 272g cukier 27g białko 100g błonnik29g sód 3000 mg	Energia2400kcal tłuszcze 13g kw.tł.nasyc49g węglowodany 272g cukier 27g białko 100g błonnik29g sód 3000 mg	Energia2400kcal tłuszcze 13g kw.tł.nasyc49g węglowodany 272g cukier 27g białko 100g błonnik29g sód 3000 mg	Energia 2114 kcal tłuszcze 12g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 232 g cukier 15g białko 100g błonnik 29g sód 2066 mg	

Jadłospis na dzień		Czwartek 02.04.2026 r		sporządziła: Marzanna Drzewiecka -dietetyk	
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7	
	Płatki ryżowe na mleku 300ml płatki ryżowe 20g ,mleko 280g	Płatki ryżowe na mleku 300ml płatki ryżowe 20g ,mleko 280g	Płatki ryżowe na mleku 300ml płatki ryżowe 20g ,mleko 280g	Płatki ryżowe na mleku 300ml płatki ryżowe 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	
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 buraczany 300 ml	
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g makaron 20 g ,przyprawy,koncentrat pomidorowy 30% 30g mąka 3 g śmietana 30%tł 3 g	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g makaron 20 g ,przyprawy,koncentrat pomidorowy 30% 30g mąka 3 g śmietana 30%tł 3 g	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g makaron 20 g ,przyprawy,koncentrat pomidorowy 30% 30g mąka 3 g śmietana 30%tł 3 g	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g makaron 20 g ,przyprawy,koncentrat pomidorowy 30% 30g mąka 3 g śmietana 30%tł 3 g	
	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	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	
	Marchewka z groszkiem oprószana 150g marchewka z groszkiem mrożona 150g masło 3 g , mąka 3 g	Marchewka z groszkiem oprószana 150g marchewka z groszkiem mrożona 150g masło 3 g , mąka 3 g	Marchewka z groszkiem oprószana 150g marchewka z groszkiem mrożona 150g masło 3 g , mąka 3 g	Marchewka z groszkiem oprószana 150g marchewka z groszkiem mrożona 150g masło 3 g , mąka 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,	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	
PODWIECZOREK	Mus owocowy 100 ml	Mus owocowy 100 ml	Mus owocowy 100 ml	Feta z pomidorem i sałatą (mleko)(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	
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 ,słodzik wiśnia 10g	
Wartość odżywcza	Energia 2134 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.27g cukry47g węglowodany 295g białko 101g błonnik 31g sód 2198mg	Energia 2134 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.27g cukry47g węglowodany 295g białko 101g błonnik 31g sód 2198mg	Energia 2134 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.27g cukry47g węglowodany 295g białko 101g błonnik 31g sód 2198mg	Energia 2010 kcal tłuszcze 68g kw.tł.nasyc.20g cukry27g węglowodany 240g białko 101g błonnik31g sód 2008mg	

Jadłospis na dzień		Piątek 03.04.2026 r		sporządziła: Marzanna Drzewiecka -dietetyk	
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 (50g), serek tartar 20 g dżem 25 g pomidorki 30g	Jajko gotowane 2 połówki (50g), serek tartar 20 g dżem 25 g pomidorki 30g	,serek tartar 40 g dżem 25 g pomidorki 30g	Jajko gotowane 2 połówki (50g), serek tartar 20 g pomidorki 30g	
	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 60g 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, jaja	gluten, mleko, jaja	gluten, mleko	gluten, mleko, ja	
II ŚNIADANIE	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 ml	
OBIAD	Zupa ze słodkiej kapusty z pomidorami z ziemniakami 350ml porcje rosółowe 20g, włoszczyzna 20g, ziemniaki 100g, kapusta biała 50g, śmietanka 3g, pomidory z puszki 15g, zielenina 3g, przyprawy	Zupa ze słodkiej kapusty z pomidorami z ziemniakami 350ml porcje rosółowe 20g, włoszczyzna 20g, ziemniaki 100g, kapusta biała 50g, śmietanka 3g, pomidory z puszki 15g, zielenina 3g, przyprawy	Zupa ze słodkiej kapusty z pomidorami z ziemniakami 350ml porcje rosółowe 20g, włoszczyzna 20g, ziemniaki 100g, kapusta biała 50g, śmietanka 3g, pomidory z puszki 15g, zielenina 3g, przyprawy	Zupa ze słodkiej kapusty z pomidorami z ziemniakami 350ml porcje rosółowe 20g, włoszczyzna 20g, ziemniaki 100g, kapusta biała 50g, śmietanka 3g, pomidory z puszki 15g, zielenina 3g, przyprawy	
	Makaron z twarogiem i prażonymi jabłkami 250g makaron 80g twaróg 100g prażone jabłka 50g	Makaron z twarogiem i prażonymi jabłkami 250g makaron 80g twaróg 100g prażone jabłka 50g	Makaron z twarogiem i prażonymi jabłkami 200g makaron 80g twaróg 100g prażone jabłka 50g	Makaron z twarogiem i prażonymi jabłkami 200g makaron 80g twaróg 100g prażone jabłka 50g	
	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g, cukier 3g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g, cukier 3g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g, cukier 3g	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,	
PODWIECZOREK	Banan 1 szt 150g	Banan 1 szt 150g	Banan 1 szt 150g	Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt 150g (6 posilek)	
KOLACJA	Ser żółty 40g ser topiony 2 szt (32g) sałata lodowa z zieleniną 20g	Ser żółty 40g ser topiony 2 szt (32g) sałata lodowa z zieleniną 20g	Ser żółty 40g ser topiony 2 szt (32g) sałata lodowa z zieleniną 20g	Ser żółty 40g ser topiony 2 szt (32g) sałata lodowa z zieleniną 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	gluten, mleko	gluten, mleko	gluten, mleko ja	
II KOLACJA				Sok pomidorowy 300 ml (seler, gorczyca)	
Wartość odżywcza	Energia 2212 kcal tłuszcze 58g kw.ł.nasyc 30g węglowodany 316g cukry 71 białko 80g błonnik 35g sód 1936mg	Energia 2212 kcal tłuszcze 58g kw.ł.nasyc 30g węglowodany 316g cukry 71 białko 80g błonnik 35g sód 2196mg	Energia 2212 kcal tłuszcze 58g kw.ł.nasyc 30g węglowodany 316g cukry 71 białko 80g błonnik 35g sód 1936mg	Energia 2012 kcal tłuszcze 47g kw.ł.nasyc 30g węglowodany 300g cukry 41 białko 80g błonnik 35g sód 1936mg	

Jadłospis na dzień Sobota 04.04.2026 r

sporządziła: Marzanna Drzewiecka -dietetyk

	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2a	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7
ŚNIADANIE	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
	Mozzarella ½ szt (60g) liść sałaty rzodkiewki 20 g 30 g	Mozzarella ½ szt (60g) liść sałaty rzodkiewki 20 g 30 g	Mozzarella ½ szt (60g) pomidorki 30 g	Mozzarella ½ szt (60g) liść sałaty rzodkiewki 20 g 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
II ŚNIADANIE	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok buraczany 300 ml
OBIAD	Zupa ziemniaczana 350ml porcje rosółowe 30 g , ziemniaki 100g włoszczyzna 30 g , mąka 3g, śmietana 18%tł 3g przyprawy , zielecna 2g	Zupa ziemniaczana 350ml porcje rosółowe 30 g , ziemniaki 100g włoszczyzna 30 g , mąka 3g, śmietana 18%tł 3g przyprawy , zielecna 2g	Zupa ziemniaczana 350ml porcje rosółowe 30 g , ziemniaki 100g włoszczyzna 30 g , mąka 3g, śmietana 18%tł 3g przyprawy , zielecna 2g	Zupa ziemniaczana 350ml porcje rosółowe 30 g , ziemniaki 100g włoszczyzna 30 g , mąka 3g, śmietana 18%tł 3g przyprawy , zielecna 2g
	Risotto z warzywami ,sos pomidorowy 250 g ryż 80g , ,mieszanka warzywna 40g ,mąka 3g ,śmietana 18% t3g, koncentrat pomidorowy 30% 10g, zielecna, brokuł 30g, kalafior 30g , groszek zielony 20g, fasolka szparagowa 30, masło 5g	Risotto z warzywami ,sos pomidorowy 250 g ryż 80g , ,mieszanka warzywna 150g ,mąka 3g ,śmietana 18% t3g, koncentrat pomidorowy 30% 10g, zielecna, brokuł 30g, kalafior 30g , groszek zielony 20g, fasolka szparagowa 30, masło 5g	Risotto z warzywami i mięsem ,sos pomidorowy 250 g ryż 80g , ,mieszanka warzywna 150g ,mąka 3g ,śmietana 18% t3g, koncentrat pomidorowy 30% 10g, zielecna, brokuł 30g, kalafior 30g , groszek zielony 20g, fasolka szparagowa 30, masło 5g	Risotto z warzywami i mięsem ,sos pomidorowy 250 g ryż 80g , ,mieszanka warzywna 150g ,mąka 3g ,śmietana 18% t3g, koncentrat pomidorowy 30% 10g, zielecna, brokuł 30g, kalafior 30g , groszek zielony 20g, fasolka szparagowa 30, masło 5g
	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,
PODWIECZOREK	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	Mus owocowy 100 ml
KOLACJA	Ser wędzony 40 g serek tartar 40g ,zielony ogórek	Ser wędzony 40 g serek tartar 40g ,zielony ogórek	Szynka drobiowa 40 g serek tartar 40g ,zielony ogórek	Szynka drobiowa 40 g ,zielony 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 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				Kisiel z truskawkami 150g kisiel 10 g truskawka 20 g ,słodzik
Wartość odżywcza	Energia 1988 kcal tłuszcz 71g kw.ł.nasyc30g węglowodany 301g cukry 46 białko 67g błonnik 27g sód 1425mg	Energia 1988 kcal tłuszcz 71g kw.ł.nasyc30g węglowodany 301g cukry 46 białko 67g błonnik 27g sód 1425mg	Energia 1988 kcal tłuszcz 71g kw.ł.nasyc30g węglowodany 301g cukry 46 białko 67g błonnik 27g sód 1425mg	Energia 1861 kcal tłuszcz 58g kw.ł.nasyc20g węglowodany 3250g cukry 40 białko 71g błonnik 22g sód 1392mg

Jadłospis na dzień niedziela 05.04.2026 r

sporządziła: Marzanna Drzewiecka -dietetyk

	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7
ŚNIADANIE	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
	Ogonówka 30g , schab wędzony 30g pomidorki 30 g	Ogonówka 30g , schab wędzony 30g pomidorki 30 g	Ogonówka 30g , schab wędzony 30g pomidorki 30 g	Ogonówka 30g , schab wędzony 30g 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
	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
	Alergeny	gluten,mleko ,seler , gorczyca	gluten,mleko ,seler ,gorczyca	gluten,mleko ,seler , gorczyca
II ŚNIADANIE	Ciasto piaskowe 100g (gluten, jaja,mleko)	Ciasto piaskowe 100g (gluten, jaja,mleko)	Ciasto piaskowe 100g (gluten, jaja,mleko)	Budyń waniliowy z musem brzoskwiowym 150 ml budyń 10g mleko 2% tł 130g ,mus brzoskwiowy10 g słodzik
OBIAD	Rosół z makaronem 350 ml porcje rosółowe 100g , włoszczyzna 30 g makaron 20 g zieleń 1g, przyprawy,zieleń	Rosół z makaronem 350 ml porcje rosółowe 100g , włoszczyzna 30 g makaron 20 g zieleń 1g, przyprawy,zieleń	Rosół z makaronem 350 ml porcje rosółowe 100g , włoszczyzna 30 g makaron 20 g zieleń 1g, przyprawy,zieleń	Rosół z makaronem 350 ml porcje rosółowe 100g , włoszczyzna 30 g makaron 20 g zieleń 1g, przyprawy,zieleń
	Kurczak gotowany 200g w sosie potrawkowym 50ml wiartka kurczaka 200 g , mąka 3g,śmietana 18%tł3g marchewka baby z masłem i bułką 150g marchewka baby 150g masło 3g , bułka tarta 3 g	Kurczak gotowany 200g w sosie potrawkowym 50ml ćwiartka kurczaka 200 g , mąka 3g,śmietana 18%tł3g marchewka baby z masłem i bułką 150g marchewka baby 150g masło 3g , bułka tarta 3 g	Kurczak gotowany 200g w sosie potrawkowym 50ml ćwiartka kurczaka 200 g , mąka 3g,śmietana 18%tł3g marchewka baby z masłem i bułką 150g marchewka baby 150g masło 3g , bułka tarta 3 g	Kurczak gotowany 200g w sosie potrawkowym 50 ml ćwiartka kurczaka 200 g , mąka 3g,śmietana 18%tł3g marchewka baby z masłem i bułką 150g marchewka baby 150g masło 3g , bułka tarta 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
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK	Jogurt naturalny 150 ml	Jogurt naturalny 150 g	Jogurt naturalny 150 g	Jabłko pieczone z cynamonem (6 posiłków)
KOLACJA	Szynka wędzona 40g baleron 30g sałata lodowa 10g z zielonym ogórkiem 20g	Szynka wędzona 40g baleron 30g sałata lodowa 10g z zielonym ogórkiem 20g	Szynka wędzona 40g baleron 30g sałata lodowa 10g z zielonym ogórkiem 20g	Szynka wędzona 40g baleron 30g sałata lodowa z zielonym ogórkiem 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 3 g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3 g 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
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Jogurt naturalny 150g chrupki(mleko)
Wartość odżywcza	Energia 2519 kcal tłuszcze 108g kw.tł.nasyc28g węglowodany 291g cukry 36g białko 128g błonnik 35g sód 2698mg	Energia 2519 kcal tłuszcze 108g kw.tł.nasyc28g węglowodany 291g cukry 36g białko 128g błonnik 35g sód 2698mg	Energia 2519 kcal tłuszcze 108g kw.tł.nasyc28g węglowodany 291g cukry 36g białko 128g błonnik 35g sód 2698mg	Energia 2002 kcal tłuszcze 81g kw.tł.nasyc19g węglowodany 3256g cukry 23g białko 98g błonnik 35g sód 2592mg

Jadłospis na dzień		Poniedziałek 06.04.2026 r		sporządziła: Marzanna Drzewiecka -dietetyk	
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7	
	Płatki owsiane mleku 300ml mleko 280 ml płatki owsiane 20 g	Płatki owsiane mleku 300ml mleko 280 ml płatki owsiane 20 g	Płatki owsiane mleku 300ml mleko 280 ml płatki owsiane 20 g	Płatki owsiane mleku 300ml mleko 280 ml płatki owsiane 20 g	
	Szynka wędzona 40g serek tartar 2 szt 40g pomidorki 30 g	Szynka wędzona 40g serek tartar 2 szt 40g pomidorki 30 g	Szynka wędzona 40g serek tartar 2 szt 40g pomidorki 30 g	Szynka wędzona 40g serek tartar 2 szt 40g pomidorki 30 g	
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 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 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 ,seler,gorczyca	gluten,mleko ,seler , gorczyca	gluten,mleko ,seler gorczyca	gluten,mleko,seler gorczyca	
II ŚNIADANIE	Sernik 100g (gluten, jaja,mleko)	Sernik 100g (gluten, jaja,mleko)	Biskopki 100g (gluten, jaja,mleko)	Mandarynki 2 szt 100g	
OBIAD	Zupa żurek z białą kielbasą 350ml b/ziemniaków porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , biała kielbasa 30 g , mąka 3g śmietana 18% tł 3g	Zupa żurek z białą kielbasą 350ml b/ziemniaków porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , biała kielbasa 30 g , mąka 3g śmietana 18% tł 3g	Zupa żurek z białą kielbasą 350ml b/ziemniaków porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , biała kielbasa 30 g , mąka 3g śmietana 18% tł 3g	Zupa żurek z białą kielbasą 350ml b/ziemniaków porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , biała kielbasa 30 g , mąka 3g śmietana 18% tł 3g	
	Schab duszony 100 gw sosie pieczeniowym , schab b/kości 120 g , przyprawy,mąka 3g ,śmietana 18% tł.3g , zielenina 1 g	Schab duszony 100 gw sosie pieczeniowym , schab b/kości 120 g , przyprawy,mąka 3g ,śmietana 18% tł.3g , zielenina 1 g	Schab duszony 100 gw sosie pieczeniowym , schab b/kości 120 g , przyprawy,mąka 3g ,śmietana 18% tł.3g , zielenina 1 g	Schab duszony 100 gw sosie pieczeniowym , schab b/kości 120 g , przyprawy,mąka 3g ,śmietana 18% tł.3g , zielenina 1 g	
	Kasza jęczmienna na sypko gotowana 80 g	Kasza jęczmienna na sypko gotowana 80 g	Kasza jęczmienna ma sypko gotowana 80 g	Kasza jęczmienna na sypko gotowana 80 g	
	Fasolka szparagowa z masłem i bułka 150g fasolka szparagowa 150 g bułka tarta 3 g masło 4 g	Fasolka szparagowa z masłem i bułka 150g fasolka szparagowa 150 g bułka tarta 3 g masło 4 g	Fasolka szparagowa z masłem i bułka 150g fasolka szparagowa 150 g bułka tarta 3 g masło 4 g	Fasolka szparagowa z masłem i bułka 150g fasolka szparagowa 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,	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK	Mandarynki 2 szt 100g	Mandarynki 2 szt 100g	Mandarynki 2 szt 100g	Jogurt naturalny 150g (6 posiłków)(mleko)	
KOLACJA	Ogonówka 40g schab wędzony 30g kiszony ogórek 30g	Ogonówka 40g schab wędzony 30g kiszony ogórek 30g	Ogonówka 40g schab wędzony 30g pomidorki	Ogonówka 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	Energia 2195 kcal tłuszcze 84g kw.tł.nasyc 41g węglowodany 287g cukry 41 białko 99g błonnik 32g sód 2582mg	Energia 2195 kcal tłuszcze 84g kw.tł.nasyc 41g węglowodany 287g cukry 41 białko 99g błonnik 32g sód 2582mg	Energia 2195 kcal tłuszcze 84g kw.tł.nasyc 41g węglowodany 287g cukry 41 białko 99g błonnik 32g sód 2582mg	Energia 1899 kcal tłuszcze 43g kw.tł.nasyc 27g węglowodany 243g cukry 32 białko 79g błonnik 38g sód 1930mg	

Jadłospis na dzień		Wtorek 07.04.2026 r		sporządziła: Marzanna Drzewiecka -dietetyk	
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	
	Pasta z jaja i wędliny 50g ,ser topiony plastry 32g 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 ,ser topiony plastry 32g 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 40g 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 50g/bułka grahamka 50 g 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 60g 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	Budyń czekoladowy z wiśnią 150g budyń czekoladowy 10 g mleko 140g,c wiśnia mrożona 10 g słodzik	
OBIAD	Zupa brokułowa z makaronem 350 ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , brokuł 100g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g	Zupa brokułowa z makaronem 350 ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , brokuł 100g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g	Zupa brokułowa z makaronem 350 ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , brokuł 100g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g	Zupa brokułowa z makaronem 350 ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , brokuł 100g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g	
	Pieczeń rzymska 100g sos pomidorowy 100 ml szynka wieprzowa 100/110 g koncentrat pomidorowy 30%tł mąka 3 g śmietana 3g,zielenina 3 g przyprawy , cebula 10gbułka tarta 5g,jaja 10g olej rzepakowy 3g	Pieczeń rzymska 100g sos pomidorowy 100 ml szynka wieprzowa 100/110 g koncentrat pomidorowy 30%tł mąka 3 g śmietana 3g,zielenina 3 g przyprawy , cebula 10gbułka tarta 5g,jaja 10g olej rzepakowy 3g	Pieczeń rzymska 100g sos pomidorowy 100 ml szynka wieprzowa 100/110 g koncentrat pomidorowy 30%tł mąka 3 g śmietana 3g,zielenina 3 g przyprawy , bułka tarta 5g,jaja 10g olej rzepakowy 3g	Pieczeń rzymska 100g sos pomidorowy 100 ml szynka wieprzowa 100/110 g koncentrat pomidorowy 30%tł mąka 3 g śmietana 3g,zielenina 3 g przyprawy , cebula 10gbułka tarta 5g,jaja 10g olej rzepakowy 3g	
	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	Budyń czekoladowy z wiśnią 150g budyń czekoladowy 10 g mleko 140g,cukier 3 g wiśnia mrożona 10 g	Budyń czekoladowy z wiśnią 150g budyń czekoladowy 10 g mleko 140g,cukier 3 g wiśnia mrożona 10 g	Budyń czekoladowy z wiśnią 150g budyń czekoladowy 10 g mleko 140g,cukier 3 g wiśnia mrożona 10 g	Jabłko pieczone z cynamonem 150 g (6 posilek)	
KOLACJA	Szynka konserwowa 40 g ser wędzony 30g pomidorki 20 g , zielony ogórek 20g	Szynka konserwowa 40 g ser wędzony 30g pomidorki 20 g , zielony ogórek 20g	Szynka konserwowa 40 g serek tartar 2szt pomidorki 20 g , zielony ogórek 20g	Szynka konserwowa 40 g pomidorki 20 g , zielony ogórek 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 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				Kanapka z serem i pomidorem /papryką 1szt(gluten,mleko)	
Wartość odżywcza	Energia 2146kcal tłuszcze 84g kw.tl.nasyc35g węglowodany 287g cukry 35g białko 95g błonnik 26g sól 2424mg	Energia 2146 kcal tłuszcze 83g kw.tl.nasyc35g węglowodany 287g cukry 35g białko 95g błonnik 26g sól 2424mg	Energia 2146 kcal tłuszcze 83g kw.tl.nasyc35g węglowodany 287g cukry 35g białko 95g błonnik 26g sól 2424mg	Energia 2009 kcal tłuszcze 48g kw.tl.nasyc26g węglowodany 240g cukry 27g białko 85g błonnik 28g sól1830mg	

Jadłospis na dzień		Środa 08.04.2026 r		sporządziła: Marzanna Drzewiecka -dietetyk	
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7	
	Kasza kuskus na mleku 300ml mleko 280 ml , kasza kuskus 20 g	Kasza kuskus na mleku 300ml mleko 280 ml , kasza kuskus 20 g	Kasza kuskus na mleku 300ml mleko 280 ml , kasza kuskus 20 g	Kasza kuskus na mleku 300ml mleko 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 balonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g	Chleb balonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g	Chleb balonowski 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 (mleko)	
OBIAD	Zupa z cukinii z zacierką 350 ml porcje rosółowe 30g , włośczyzna 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 , włośczyzna 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 , włośczyzna 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 , włośczyzna 20g , cukinia mrożona 100g , mąka 3 g śmietanka 30 tł 3g , zacierka 20g przyprawy, zielenina 2	
	Potrąwka z kurczaka z warzywami kurczak 200 g mieszanka warzywna mrożona 100 g mąka 5 śmietana 18%tł 3g	Potrąwka z kurczaka z warzywami kurczak 200 g mieszanka warzywna mrożona 100 g mąka 5 śmietana 18%tł 3g	Potrąwka z kurczaka z warzywami kurczak 200 g mieszanka warzywna mrożona 100 g mąka 5 śmietana 18%tł 3g	Potrąwka z kurczaka z warzywami kurczak 200 g mieszanka warzywna mrożona 100 g mąka 5 śmietana 18%tł 3g	
	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	
	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 (6 posiłek)	
KOLACJA	Kiełbasa szynkowa 40 g polędwica sopočka 30g pomidorki 30 g	Kiełbasa szynkowa 40 g polędwica sopočka 30g pomidorki 30 g	Kiełbasa szynkowa 40 g polędwica sopočka 30g pomidorki 30 g	Kiełbasa szynkowa 40 g pomidorki 30 g	
	Chleb balonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb balonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb balonowski 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 2413 kcal tłuszcze 68g kw.tł.nasyc34g węglowodany 318g cukry 61g białko 109g błonnik 38g sód1900mg	Energia 2413 kcal tłuszcze 68g kw.tł.nasyc34g węglowodany 318g cukry 61g białko 109g błonnik 38g sód1900mg	Energia 2413 kcal tłuszcze 68g kw.tł.nasyc34g węglowodany 318g cukry 61g białko 109g błonnik 38g sód1900mg	Energia 2013 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc24g węglowodany 258g cukry 32g białko 99g błonnik 28g sód1700mg	

Jadłospis na dzień Czwartek 09.04.2026 r				
sporządziła: Marzanna Drzewiecka -dietetyk				
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 10g ,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 Masło 10g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50g Masło 10g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g Masło 10g	chleb razowy żytni 60g 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 grochowa 350ml porcje rosółowe , włoszczyzna 30 g ,groch 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 , zieleńina 2 g , przyprawa	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe 30 g ,kalafior 50 g , ziemniaki 100 g , mąka 3g , śmietana 18% tł 3 g , zieleńina 2 g , przyprawa	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe 30 g ,kalafior 50 g , ziemniaki 100 g , mąka 3g , śmietana 18% tł 3 g , zieleńina 2 g , przyprawa
	Kotlet mielony panierowany 100 g g szynka b/kości 100g ,bułka tarta 5 g , mąka 3 g ,jaja 10g ,smalec 3g przyprawy ,zielenina 2 g	Klopsik wieprzowy 100g w sosie koperkowym 100ml szynka b/kości 100g ,bułka tarta 5 g , mąka 3 g ,jaja 10g , przyprawy ,zielenina 2 g mąka 3g, śmietana 18%tł 3g	Klopsik wieprzowy 100g w sosie koperkowym 100ml szynka b/kości 100g ,bułka tarta 5 g , mąka 3 g ,jaja 10g , przyprawy ,zielenina 2 g mąka 3g, śmietana 18%tł 3g	Klopsik wieprzowy 100g w sosie koperkowym 100ml szynka b/kości 100g ,bułka tarta 5 g , mąka 3 g ,jaja 10g , przyprawy ,zielenina 2 g mąka 3g, śmietana 18%tł 3g
	Ziemniaki gotowane 180 g	Ziemniaki gotowane 180 g	Ziemniaki gotowane 180 g	Ziemniaki gotowane 180 g
	Marchewka z groszkiem oprószana 150 g marchewka z groszkiem mrożona 150 g , masło 3g ,mąka 2 g	Marchewka z groszkiem oprószana 150 g marchewka z groszkiem mrożona 150 g , masło 3g ,mąka 2 g	Marchewka z groszkiem oprószana 150 g marchewka z groszkiem mrożona 150 g , masło 3g ,mąka 2 g	Marchewka z groszkiem oprószana 150 g marchewka z groszkiem mrożona 150 g , masło 3g ,mąka 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 słodzik
Alergeny	Mleko,gluten, seler,gorczyca,jaja	Mleko,gluten, seler,gorczyca,jaja	Mleko,gluten, seler,gorczyca,jaja	Mleko,gluten, seler,gorczyca,jaja
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	Szynka drobiowa 40g kiełbasa żywiecka 30 g papryka konserwowa 30 g	Szynka drobiowa 40g kiełbasa żywiecka 30 g pomidorki 30 g	Szynka drobiowa 40g kiełbasa żywiecka 30 g pomidorki 30 g	Szynka drobiowa 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:	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler,
II KOLACJA				Jogurt naturalny 150 ml chrupki chrupki 10 g (mleko)
Wartość odżywcza	Energia 2157kcal tłuszcze 68g kw.tł.nasyc27g węglowodany 297g cukry 65g białko 98g błonnik 38g sól2270mg	Energia 2057kcal tłuszcze 58g kw.tł.nasyc20g węglowodany 247g cukry 55g białko 88g błonnik 35g sól2200mg	Energia 2057kcal tłuszcze 58g kw.tł.nasyc20g węglowodany 247g cukry 55g białko 88g błonnik 35g sól2200mg	Energia 2057kcal tłuszcze 58g kw.tł.nasyc20g węglowodany 247g cukry 55g białko 88g błonnik 35g sól2200mg

Jadłospis na dzień Piątek 10.04.2026 r		sporządziła: Marzanna Drzewiecka -dietetyk		
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 20g ,dżem 25 g rzodkiewki 30 g	Szynka konserwowa 40g serek tartar 20 g ,dżem 25 g rzodkiewki 30 g	Szynka konserwowa 40g serek tartar 20 g ,dżem 25 g pomidorki 30 g	Szynka konserwowa 40g serek tartar 20 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	Jogurt owocowy 100 g	Jogurt owocowy 100 g	Jogurt owocowy 100 g	Kisiel truskawkowy 150 g kisiel proszek 10 g truskawki 20 g słodzik
OBIAD	Barszcz czerwony 350 ml porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g , buraki 50 g , mąka3 g śmietanka 30 % tł 3g ,zielenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy	Barszcz czerwony 350 ml porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g , buraki 50 g , mąka3 g śmietanka 30 % tł 3g ,zielenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy	Barszcz czerwony 350 ml porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g , buraki 50 g , mąka3 g śmietanka 30 % tł 3g ,zielenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy	Barszcz czerwony 350 ml porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g , buraki 50 g , mąka3 g śmietanka 30 % tł 3g ,zielenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy
	Ryż z jabłkiem ,śmietaną i cynamonem 250 g ryż 80 g jabłka 100 g śmietana 18%tł 10g jogurt naturalny 10 g	Ryż z jabłkiem ,śmietaną i cynamonem 250 g ryż 80 g jabłka 100 g śmietana 18%tł 10g jogurt naturalny 10 g	Ryż z jabłkiem ,śmietaną i cynamonem 250 g ryż 80 g jabłka 100 g śmietana 18%tł 10g jogurt naturalny 10 g	Ryż z jabłkiem ,śmietaną i cynamonem 250 g ryż 80 g jabłka 100 g śmietana 18%tł 10g jogurt naturalny 10 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	Drożdźówka z kruszonką 100 g mąka 60g , słodzik jaja 20 g masło 5 g mleko 20 g suszone drożdże	Drożdźówka z kruszonką 100 g mąka 60g , słodzik jaja 20 g masło 5 g mleko 20 g suszone drożdże	Drożdźówka z kruszonką 100 g mąka 60g , słodzik jaja 20 g masło 5 g mleko 20 g suszone drożdże	Mus owocowy 100 ml
KOLACJA	Salatka z tuńczyka z czerwoną fasolką i kiszonym ogórkiem 100g tuńczyk 30g ,fasolka czerwona konserwowa 50g , ogórek kiszony15 g majonez 5 g , zielenina 2g pasztecik drobiowy50g	Salatka z tuńczyka z czerwoną fasolką i kiszonym ogórkiem 100g tuńczyk 30g ,fasolka czerwona konserwowa 50g , ogórek kiszony15 g majonez 5 g , zielenina 2g pasztecik drobiowy50g	kielbasa szynkowa 40g szynka drobiowa 30g pomidorki 30 g	Salatka z tuńczyka z czerwoną fasolką i kiszonym ogórkiem 100g tuńczyk 30g ,fasolka czerwona konserwowa 50g , ogórek kiszony15 g majonez 5 g , zielenina 2g pasztecik drobiowy50g
	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,ryby	gluten,mleko gorczyca,seler,soja,ryby	gluten,mleko gorczyca,seler,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja,ryby
II KOLACJA				Drożdźówka z kruszonką 100 g mąka 60g , słodzik jaja 20 g masło 5 g mleko 20 g suszone drożdże
Wartość odżywcza	Energia 2063kcal tłuszcze 52g kw.tł.nasyc27g węglowodany 350g cukry 28g białko 79g błonnik 25g sól1982mg	Energia 2063kcal tłuszcze 52g kw.tł.nasyc27g węglowodany 350g cukry 28g białko 79g błonnik 25g sól1982mg	Energia 2063kcal tłuszcze 52g kw.tł.nasyc27g węglowodany 350g cukry 28g białko 79g błonnik 25g sól1982mg	Energia 2000kcal tłuszcze 42g kw.tł.nasyc27g węglowodany 320g cukry 18g białko 79g błonnik 25g sól1971mg

Jadłospis na dzień Sobota 11.04.2026 r

sporządziła: Marzanna Drzewiecka-dietetyk

ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Płatki ryżowe na mleku 300ml Płatki ryżowe 20 g mleko 2%tł 280 ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml Płatki ryżowe 20 g mleko 2%tł 280 ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml Płatki ryżowe 20 g mleko 2%tł 280 ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml Płatki ryżowe 20 g mleko 2%tł 280 ml
	Twarożek ze szczypiorkiem 50 g miód 25 g zielony ogórek 30 g twarożek 40 g śmietana 18tł 10g szczypiorek 2g	Twarożek ze szczypiorkiem 50 g miód 25 g zielony ogórek 30 g twarożek 40 g śmietana 18tł 10g szczypiorek 2g	Twarożek ze szczypiorkiem 50 g miód 25 g zielony ogórek 30 g twarożek 40 g śmietana 18tł 10g szczypiorek 2g	Twarożek ze szczypiorkiem 50 g miód 25 g zielony ogórek 30 g twarożek 40 g śmietana 18tł 10g 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 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 kawa zbożowa 10 g , cukier 3g
Alergeny	gluten,mleko	gluten,mleko,	gluten,mleko	gluten,mleko,
II ŚNIADANIE	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo – bananowy 300 ml	Sok warzywny 300 ml (seler ,gorczyca)
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml porcje rosółowe 20 g ,włoszczyzna 30 g , koncentrat pomidorowy 30 % 30 g , mąka 3 g , śmietanka 30%tł 3 g , przyprawy ,zelenina	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml porcje rosółowe 20 g ,włoszczyzna 30 g , koncentrat pomidorowy 30 % 30 g , mąka 3 g , śmietanka 30%tł 3 g , przyprawy ,zelenina	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml porcje rosółowe 20 g ,włoszczyzna 30 g , koncentrat pomidorowy 30 % 30 g , mąka 3 g , śmietanka 30%tł 3 g , przyprawy ,zelenina	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml porcje rosółowe 20 g ,włoszczyzna 30 g , koncentrat pomidorowy 30 % 30 g , mąka 3 g , śmietanka 30%tł 3 g , przyprawy ,zelenina
	Gulasz z szynki w jarzynach 200 ml szynka b/kości 100 g ,mieszanka warzywna mrożona 7-skl. 100G ,mąka 3g , śmietana 18%tł3g, zelenina, przyprawy,olej2g	Gulasz w jarzynach 200 ml szynka b/kości 100 g ,mieszanka warzywna mrożona 7-skl. 100G ,mąka 3g , śmietana 18%tł3g, zelenina, przyprawy,olej2 g	Gulasz w jarzynach 200 ml szynka b/kości 100 g ,mieszanka warzywna mrożona 7-skl. 100G ,mąka 3g , śmietana 18%tł3g, zelenina, przyprawy,olej 2 g	Gulasz w jarzynach 200 ml szynka b/kości 100 g ,mieszanka warzywna mrożona 7-skl. 100G ,mąka 3g , śmietana 18%tł3g, zelenina, przyprawy,olej 2 g
	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g
	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier3g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier3g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier3g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g słodzik
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
PODWIECZOREK	Jabłko pieczone 1szt 100g	Jabłko pieczone 1szt 100g	Jabłko pieczone 1szt 100g	Jabłko pieczone 100g (6 posiłków)
KOLACJA	szynka drobiowa 40g pasztetowa 30g pomidorki 30 g	szynka drobiowa 40g pasztetowa 30g pomidorki 30 g	szynka drobiowa 40g kielbasa szynkowa 30g pomidorki30 g	Szynka drobiowa 40g 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 250 ml	Masło 10g Herbata z/c 250 ml	Masło 10g Herbata z/c 250 ml	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				Pomidor z mozzarellą 100g (mleko) mozzarella 30 g , pomidor 50 g , oliwa 2 g
Wartość odżywcza	Energia 1918kcal tłuszcze 65g kw.tł.nasyc.29g białko 73cukry 46g węglowodany 283g sód 1564mg	Energia 1918kcal tłuszcze 65g kw.tł.nasyc.29g białko 73cukry 46g węglowodany 283g sód 1564mg	Energia 1918kcal tłuszcze 65g kw.tł.nasyc.29g białko 73cukry 46g węglowodany 283g sód 1564mg	Energia 1918kcal tłuszcze 65g kw.tł.nasyc.29g białko 73cukry 46g węglowodany 283g sód 1564mg

Jadłospis na dzień niedziela 12.04.2026 r

sporządził dietetyk: Marzanna Drzewiecka

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 300ml kasza manna 20g , mleko 2%tł280g	Kasza manna na mleku 300ml kasza manna 20g , mleko 2%tł280g	Kasza manna na mleku 300ml kasza manna 20g , mleko 2%tł280g	Kasza manna na mleku 300ml kasza manna 20g , mleko 2%tł280g
	Serdelek drobiowy 2 szt (120g) ketchup 12 g topiony plastry 2 szt pomidorki 30g	Serdelek drobiowy 2 szt (160g) ketchup 12 g topiony 2 szt pomidorki 30g	Serdelek drobiowy 2 szt (160g) ketchup 12 g serek tartar 2 szt pomidorki 30g	Serdelek drobiowy 2 szt (160g) ketchup 12 g pomidorki 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	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	gluten,mleko,gorczyca,seler	gluten,mleko ,gorczyca,seler
II ŚNIADANIE	Sok warzywny 300 ml	Sok warzywny 300 ml	Sok warzywny 300 ml	Sok warzywny 300 ml(seler,gorczyca)
OBIAD	Zupa jarzynowa 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30g , mieszanka warzywna mrożona 50g,mąka 3g,śmietana 18%tł 3g , zielenina 2g , przyprawy	Zupa jarzynowa 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30g , mieszanka warzywna mrożona 50g,mąka 3g,śmietana 18%tł 3g , zielenina 2g , przyprawy	Zupa jarzynowa 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30g , mieszanka warzywna mrożona 50g,mąka 3g,śmietana 18%tł 3g , zielenina 2g , przyprawy	Zupa jarzynowa 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30g , mieszanka warzywna mrożona 50g,mąka 3g,śmietana 18%tł 3g , zielenina 2g , przyprawy
	Rolada drobiowa 100g sos potrawkowy 100ml filet z kurczaka 80g , bułka tarta 5g , jaja 10g, marchewka 10g ,przyprawy , zielenina 2 g ,śmietana 3g , mąka 3g	Rolada drobiowa 100g sos potrawkowy 100 ml filet z kurczaka 80g , bułka tarta 5g , jaja 10g, marchewka 10g ,przyprawy , zielenina 2 g ,śmietana 3g , mąka 3g	Rolada drobiowa 100g sos potrawkowy 100 ml filet z kurczaka 80g , bułka tarta 5g , jaja 10g, marchewka 10g ,przyprawy , zielenina 2 g ,śmietana 3g , mąka 3g	Rolada drobiowa 100g sos potrawkowy 100 ml filet z kurczaka 80g , bułka tarta 5g , jaja 10g, marchewka 10g ,przyprawy , zielenina 2 g ,śmietana 3g , mąka 3g
	Ziemniaki gotowane180g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Brokuł z bułką i masłem 150g brokuł 150g ,bułka tarta 2g , masło 3 g	Brokuł z bułką i masłem 150g brokuł 150g ,bułka tarta 2g , masło 3 g	Brokuł z bułką i masłem 150g brokuł 150g ,bułka tarta 2g , masło 3 g	Brokuł z bułką i masłem 150g brokuł 150g ,bułka tarta 2g , masło 3 g
	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa 30g cukier 3g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa 30g cukier 3g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa 30g cukier 3g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa 30g słodzik
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
PODWIECZOREK	Jabłko 100g biszkopty 50 g	Jabłko 100g biszkopty 50 g	Jabłko 100g biszkopty 50 g	Jabłko pieczone z cynamonem 1szt(6 posiłek)
KOLACJA	Szynka tyrolska 40g polędwica z warzywami 30g sałata z zielonym ogórkiem15 g	Szynka tyrolska 40g polędwica z warzywami 30g sałata z zielonym ogórkiem15 g	Szynka tyrolska 40g polędwica z warzywami 30g sałata z zielonym ogórkiem15 g	Szynka tyrolska 40g polędwica z warzywami 30g sałata z zielonym ogórkiem15 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 250ml herbata 5g ,cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c 250ml herbata 5g ,cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c 250ml herbata 5g ,cukier 3 g	Masło 10g Herbata b/c 250ml herbata 5g ,słodzik
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Jogurt naturalny 150ml +chropki(mleko)
Wartość odżywcza	Energia 2056kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.32g białko 92gcukry 26g węglowodany 286g sól 2672mg	Energia 2056kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.32g białko 92gcukry 26g węglowodany 286g sól 2672mg	Energia 2056kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.32g białko 92gcukry 26g węglowodany 286g sól 2672mg	Energia 2056kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.32g białko 92gcukry 26g węglowodany 286g sól 2672mg

Jadłospis na dzień		Poniedziałek 13.04.2026 r		sporządził : dietetyk -Marzanna Drzewiecka	
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7	
	zacierka na mleku 300ml zacierka 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	zacierka na mleku 300ml zacierka 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	zacierka na mleku 300ml zacierka 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	zacierka na mleku 300ml zacierka 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	
	Ser żółty 40g serek tartar 2 szt 40g 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 ,	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	
	Kurczak pieczony 180g olej 3g ,przyprawy	Kurczak gotowany gotowany180 g sos koperkowy 50g ćwiartka kurczaka. przyprawy ,koper 3 g ,mąka 3g, śmietana 18% tł 2g	Kurczak gotowany gotowany180 g sos koperkowy 50g ćwiartka kurczaka. przyprawy ,koper 3 g ,mąka 3g, śmietana 18% tł 2g	Kurczak gotowany gotowany180 g sos koperkowy 50g ćwiartka kurczaka. przyprawy ,koper 3 g ,mąka 3g, 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 bułką150g masło 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,	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler,	
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 2230kcal tłuszcze 86g kw.tł.nasyc.34g węglowodany 259g cukier 27g białko 107g błonnik28g sól 2429 mg	Energia 2230kcal tłuszcze 86g kw.tł.nasyc.34g węglowodany 259g cukier 27g białko 107g błonnik28g sól 2429 mg	Energia 2230kcal tłuszcze 86g kw.tł.nasyc.34g węglowodany 259g cukier 27g białko 107g błonnik28g sól 2429 mg	Energia 2110kcal tłuszcze 65g kw.tł.nasyc.24g węglowodany 239g cukier 24g białko 87g błonnik28g sól 2029 mg	

Jadłospis na dzień Wtorek 14.04.2026 r

sporządził :dietetyk-Marzanna Drzewiecka

	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzykowa 7
ŚNIADANIE	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	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,jaja	gluten,mleko,jaja	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 brzoskwiowy 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 30%tł 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 30%tł3g, 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 30%tł3g, 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 30%tł 3g, pomidory z puszki 15 g , zielenina 3 g ,przyprawy
	Pulpet z soczewicą z ryżem 100 /110g , sos pomidorowy 100 ml szynka wp.80g,soczewica 10g ryż 10g,przyprawy ,zielenina, mąka 3g śmietana 18%tł 3g koncentrat pomidorowy 30%5g,jaja5g	Pulpet z soczewicą z ryżem 100 /110g , sos pomidorowy 100 ml szynka wp.80g,soczewica 10g ryż 10g,przyprawy ,zielenina, mąka 3g śmietana 18%tł 3g koncentrat pomidorowy 30%5g,jaja5g	Pulpet z soczewicą z ryżem 100 /110g , sos pomidorowy 100 ml szynka wp.80g,soczewica 10g ryż 10g,przyprawy ,zielenina, mąka 3g śmietana 18%tł 3g koncentrat pomidorowy 30%5g,jaja5g,jaja5g	Pulpet z soczewicą z ryżem 100 /110g , sos pomidorowy 100 ml szynka wp.80g,soczewica 10g ryż 10g,przyprawy ,zielenina, mąka 3g śmietana 18%tł 3g koncentrat pomidorowy 30%5g,jaja 5g
	Ziemniaki gotowane180g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Marchewka z groszkiem oprószana 150g marchewka z groszkiem 150 g , mąka 2g,masło 3 g	Marchewka z groszkiem oprószana 150g marchewka z groszkiem 150 g , mąka 2g	Marchewka z groszkiem oprószana 150g marchewka z groszkiem 150 g , mąka 2g	Marchewka z groszkiem oprószana 150g marchewka z groszkiem 150 g , mąka 2g
	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
PODWIECZOREK	Banan 1szt 150g	Banan 1 szt 150g	Banan 1 szt 150g	Jabłko pieczone z cynamonem 1szt(6 posiłek)
KOLACJA	Kiełbasa szynkowa40g kiełbasa żywiecka 30g zielony ogórek 20g sałata 15g	Szynka konserwowa 40 szynka drobiowa 30g zielony ogórek 20g , sałata 15g	Szynka konserwowa 40gshynka drobiowa 30gzielony ogórek 20g , sałata 15g	Szynka konserwowa 40g zielony ogórek 20g sałata 15g
	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 1998 kcal tłuszcze 73g kw.tł.nasyc35g węglowodany 279g cukry 58 białko 78g błonnik 30g sól2394mg	Energia 1998 kcal tłuszcze 73g kw.tł.nasyc35g węglowodany 279g cukry 58 białko 78g błonnik 30g sól2394mg	Energia 1998 kcal tłuszcze 73g kw.tł.nasyc35g węglowodany 279g cukry 58 białko 782g błonnik 30g sól2394mg	Energia 1908 kcal tłuszcze 63g kw.tł.nasyc35g węglowodany 249g cukry 28 białko 78g błonnik 30g sól2194mg

