

Jadłospis na dzień      poniedziałek 01.06.2026 r		sporządził : dietetyk -Marzanna Drzewiecka		
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 40 g (2 szt) sałata z zielonym ogórkiem 30g	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
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko ,seler</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>
II ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 150 g ( <b>mleko</b> )	Jogurt naturalny 150 g ( <b>mleko</b> )	Jogurt naturalny 150 g ( <b>mleko</b> )	Jogurt naturalny 150 g ( <b>mleko</b> )
OBIAD	Zupa z białej kapusty z pomidorami i ziemniakami 350ml biała kapusta 50g włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 30g, śmietana 18% tł 3g ,pomidory w puszcze 10 g ,ziemniaki 50 g ,przyprawy, zielenina 1g	Zupa z białej kapusty z pomidorami i ziemniakami 350ml biała kapusta 50g włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 30g, śmietana 18% tł 3g ,pomidory w puszcze 10 g ,ziemniaki 50 g ,przyprawy, zielenina 1g	Zupa z białej kapusty z pomidorami i ziemniakami 350ml biała kapusta 50g włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 30g, śmietana 18% tł 3g ,pomidory w puszcze 10 g ,ziemniaki 50 g ,przyprawy, zielenina 1g	Zupa z białej kapusty z pomidorami i ziemniakami 350ml biała kapusta 50g włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 30g, śmietana 18% tł 3g ,pomidory w puszcze 10 g ,ziemniaki 50 g ,przyprawy, zielenina 1g
	Pieczeń rzymska 100g sos pieczeniowy 50g mięso szynka wp. 100 g , jaja 5 g , bułka tarta 3g 3g , cebula 1 g przyprawy , ,koper 3 g ,mąka 3g, śmietana 18% tł 3g ,olej rzepakowy 2g	Pieczeń rzymska 100g sos pieczeniowy 50g mięso szynka wp. 100 g , jaja 5 g , bułka tarta 3g 3g , cebula 1 g przyprawy , ,koper 3 g ,mąka 3g, śmietana 18% tł 3g,olej rzepakowy 2g	Pieczeń rzymska 100g sos pieczeniowy 50g mięso szynka wp. 100 g , jaja 5 g , bułka tarta 3g 3g , cebula 1 g przyprawy , ,koper 3 g ,mąka 3g, śmietana 18% tł 3g olej rzepakowy 2g	Pieczeń rzymska 100g sos pieczeniowy 50g mięso szynka wp. 100 g , jaja 5 g , bułka tarta 3g 3g , cebula 1 g przyprawy , ,koper 3 g ,mąka 3g, śmietana 18% tł 3g olej rzepakowy 2g
	Kasza gryczana 180g	Kasza gryczana 180g	Kasza gryczana 180g	Kasza gryczana 180g
	Buraczki z jabłkiem i olejem 150g buraki 120 g ,jabłka 30 g olej rzepakowy 2 g,	Buraczki z jabłkiem i olejem 150g buraki 120 g ,jabłka 30 g olej rzepakowy 2 g,	Buraczki z jabłkiem i olejem 150g buraki 120 g ,jabłka 30 g olej rzepakowy 2 g,	Buraczki z jabłkiem i olejem 150g buraki 120 g ,jabłka 30 g olej rzepakowy 2 g,
	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
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>
PODWIECZOREK	Kisiel z jabłkiem 150 g kisiel proszek 10g ,cukier 2g ,jabłko 30g	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 smalczyk z fasoli 40 g fasola konserwowa 40g , olej 3g cebulka 3g ,przyprawy ogórek kiszony 30g	szynka drobiowa 40g kiełbasa szynkowa 30g pomidorki 30 g sałata lodowa 10 g	szynka drobiowa 40g polędwica sopocka 30g pomidorki 30g sałata lodowa 10 g	szynka drobiowa 40g pomidorki 30g sałata lodowa 10 g
	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
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Kisiel z jabłkiem 150g b/c - słodzik
Wartość odżywcza	<b>Energia 2020kcal tłuszcze 78g kw.tł.nasyc.29g węglowodany 266g cukier 26g białko 88g błonnik28g sól 2002 mg</b>	<b>Energia 1965 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 261g cukier 26g białko 88g błonnik28g sól 2002 mg</b>	<b>Energia 1965 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 261g cukier 26g białko 88g błonnik28g sól 2002 mg</b>	<b>Energia 1814 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 232 g cukier 15g białko 84g błonnik 32g sól 1986 mg</b>

Jadłospis na dzień wtorek 02.06.2026 r

sporządził ::dietetyk-Marzanna Drzewiecka

	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml płatki owsiane 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
	Serdelek drobiowy 2szt (160g) ketchup 12g miód 25 g pomidorki 30g	Serdelek drobiowy 2szt (160g) ketchup 12g miód 25g pomidorki 30g	Serdelek drobiowy 1szt (60g) ketchup 12g mozzarella 30 g pomidorki 30g	Serdelek drobiowy 2szt (160g) ketchup 12g pomidorki 30g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g ,cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa b/c 250ml kawa zbożowa 10g
	<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko, gorczyca ,seler ,soja</b>	<b>gluten,mleko ,gorczyca ,seler,soja</b>	<b>gluten,mleko ,gorczyca,seler,soja</b>
II ŚNIADANIE	Jogurt owocowy/wanilinowy 100g jabłko 150 g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Sok warzywny 300 ml
OBIAD	Zupa cukiniowa z ryżem 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,mąka3g, śmietana 18%tł 3g ,przyprawy cukinia mrożona 50 g	Zupa cukiniowa z ryżem 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,mąka3g, śmietana 18%tł 3g ,przyprawy cukinia mrożona 50 g	Zupa cukiniowa z ryżem 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,mąka3g, śmietana 18%tł 3g ,przyprawy cukinia mrożona 50 g	Zupa cukiniowa z ryżem 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,mąka3g, śmietana 18%tł 3g ,przyprawy cukinia mrożona 50 g
	Filet z kurczaka pieczony w folii 100g sos potrawkowy 50 g kurczak 200 g ,zielenina 1gmąka 3g , śmietana 18% 3g	Filet z kurczaka pieczony w folii 100g sos potrawkowy 50 g kurczak 200 g ,zielenina 1gmąka 3g , śmietana 18% 3g	Filet z kurczaka pieczony w folii 100g sos potrawkowy 50 g kurczak 200 g ,zielenina 1gmąka 3g , śmietana 18% 3g	Filet z kurczaka pieczony w folii 100g sos potrawkowy 50 g kurczak 200 g ,zielenina 1gmąka 3g , śmietana 18% 3g
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane200g	Ziemniaki gotowane200g	Ziemniaki gotowane200g
	Marchewka z groszkiem oprószana 150g marchewka z groszkiem mrożona 150 g mąka 2g , masło 2 g , przyprawy	Marchewka z groszkiem oprószana 150g marchewka z groszkiem mrożona 150 g mąka 2g , masło 2 g , przyprawy	Marchewka z groszkiem oprószana 150g marchewka z groszkiem mrożona 150 g mąka 2g , masło 2 g , przyprawy	Marchewka z groszkiem oprószana 150g marchewka z groszkiem mrożona 150 g mąka 2g , masło 2 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
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>
PODWIECZOREK	sok marchwiowo-bananowy 300 ml	sok marchwiowo-bananowy 300 ml	sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Mus owocowy 100 ml
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
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Budyń czekoladowy z wiśnią 150g mleko 130g budyń czekoladowy 10g ,słodzik wiśnia 10g
Wartość odżywcza	<b>Energia 1980 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.23g cukry32g węglowodany 370g białko 88g błonnik29g sód 1998mg</b>	<b>Energia 1980 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.23g cukry32g węglowodany 370g białko 88g błonnik29g sód 1998mg</b>	<b>Energia 1980 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.23g cukry32g węglowodany 370g białko 88g błonnik29g sód 1998mg</b>	<b>Energia 1910 kcal tłuszcze 70g kw.tł.nasyc.20g cukry27g węglowodany 360g białko 80 błonnik31g sód 1990mg</b>

Jadłospis na dzień środa 03.06.2026 r

sporządził: dietetyk- Marzanna Drzewiecka

	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
	Twarożek ze szczypiorkiem 50g(twarożek 45g ,jogurt naturalny 10 g , szczypiorek 1 g) dżem 25 g zielony ogórek 15g rzodkiewka 30g	Twarożek ze szczypiorkiem 50g(twarożek 45g ,jogurt naturalny 10 g , szczypiorek 1 g) dżem 25 g zielony ogórek 15g rzodkiewka 30g	Twarożek ze szczypiorkiem 50g(twarożek 45g ,jogurt naturalny 10 g , szczypiorek 1 g) dżem 25 g zielony ogórek 15g pomidorki 30g	Twarożek ze szczypiorkiem 50g(twarożek 45g ,jogurt naturalny 10 g , szczypiorek 1 g ) zielony ogórek 15g rzodkiewka 30g
	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
	<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko ,seler , gorczyca</b>	<b>gluten,mleko ,seler ,gorczyca</b>	<b>gluten,mleko ,seler , gorczyca</b>
II ŚNIADANIE	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Budyń waniliowy z musem brzoskwińowym 150 ml budyń 10g mleko 2% tł 130g ,mus brzoskwińowy10 g słodzik
OBIAD	Zupa grochówka 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g groch 30 g ziemniaki 50g zielenina 1g, przyprawy	Zupa krupnik jaglany 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g kasza jaglana 30 g zielenina 1g, przyprawy	Zupa krupnik jaglany 350 ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g kasza jaglana 30 g zielenina 1g, przyprawy	Zupa krupnik jaglany 350 ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g kasza jaglana 30 g zielenina 1g, przyprawy
	Rolada drobiowa 100g sos koperkowy 50g filet z kurczaka 100 g ,bułka tarta 5 g ,jaja 5g,mąka 3g,śmietana 18%tł 3g , przyprawy zielenina 2g	Rolada drobiowa 100g sos koperkowy 50g filet z kurczaka 100 g ,bułka tarta 5 g ,jaja 5g,mąka 3g,śmietana 18%tł 3g , przyprawy zielenina 2g	Rolada drobiowa 100g sos koperkowy 50g filet z kurczaka 100 g ,bułka tarta 5 g ,jaja 5g,mąka 3g,śmietana 18%tł 3g , przyprawy zielenina 2g	Rolada drobiowa 100g sos koperkowy 50g filet z kurczaka 100 g ,bułka tarta 5 g ,jaja 5g,mąka 3g,śmietana 18%tł 3g , przyprawy zielenina 2g
	Ziemniaki gotowane 200g	Makaron 100g	Makaron 100g	Makaron 100g
	Marchewka baby z masłem i bułką 150 g marchewka mrożona 150 g , masło 3 g , bułka tarta 3g , przyprawy	Marchewka baby z masłem i bułką 150 g marchewka mrożona 150 g , masło 3 g , bułka tarta 3g , przyprawy	Marchewka baby z masłem i bułką 150 g marchewka mrożona 150 g , masło 3 g , bułka tarta 3g , przyprawy	Marchewka baby z masłem i bułką 150 g marchewka mrożona 150 g , masło 3 g , bułka tarta 3g , 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
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>
PODWIECZOREK	Brzoskwinie z jogurtem naturalnym 150 g brzoskwinie z puszki 100g jogurt naturalny 50 g	Brzoskwinie z jogurtem naturalnym 150 g brzoskwinie z puszki 100g jogurt naturalny 50 g	Brzoskwinie z jogurtem naturalnym 150 g brzoskwinie z puszki 100g jogurt naturalny 50 g	Jabłko pieczone z cynamonem (6 posiłków)
KOLACJA	Kiełbasa szynkowa 40g szynka tyrolska 30g pomidorki 30g liść sałaty 5g	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
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Jogurt naturalny 150g chrupki( <b>mleko</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 1899 kcal tłuszcz 48g kw.tł.nasyc27g węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g sód1900mg</b>	<b>Energia 1899 kcal tłuszcz 48g kw.tł.nasyc27g węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g</b>	<b>Energia 1899 kcal tłuszcz 48g kw.tł.nasyc27g węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g</b>	<b>Energia 1841 kcal tłuszcz 28g kw.tł.nasyc19g węglowodany 306g cukry 33g białko 76g błonnik 35g sód 1892mg</b>

		sód1900mg	sód1900mg	
--	--	-----------	-----------	--

Jadłospis na dzień czwartek 04.06.2026 r

sporządził :dietetyk-Marzanna Drzewiecka

	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 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 , serek tartar (2szt) pomidorki 30 g	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem , serek tartar (2szt) pomidorki 30 g	Filet z kurczaka 50 g ,pomidorki 30 g	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem , serek tartar (2szt) pomidorki 30 g
	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
	<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko ,jaja</b>	<b>gluten,mleko,jaja</b>	<b>gluten,mleko</b>
II ŚNIADANIE	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Kisiel z truskawkami 150 ml kisiel proszek 10g , sódzik 3 g truskawka 50 g
OBIAD	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , ogórek kiszony 100 g mąka 3g g , śmietanka 3g , zieleńina 3 g ,przyprawy,ziemniaki 50 g ,masło 3g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , ogórek kiszony 100 g mąka 3g g , śmietanka 3g , zieleńina 3 g ,przyprawy,ziemniaki 50 g ,masło 3g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , ogórek kiszony 100 g mąka 3g g , śmietanka 3g , zieleńina 3 g ,przyprawy,ziemniaki 50 g ,masło 3g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , ogórek kiszony 100 g mąka 3g g , śmietanka 3g , zieleńina 3 g ,przyprawy,ziemniaki 50 g ,masło 3g
	Potrąwka z kurczaka z warzywami 250 ml kurczak 150 g g , przyprawy,mąka 3 g, zieleńina 3 g śmietana 18% tł 3g	Potrąwka z kurczaka z warzywami 250 ml kurczak 150 g g , przyprawy,mąka 3 g, zieleńina 3 g śmietana 18% tł 3g	Potrąwka z kurczaka z warzywami 250ml kurczak 150 g g , przyprawy,mąka 3 g, zieleńina 3 g śmietana 18% tł 3g	Potrąwka z kurczaka z warzywami 250 ml kurczak 150 g g , przyprawy,mąka 3 g, zieleńina 3 g śmietana 18% tł 3g
	Ryż na sypko z soczewicą 200g ryż 150g soczewica 50g	Ryż na sypko z soczewicą 200g ryż 150g soczewica 50g	Ryż na sypko 200g	Ryż na sypko z soczewicą 200g ryż 150g soczewica 50g
	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 ,sódzik
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>
PODWIECZOREK	Kisiel z truskawkami 150 ml kisiel proszek 10g , cukier 3 g truskawka 50 g	kisiel z truskawkami 150 ml kisiel proszek 10g , cukier 3 g truskawka 50 g	kisiel z truskawkami 150 ml kisiel proszek 10g , cukier 3 g truskawka 50 g	Mozzarella z pomidorem i sałatą z oliwą 150 g (6 posiłek)
KOLACJA	Szynka konserwowa 40g szynka drobiowa 30g zielony ogórek 30g sałata 20g	Szynka konserwowa 40 szynka drobiowa 30g zielony ogórek 20g , sałata 20g	Szynka konserwowa 40g szynka drobiowa 30g zielony 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
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Twarożek z musem jabłkowym 100g twarożek 50 g jogurt naturalny 3 g mus jabłkowy 50g
Wartość odżywcza	<i>Energia 1951 kcal tłuszcze 48g kw.tl.nasyc25g węglowodany 330g cukry 65 białko 79g błonnik 35g sód2000mg</i>	<i>Energia 1951 kcal tłuszcze 48g kw.tl.nasyc25g węglowodany 330g cukry 65 białko 79g błonnik 35g sód2000mg</i>	<i>Energia 1951 kcal tłuszcze 48g kw.tl.nasyc25g węglowodany 330g cukry 65 białko 79g błonnik 35g sód2000mg</i>	<i>Energia 1921 kcal tłuszcze 45g kw.tl.nasyc23g węglowodany 310g cukry 45 białko 80g błonnik 37g sód 1990mg</i>

Jadłospis na dzień

piątek 05.06.2026 r

sporządził : dietetyk:-Marzanna Drzewiecka

ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa7
	Płatki jaglana mleku 300ml mleko 280 ml kasza jaglana 20 g	Płatki jaglana mleku 300ml mleko 280 ml kasza jaglana 20 g	Płatki jaglana mleku 300ml mleko 280 ml kasza jaglana 20 g	Płatki jaglana mleku 300ml mleko 280 ml kasza jaglana 20 g
	Twarożek ze szczypiorkiem 50 g dżem 25g rzodkiewka 30g twarożek 40g ,śmietana 5,jogurt naturalny 5 g szczypiorek 2g	Twarożek ze szczypiorkiem 50 g dżem 25g rzodkiewka 30g twarożek 40g ,śmietana 5,jogurt naturalny 5 g szczypiorek 2g	Twarożek ze szczypiorkiem 50 g dżem 25g pomidorcki 30g twarożek 40g ,śmietana 5,jogurt naturalny 5 g szczypiorek 2g	Twarożek ze szczypiorkiem 50 g 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
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko ,seler , gorczyca</b>	<b>gluten,mleko ,seler gorczyca</b>	<b>gluten,mleko,seler gorczyca</b>
II ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 150g	Jogurt naturalny 150g	Jogurt naturalny 150g	Kisiel z wiśnią 150g (kisiel proszek 10g ,słodzik 3 g wiśnia 30 g )
OBIAD	Zupa szczawiowa z jajkiem 350ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , ziemniaki 100g , mąka 3g śmietana 18% tł 3g szczaw konserwowy 50g jajko 50 g	Zupa szczawiowa z jajkiem 350ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , ziemniaki 100g , mąka 3g śmietana 18% tł 3g szczaw konserwowy 50g jajko 50 g	Zupa szczawiowa z jajkiem 350ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , ziemniaki 100g , mąka 3g śmietana 18% tł 3g szczaw konserwowy 50g jajko 50 g	Zupa szczawiowa z jajkiem 350ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , ziemniaki 100g , mąka 3g śmietana 18% tł 3g szczaw konserwowy 50g jajko 50 g
	Makaron 100 g z mięsem mielonym drobiowym i warzywami i cieciorką150 g filet drobiowy mielone 90g ,mieszanka warzywna 7 skł 30 g cieciorcka konserwowa 30 g ,koncentrat pomidorowy 30%5g przyprawy natka pietruszki 2g	Makaron 100 g z mięsem mielonym drobiowym i warzywami i cieciorką150 g filet drobiowy mielone 90g ,mieszanka warzywna 7 skł 30 g cieciorcka konserwowa 30 g ,koncentrat pomidorowy 30%5g przyprawy natka pietruszki 2g	Makaron 100 g z mięsem mielonym drobiowym i warzywami filet drobiowy mielone 90g ,mieszanka warzywna 7 skł ,koncentrat pomidorowy 30% 5g przyprawy natka pietruszki 2g	Makaron 100 g z mięsem mielonym drobiowym i warzywami i cieciorką150 g filet drobiowy mielone 90g ,mieszanka warzywna 7 skł 30 g cieciorcka konserwowa 30 g ,koncentrat pomidorowy 30% 5g przyprawy natka pietruszki 2g
	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
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>
PODWIECZOREK	Kisiel z wiśnią 150g (kisiel proszek 10g ,cukier 3 g wiśnia 30 g )	Kisiel z wiśnią 150g (kisiel proszek 10g ,cukier 3 g wiśnia 30 g )	Kisiel z wiśnią 150g (kisiel proszek 10g ,cukier 3 g wiśnia 30 g )	Mus owocowy 100 ml ( 6 posiłków)
KOLACJA	Tuńczyk z wody 30 g ser wędzony 30g kiszony ogórek 30g	Tuńczyk z wody 30 g ser wędzony 30g kiszony ogórek 30g	Tuńczyk z wody 30 g mozzarella 30g pomidorcki 30g	Tuńczyk z wody 30 g ser wędzony30g 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
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,ryba</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,ryba</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,ryba</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,ryba</b>
II KOLACJA				

Wartość odżywcza	<i>Energia 1999 kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 42 białko 87g błonnik 38g sól1900mg</i>	<i>Energia 1999 kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 42 białko 87g błonnik 38g sól1900mg</i>	<i>Energia 1999 kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 42 białko 87g błonnik 38g sól1900mg</i>	<i>Energia 1899 kcal tłuszcze 43g kw.tł.nasyc27g węglowodany 343g cukry 32 białko 80g błonnik 38g sól1900mg</i>
------------------	---	---	---	---

Jadłospis na dzień sobota 06.06.2026 r		sporządził: 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 1szt20g 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 20g 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 20g 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
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko,gorczyca,jaja</b>	<b>gluten,mleko,gorczyca,jaja</b>	<b>gluten,mleko,gorczyca,soja,seler</b>	<b>gluten,mleko,gorczyca,jaja</b>
II ŚNIADANIE	Jogurt owocowy 100g	Jogurt owocowy 100g	Jogurt owocowy 100g	Jogurt naturalny 150 g
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , koncentrat pomidorowy 30% 30g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , koncentrat pomidorowy 30% 30g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , koncentrat pomidorowy 30% 30g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml porcje rosółowe 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
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
PODWIECZOREK	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
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Pomidor 100g z feta 50g i szczypiorem 150g( <b>mleko</b> )

Wartość odżywcza	<i>Energia 1899 kcal tłuszcz 48g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 47g białko 85g błonnik 38g sól1930mg</i>	<i>Energia 1899 kcal tłuszcz 48g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 47g białko 85g błonnik 38g sól1930mg</i>	<i>Energia 1899 kcal tłuszcz 48g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 47g białko 85g błonnik 38g sól1930mg</i>	<i>Energia 1809 kcal tłuszcz 38g kw.tł.nasyc26g węglowodany 300g cukry 27g białko 75g błonnik 28g sól1830mg</i>
------------------	---	---	---	---

Jadłospis na dzień niedziela 07.06.2026 r

sporządził : dietetyk – Marzanna Drzewiecka

ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2a	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7
	Płatki ryżowe na mleku 300ml mleko 280 g ryżowe 20 g	Płatki ryżowe na mleku 300ml mleko 280 g ryżowe 20 g	Płatki ryżowe na mleku 300ml mleko 280 g ryżowe 20 g	Płatki ryżowe na mleku 300ml mleko 280 g ryżowe 20 g
	Ser żółty 40g dżem 25 g sałata lodowa z natką pietruszki 30 g (sałata 30g ,natka pietruszki 3g)	Ser żółty 40g dżem 25 g sałata lodowa z natką pietruszki 30 g (sałata 30g ,natka pietruszki 3g)	Szynka drobiowa 40g serek tartar 20g sałata lodowa z natką pietruszki 30 g (sałata 30g ,natka pietruszki 3g)	Ser żółty 40g serek tartar 20 g sałata lodowa z natką pietruszki 30 g (sałata 30g ,natka pietruszki 3g)
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g / bułka grahamka 50 g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g, bułka grahamka 50 g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa b/c 250ml kawa zbożowa 10g
<b>Alergeny</b>	<b>gluten, mleko,</b>	<b>gluten, mleko</b>	<b>gluten, mleko</b>	<b>gluten, mleko</b>
II ŚNIADANIE	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Sok pomidorowy 300 ml
OBIAD	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml porcje rosółowe 30 g , kalafior 50 g , włoszczyzna 30g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 g, przyprawy	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml porcje rosółowe 30 g , kalafior 50 g , włoszczyzna 30g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 g, przyprawy	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml porcje rosółowe 30 g , kalafior 50 g , włoszczyzna 30g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 g, przyprawy	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml porcje rosółowe 30 g , kalafior 50 g , włoszczyzna 30g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 g, przyprawy
	Gulasz z szynki 200 ml , ziemniaki 200 g szynka 100g , cebula 5g , mąka 3g , śmietana 18% tł 3g , przyprawy , olej 3g , zielonina 2g , ziemniaki 200 g buraki zasmażane 150 g buraki 150g , masło 3 g , mąka 3 g , przyprawy	Gulasz z szynki 200 ml , ziemniaki 200 g szynka 100g , cebula 5g , mąka 3g , śmietana 18% tł 3g , przyprawy , olej 3g , zielonina 2g , ziemniaki 200 g buraki zasmażane 150 g buraki 150g , masło 3 g , mąka 3 g , przyprawy	Gulasz z szynki 200 ml , ziemniaki 200 g szynka 100g , cebula 5g , mąka 3g , śmietana 18% tł 3g , przyprawy , olej 3g , zielonina 2g , ziemniaki 200 g buraki zasmażane 150 g buraki 150g , masło 3 g , mąka 3 g , przyprawy	Gulasz z szynki 200 ml , ziemniaki 200 g szynka 100g , cebula 5g , mąka 3g , śmietana 18% tł 3g , przyprawy , olej 3g , zielonina 2g , ziemniaki 200 g buraki zasmażane 150 g buraki 150g , masło 3 g , mąka 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
<b>Alergeny</b>	<b>gluten, mleko gorczyca, seler,</b>	<b>gluten, mleko gorczyca, seler,</b>	<b>gluten, mleko gorczyca, seler</b>	<b>gluten, mleko gorczyca, seler,</b>
PODWIECZOREK	Banan 150g	Banan 150g	Banan 150 g	Kanapka z szynką drobiową i papryką 1szt (chleb razowy 30g masło 1g szynka 20g papryka 5 g)( <b>gluten, mleko</b> )
KOLACJA	Szynka wędzona 40 g kiełbasa żywiecka 30 g pomidorki 30 g	Szynka wędzona 40 g kiełbasa żywiecka 30 g pomidorki 30 g	Szynka wędzona 40 g kiełbasa żywiecka 30 g pomidorki 30 g	Szynka wędzona 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
	Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata 250 ml z/c herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata b/c 250 ml herbata 3g słodzik
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten, mleko gorczyca, seler</b>	<b>gluten, mleko gorczyca, seler</b>	<b>gluten, mleko gorczyca, seler</b>	<b>gluten, mleko gorczyca, seler</b>
II KOLACJA				Feta z zielonym ogórkiem i słonecznikiem ( <b>mleko</b> ) <i>feta 20g zielony ogórek 30 g , słonecznik 3g , natka pietruszki , szczypior 5g</i>
Wartość odżywcza	<i>Energia 1871 kcal tłuszcz 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sól2000mg</i>	<i>Energia 1871 kcal tłuszcz 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sól2000mg</i>	<i>Energia 1871 kcal tłuszcz 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sól2000mg</i>	<i>Energia 1861 kcal tłuszcz 38g kw.tł.nasyc20g węglowodany 310g cukry 40 białko 81g błonnik 38g sól 1992mg</i>

Jadłospis na dzień Poniedziałek 08.06.2026 r

sporządził : dietetyk Marzanna Drzewiecka

ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7
	Kasza kuskus na mleku 300mlmleko 280 ml , kasza kuskus 20 g	Kasza kuskus na mleku 300mlmleko 280 ml , kasza kuskus 20 g	Kasza kuskus na mleku 300mlmleko 280 ml , kasza kuskus 20 g	Kasza kuskus na mleku 300mlmleko 280 ml , kasza kuskus 20 g
	Serdelek drobiowy 2 szt na gorąco ketchup /musztarda ser topiony trójkącik 1 szt sałata lodowa ze szczypiorem serdelek drobiowy 160 g ketchup 1 saszetka,sałata lodowa 20 g ,szczypior 2g	Serdelek drobiowy 2 szt na gorąco ketchup ser topiony 1 szt sałata lodowa ze szczypiorem serdelek drobiowy 160 g ketchup 1 saszetka,sałata lodowa 20 g ,szczypior 2g	Serdelek drobiowy 2 szt na gorąco ketchup serek tartar 1 szt sałata lodowa ze szczypiorem serdelek drobiowy 160 g ketchup 1 saszetka,sałata lodowa 20 g ,szczypior 2g	Serdelek drobiowy 2 szt na gorąco ketchup sałata lodowa ze szczypiorem serdelek drobiowy 160 g ketchup 1 saszetka,sałata lodowa 20 g ,szczypior 2g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10 g cukier 3g	kawa zbożowa z/c 250ml 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
<b>Alergeny</b>	<i>gluten,mleko,gorczyca,</i>	<i>gluten,mleko,gorczyca</i>	<i>gluten,mleko,gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko,gorczyca,</i>
II ŚNIADANIE	Mus owocowy 100 g herbatniki 50 g	mus owocowy 100 g herbatniki 50 g	Mus owocowy 100 g 150g herbatniki 50 g	Jogurt naturalny 150 ml ( <b>mleko</b> )
OBIAD	Zupa z cukinii z zacierką i pulpecikami drobiowymi 350 ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , cukinia mrożona 100g , mąka 3 g śmietanka 30 tł 3g ,zacierka 20g przyprawy, zielenina 2gfilet z kurczaka 80 g jaja 5 g bułka tarta 3g	Zupa z cukinii z zacierką i pulpecikami drobiowymi 350 ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , cukinia mrożona 100g , mąka 3 g śmietanka 30 tł 3g ,zacierka 20g przyprawy, zielenina 2gfilet z kurczaka 80 g jaja 5 g bułka tarta 3g	Zupa z cukinii z zacierką i pulpecikami drobiowymi 350 ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , cukinia mrożona 100g , mąka 3 g śmietanka 30 tł 3g ,zacierka 20g przyprawy, zielenina 2gfilet z kurczaka 80 g jaja 5 g bułka tarta 3g	Zupa z cukinii z zacierką i pulpecikami drobiowymi 350 ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , cukinia mrożona 100g , mąka 3 g śmietanka 30 tł 3g ,zacierka 20g przyprawy, zielenina 2gfilet z kurczaka 80 g jaja 5 g bułka tarta 3g
	Ryż z jabłkiem ,śmietaną i cynamonem 250g ryż 80g jabłka prażone 120g śmietana 18%tł 30g ,wanilina, cynamon	Ryż z jabłkiem ,śmietaną i cynamonem 250g ryż 80g jabłka prażone 120g śmietana 18%tł 30g ,wanilina, cynamon	Ryż z jabłkiem ,śmietaną i cynamonem 250g ryż 80g jabłka prażone 120g śmietana 18%tł 30g ,wanilina, cynamon	Ryż z jabłkiem ,śmietaną i cynamonem 250g ryż 80g jabłka prażone 120g śmietana 18%tł 30g ,wanilina, cynamon
	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
<b>Alergeny</b>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,ryba</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,ryba</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,ryba</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,ryba</i>
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 ( <b>6 posiłek</b> )
KOLACJA	pasztetowa 40 g szynka drobiowa 30g kiszony ogórek 30 g	pasztetowa 40 g szynka drobiowa 30g kiszony ogórek 30g	Szynka konserwowa 40 g serek tartar 2szt pomidorki 30 g	Szynka drobiowa 40 g kiszony ogórek 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
<b>Alergeny:</b>	<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				Kisiel truskawkowy 150 g kisiel 10 g ,truskawki 20g słodzik
Wartość odżywcza	<b>Energia 1945 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc31g węglowodany 370g cukry 49g białko 79g błonnik 38g sód1924mg</b>	<b>Energia 1945 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc31g węglowodany 370g cukry 49g białko 79g błonnik 38g sód1924mg</b>	<b>Energia 1945 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc31g węglowodany 370g cukry 49g białko 79g błonnik 38g sód1924mg</b>	<b>Energia 1889 kcal tłuszcze 37g kw.tł.nasyc25g węglowodany 330g cukry 25g białko 78g błonnik 28g sód1850mg</b>

Jadłospis na dzień Wtorek 09.06.2026 r		sporządził: 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 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
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>
II ŚNIADANIE	Sok buraczany 300 ml	Sok buraczany 300 ml	Sok buraczany 300 ml	Sok buraczany 300 ml
OBIAD	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe , włoszczyzna 30 g ,kakafor 50g , cebula 3g , boczek wędzony 10g mąka 3g ziemniaki 100 g , przyprawy	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe 30 g ,kakafor 50 g , ziemniaki 100 g , mąka 3g , śmietana 18% tł 3 g , zielenina 2 g , przyprawa	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe 30 g ,kakafor 50 g , ziemniaki 100 g , mąka 3g , śmietana 18% tł 3 g , zielenina 2 g , przyprawa	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe 30 g ,kakafor 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 tl.3g przyprawy ,zielenina 2 g	Potrawka ze schabu gotowanego 200g schab b/kości 100g , mąka 3 g , śmietana 18 tl.3g przyprawy ,zielenina 2 g	Potrawka ze schabu gotowanego 200 g schab b/kości 100g , mąka 3 g , śmietana 18 tl.3g przyprawy ,zielenina 2 g	Potrawka ze schabu gotowanego 200 g schab b/kości 100g , mąka 3 g , śmietana 18 tl.3g przyprawy ,zielenina 2 g
	Ziemniaki gotowane 180 g	Ziemniaki gotowane 180 g	Ziemniaki gotowane 180 g	Ziemniaki gotowane 180 g
	Buraki z jabłkiem i olejem 150 g buraki 130g jabłka 30 g olej 3 g ,przyprawy	Buraki z jabłkiem i olejem 150 g buraki 130g jabłka 30 g olej 3 g ,przyprawy	Buraki z jabłkiem i olejem 150 g buraki 130g jabłka 30 g olej 3 g ,przyprawy	Buraki z jabłkiem i olejem 150 g buraki 130g jabłka 30 g olej 3 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
<b>Alergeny</b>	<b>Mleko,gluten, seler,gorczyca,jaja</b>	<b>Mleko,gluten, seler,gorczyca</b>	<b>Mleko,gluten, seler,gorczyca,</b>	<b>Mleko,gluten, seler,gorczyca</b>
PODWIECZOREK	Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt 150 szt	Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt 150szt	Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt 150 szt	Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt 150 szt <b>(6 posiłków)</b>
KOLACJA	Kiełbasa szynkowa 40g humus z ciecierzycy 30g cieciorka konserwowa 25g cebulka 3g , olej 2 g pomidorki 30g	Kiełbasa szynkowa 40g polędwica sopocka 30g pomidorki 30g	Kiełbasa szynkowa 40g polędwica sopocka 30g pomidorki 30g	Kiełbasa szynkowa 40g pomidorki 30g
	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
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Jogurt naturalny 150 ml chrupki chrupki 10 g <b>(mleko)</b>
Wartość odżywcza	<b>Energia 2020kcal tłuszcze 51g kw.tł.nasyc38g węglowodany 380g cukry 51g białko 89g błonnik 39g sód 1824mg</b>	<b>Energia 1985 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc36g węglowodany 378g cukry 49g białko89g błonnik 38g sód 1824mg</b>	<b>Energia 1985 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc36g węglowodany 378g cukry 49g białko 89g błonnik 38g sód 1820mg</b>	<b>Energia 1980 kcal tłuszcze 40g kw.tł.nasyc30g węglowodany 358g cukry 38g białko 85g błonnik 40g sód1800mg</b>

Jadłospis na dzień środa 10.06.2026 r

sporządził : dietetyk Marzanna Drzewiecka

	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7
ŚNIADANIE	zacierka na mleku 300ml mleko 280 ml ,zacierka 20 g	zacierka na mleku 300ml mleko 280 ml ,zacierka 20 g	zacierka na mleku 300ml mleko 280 ml ,zacierka 20 g	zacierka na mleku 300ml mleko 280 ml ,zacierka 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
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko ,seler,gorczyca</b>	<b>gluten,mleko,seler,gorczyca</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko,gorczyca , seler</b>
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 włoścyczna 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 włoścyczna 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 włoścyczna 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 włoścyczna 30 g , szczaw konserwowy 50 g , mąka3 g śmietanka 30 % tł 3g jajko 50 g ,zielenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy
	Zraz mielony 100 g w sosie pomidorowym 100 ml szynka b /kości 100 g jaja 5 g bułka tarta5 g ,mąka 5 g koncentrat pomidorowy 10 , śmietana 5g przyprawy	Zraz mielony 100 g w sosie pomidorowym 100 ml szynka b /kości 100 g jaja 5 g bułka tarta5 g ,mąka 5 g koncentrat pomidorowy 10 , śmietana 5g przyprawy	Zraz mielony 100 g w sosie pomidorowym 100 ml szynka b /kości 100 g jaja 5 g bułka tarta5 g ,mąka 5 g koncentrat pomidorowy 10 , śmietana 5g przyprawy	Zraz mielony 100 g w sosie pomidorowym 100 ml szynka b /kości 100 g jaja 5 g bułka tarta5 g ,mąka 5 g koncentrat pomidorowy 10 , śmietana 5g przyprawy
	Kasza jęczmienna 180 g	Kasza jęczmienna 180 g	Kasza jęczmienna 180 g	Kasza jęczmienna 180 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	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
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>
PODWIECZOREK	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	
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
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>
II KOLACJA				Feta z pomidorem i szczypiorem 120g(mleko)
Wartość odżywcza	<b>Energia 1920kcal tłuszcze 41g kw.tl.nasyc28g węglowodany 340g cukry 41g białko 79g błonnik 39g sól1004mg</b>	<b>Energia 1920kcal tłuszcze 41g kw.tl.nasyc28g węglowodany 340g cukry 41g białko 79g błonnik 39g sól1004mg</b>	<b>Energia 1915kcal tłuszcze 38g kw.tl.nasyc27g węglowodany 338g cukry 38g białko 76g błonnik 39g sól1004mg</b>	<b>Energia 1880 kcal tłuszcze 33g kw.tl.nasyc26g węglowodany 328g cukry 28g białko 70g błonnik 36g sól1810mg</b>

Jadłospis na dzień czwartek 11.05.2026 r

sporządził :dietetyk-Marzanna Drzewiecka

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	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
	Twaróg ze szczypiorkiem 50g , miód 25 g zielony ogórek 30g twaróg 50g ,śmietana 158% tł 5g,szczypior1g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g , miód 25 g zielony ogórek 30g twaróg 50g ,śmietana 158% tł 5g,szczypior1g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g , miód 25 g zielony ogórek 30g twaróg 50g ,śmietana 158% tł 5g,szczypior1g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g ,zielony ogórek 30g twaróg 50g ,śmietana 158% tł 5g,szczypior1g
	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
	<b><i>Alergeny</i></b>	<b><i>gluten,mleko.</i></b>	<b><i>gluten,mleko</i></b>	<b><i>gluten,mleko</i></b>
II ŚNIADANIE	Jabłko 150gherbatniki50g	Jabłko 150g herbatniki 50 g	Jabłko 150g herbatniki 50 g	Sok warzywny 300 ml
OBIAD	Zupa fasolowa 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g fasola 50g boczek 5g , olej2g , cebula 3g 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
	Ryba w sosie greckim 200g ryba miruna kostka mrożona 100g marchew 50g ,seler 15g pietruszka 15 g por 10 g , koncentrat pomidorowy 10 g przyprawy mąka 3 g	Ryba w sosie greckim 200g ryba miruna kostka mrożona 100g marchew 50g ,seler 15g pietruszka 15 g por 10 g , koncentrat pomidorowy 10 g przyprawy mąka 3 g	Ryba w sosie greckim 200g ryba miruna kostka mrożona 100g marchew 50g ,seler 15g pietruszka 15 g por 10 g , koncentrat pomidorowy 10 g przyprawy mąka 3 g	Ryba w sosie greckim 200g ryba miruna kostka mrożona 100g marchew 50g ,seler 15g pietruszka 15 g por 10 g , koncentrat pomidorowy 10 g przyprawy mąka 3 g
	Ziemniaki gotowane180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g
	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
<b><i>Alergeny</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,</i></b>
PODWIECZOREK	sok buraczany 300 ml	sok buraczany 300 ml	sok buraczany 300 ml	Feta z pomidorem i sałatą ( <b><i>mleko</i></b> )(6 posiłków) feta 50g zielony ogórek 30g , sałata 10 g ,zielenina
KOLACJA	Półdewica sopocka 40g kiełbasa szynkowa 30g zielony ogórek 30g	Półdewica sopocka 40g kiełbasa szynkowa 30g zielony ogórek30g	Półdewica sopocka 40g kiełbasa szynkowa 30g zielony ogórek 30g	Półdewica 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
<b><i>Alergeny:</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>
II KOLACJA				Budyń czekoladowy z wiśnią 150g mleko 130g budyń czekoladowy 10g ,cukier 3 g wiśnia 10g
Wartość odżywcza	<b><i>Energia 2377kcal tłuszcze 70g kw.tł.nasyc.28g białko 78gcukry 45g węglowodany 344g błonnik 34g sód 1979mg</i></b>	<b><i>Energia 2280kcal tłuszcze 66g kw.tł.nasyc.25g białko 74gcukry 41gwęglowodany 334g błonnik 34g sód 1979mg</i></b>	<b><i>Energia 2280kcal tłuszcze 66g kw.tł.nasyc.25g białko 74gcukry 41gwęglowodany 334g błonnik 34g sód 1979mg</i></b>	<b><i>Energia 1888kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc.20g białko 77gcukry 30g węglowodany 274gbłonnik 39g sód 1999mg</i></b>

Jadłospis na dzień piątek 12.06.2026 r

sporządził : dietetyk – Marzanna Drzewiecka

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
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
	Pasta z jaja 50 g serek tartar 20g pomidorki 30 g jaja 50g g majonez 5 g szczypior 2 g)	Pasta z jaja 50 g serek tartar 20g pomidorki 30 g jaja 50g g majonez 5 g szczypior 2 g)	Szynka drobiowa 40g serek tartar 20 g	Pasta z jaja 50 g pomidorki 30 g jaja 50g g majonez 5 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
	<b><i>Alergeny</i></b>	<b><i>gluten,mleko,jaja , gorczyca</i></b>	<b><i>gluten,mleko ,jaja,gorczyca</i></b>	<b><i>gluten,mleko,jaja,gorczyca</i></b>
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
	Pieczeń rzymska 100 g ,sos pieczeniowy100 ml szynka b/kości 100g ,bułka tarta 3g , jaja 5g, przyprawy ,zielenina ,	Pieczeń rzymska 100 g ,sos pieczeniowy100 ml szynka b/kości 100g ,bułka tarta 3g , jaja 5g, przyprawy ,zielenina ,	Pulpet 100 g ,sos koperkowy 100 ml szynka b/kości 100g ,bułka tarta 3g , jaja 5g, przyprawy ,zielenina ,	Pieczeń rzymska 100 g ,sos pieczeniowy100 ml szynka b/kości 100g ,bułka tarta 3g , jaja 5g, przyprawy ,zielenina
	Ziemniaki gotowane 180 g surówka colesław 120g zielenina 2g ,śmietanka 30% tł 3g , majonez 3g biała kapusta 100 g marchew 10g , jabłko 10 g .	Ziemniaki gotowane 180 g marchewka baby z masłem i bułką tartą150g marchewka baby 150 g masło3g bułka tarta 3 g	Ziemniaki gotowane 180 g marchewka baby z masłem i bułką tartą150g marchewka baby 150 g masło3g bułka tarta 3 g	Ziemniaki gotowane 180 g marchewka baby z masłem i bułką tartą150g marchewka baby 150 g masło3g bułka 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
<b><i>Alergeny</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,ryba ,jaja</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,</i></b>
PODWIECZOREK	Jogurt naturalny 150 ml	Jogurt naturalny 150 ml	Jogurt naturalny 150 ml	Jogurt naturalny 150 ml (6 posiłków)
KOLACJA	Ser wędzony 40g szynka tyrolska 30g zielony ogórek 30g	Ser wędzony 40g szynka tyrolska 30g zielony ogórek 30g	Kiełbasa żywiecka 40g mozzarella 30g zielony ogórek 30g	Szynka tyrolska 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
<b><i>Alergeny:</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>
II KOLACJA				Mozzarella 30g z pomidorem 50 g i z oliwa z oliwek 5g ( <b><i>mleko</i></b> )
Wartość odżywcza	<b><i>Energia 2300kcal tłuszcze 54g kw.tł.nasyc.28g białko 88gcukry 45g węglowodany 366g błonnik 28g sód2000mg</i></b>	<b><i>Energia 2300kcal tłuszcze 54g kw.tł.nasyc.28g białko 88gcukry 45g węglowodany 366g błonnik 28g sód2000mg</i></b>	<b><i>Energia 2300kcal tłuszcze 54g kw.tł.nasyc.28g białko 88gcukry 45g węglowodany 366g błonnik 28g sód2000mg</i></b>	<b><i>Energia 2030kcal tłuszcze 44g kw.tł.nasyc.22g białko 91gcukry 36g węglowodany 306g błonnik 31g sód1984mg</i></b>

Jadłospis na sobota 13.06.2026 r

sporządził :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
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko ,seler , gorczyca</b>	<b>gluten,mleko ,seler ,gorczyca</b>	<b>gluten,mleko ,seler , gorczyca</b>	<b>gluten,mleko ,seler , gorczyca</b>
II ŚNIADANIE	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml
OBIAD	Zupa krupnik zabielały 350ml porcje rosolowe 20 g wloszczyzna 30g, kasza jęczmienna, zielenina , śmietanka 18% tł 3g	Zupa krupnik zabielały 350ml porcje rosolowe 20 g wloszczyzna 30g, kasza jęczmienna, zielenina , śmietanka 18% tł 3g	Zupa krupnik zabielały 350ml porcje rosolowe 20 g wloszczyzna 30g, kasza jęczmienna, zielenina , śmietanka 18% tł 3g	Zupa krupnik zabielały 350ml porcje rosolowe 20 g wloszczyzna 30g, kasza jęczmienna, zielenina , śmietanka 18% tł 3g
	Gulasz z indyka z warzywami 250 g filet z indyka 100 g mieszanka warzywna mrożona 7 skl.50g ,mąka 2g śmietana 18 % tł3g przyprawy	Gulasz z indyka z warzywami 250 g filet z indyka 100 g mieszanka warzywna mrożona 7 skl.50g ,mąka 2g śmietana 18 % tł3g przyprawy	Gulasz z indyka z warzywami 250 g filet z indyka 100 g mieszanka warzywna mrożona 7 skl.50g ,mąka 2g śmietana 18 % tł3g przyprawy	Gulasz z indyka z warzywami 250 g filet z indyka 100 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
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
PODWIECZOREK	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
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Budyń wanilinowy z truskawkami 150g (mleko)
Wartość odżywcza	<b>Energia 2261kcal tłuszcze 67g kw.tł.nasyc.32g białko 82gcukry 42g węglowodany 322g błonnik 30 sól 2001mg</b>	<b>Energia 2261kcal tłuszcze 67g kw.tł.nasyc.32g białko 82gcukry 42g węglowodany 322g błonnik 30 sól 2001mg</b>	<b>Energia 2261kcal tłuszcze 67g kw.tł.nasyc.32g białko 82gcukry 42g węglowodany 322g błonnik 30 sól 2001mg</b>	<b>Energia 2061kcal tłuszcze 57g kw.tł.nasyc.30g białko 78gcukry 35g węglowodany 300g błonnik 30 sól 2001mg</b>

Jadłospis na dzień niedziela 14.06.2026 r

sporządził : Marzanna Drzewiecka

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
<b>ŚNIADANIE</b>	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
	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
	<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko ,seler ,gorczyca,jaja</b>	<b>gluten,mleko,seler ,gorczyca,jaja</b>	<b>gluten,mleko ,seler,gorczyca,jaja</b>
<b>II ŚNIADANIE</b>	Jogurt owocowy 100 g	Jogurt owocowy 100 g	Jogurt owocowy 100 g	Kisiel z jabłkiem 150g
<b>OBIAD</b>	Zupa jarzynowa 350ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 30 g , brokuł 10 g, kalafior , 10 g groszek 5 g kapusta biała 10 g fasolka szparagowa 5g ziemniaki 50 g boczek 10g,cebula 3g mąka 3 g przyprawy	Zupa jarzynowa 350ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 30 g , brokuł 10 g, kalafior , 10 g groszek 5 g kapusta biała 10 g fasolka szparagowa 5g ziemniaki 50 g boczek 10g,cebula 3g mąka 3 g przyprawy	Zupa jarzynowa 350ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 30 g , brokuł 10 g, kalafior , 10 g groszek 5 g kapusta biała 10 g fasolka szparagowa 5g ziemniaki 50 g boczek 10g,cebula 3g mąka 3 g przyprawy	Zupa jarzynowa 350ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 30 g , brokuł 10 g, kalafior , 10 g groszek 5 g kapusta biała 10 g fasolka szparagowa 5g ziemniaki 50 g boczek 10g,cebula 3g mąka 3 g przyprawy
	Pulpet drobiowy ,100g sos koperkowy filet drobiowy 100,bułka tarta 3g , jaja5g , przyprawy,mąka 3g , śmietana 18% tł3g , zielenina	Pulpet drobiowy ,100g sos koperkowy filet drobiowy 100,bułka tarta 3g , jaja5g , przyprawy,mąka 3g , śmietana 18% tł3g , zielenina	Pulpet drobiowy ,100g sos koperkowy filet drobiowy 100,bułka tarta 3g , jaja5g , przyprawy,mąka 3g , śmietana 18% tł3g , zielenina	Pulpet drobiowy ,100g sos koperkowy filet drobiowy 100,bułka tarta 3g , jaja5g , przyprawy,mąka 3g , śmietana 18% tł3g , zielenina
	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g
	Marchewka z jabłkiem i olejem 150 g marchewka 120g, jabłko 30 g , olej 3 ,przyprawy	Marchewka z jabłkiem i olejem 150 g marchewka 120g, jabłko 30 g , olej 3 ,przyprawy	Marchewka z jabłkiem i olejem 150 g marchewka 120g, jabłko 30 g , olej 3 ,przyprawy	Marchewka z jabłkiem i olejem 150 g marchewka 120g, jabłko 30 g , olej 3 ,przyprawy
	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
	<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>
<b>PODWIECZOREK</b>	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Kanapka z szynką i pomidorem 1 szt (6 posiłków) chleb 30 g , masło 1g , szynka 20 g , pomidor 15 g
<b>KOLACJA</b>	pasztecik 50 g szynka drobiowa 30g sałata lodowa z zieleniną 30 g	pasztecik 50 g szynka drobiowa 30g sałata lodowa z zieleniną 30 g	szynka drobiowa 40g kiełbasa szynkowa30g pomidor	Szyka drobiowa40g 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 słodzik
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
<b>II KOLACJA</b>				Feta z pomidorem i oliwą (mleko ,)
Wartość odżywcza	<b>Energia 2291kcal tłuszcze 43 kw.tł.nasyc.22g białko 77cukry 39g węglowodany 300g błonnik 26g sód 2004 mg</b>	<b>Energia 2291kcal tłuszcze 43 kw.tł.nasyc.22g białko 77cukry 39g węglowodany 300g błonnik 26g sód 2004 mg</b>	<b>Energia 2291kcal tłuszcze 43 kw.tł.nasyc.22g białko 77cukry 39g węglowodany 300g błonnik 26g sód 2004 mg</b>	<b>Energia 2001kcal tłuszcze 37 kw.tł.nasyc.22g białko 78cukry 32g węglowodany 270g błonnik 26g sód 2004 mg</b>

Jadłospis na dzień poniedziałek 15.06.2026 r

sporządził: Marzanna Drzewiecka

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	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
	Rolada ustrzycka 40g miód 25g zielony ogórek 30 g	Rolada ustrzycka 40g miód 25g zielony ogórek 30 g	Szynka drobiowa 40 g serek tartar 20g zielony ogórek 30 g	Szynka drobiowa 40 g serek tartar 20g 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 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
	<b>Alergeny</b>	<b>gluten, mleko</b>	<b>gluten, mleko</b>	<b>gluten, mleko ,gorczyca</b>
II ŚNIADANIE	Sok buraczany 300 ml	Sok buraczany 300 ml	Sok buraczany 300 ml	Budyń czekoladowy z mussem truskawkowym 150g ( <b>mleko</b> ) mleko 2% tł. 130 g budyń proszek 10 g , wiśnia 10g, słodzik
OBIAD	Zupa żurek z pulpecikami drobiowymi 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g filet drobiowy 90g g , mąka 3g , śmietana 18% tł 3g przyprawy , bułka tarta 3g, jaja 5g	Zupa żurek z pulpecikami drobiowymi 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g filet drobiowy 90g g , mąka 3g , śmietana 18% tł 3g przyprawy , bułka tarta 3g, jaja 5g	Zupa żurek z pulpecikami drobiowymi 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g filet drobiowy 90g g , mąka 3g , śmietana 18% tł 3g przyprawy , bułka tarta 3g, jaja 5g	Zupa żurek z pulpecikami drobiowymi 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g filet drobiowy 90g g , mąka 3g , śmietana 18% tł 3g przyprawy , bułka tarta 3g, jaja 5g
	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
<b>Alergeny</b>	<b>gluten, mleko gorczyca, seler,</b>	<b>gluten, mleko gorczyca, seler</b>	<b>gluten, mleko gorczyca, seler</b>	<b>gluten, mleko gorczyca, seler</b>
PODWIECZOREK	Budyń czekoladowy z mussem truskawkowym 150 g mleko 130 ml budyń proszek 10 g cukier 3 g wiśnia 10 g	Budyń czekoladowy z mussem truskawkowym 150 g mleko 130 ml budyń proszek 10 g cukier 3 g wiśnia 10 g	Budyń czekoladowy z mussem truskawkowym 150 g mleko 130 ml budyń proszek 10 g cukier 3 g wiśnia 10 g	Sok warzywny (6 posiłek) ( <b>seler, gorczyca</b> )
KOLACJA	Polędwica z warzywami 40g szynka mielona 30g surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i kukurydzą 150 g kapusta pekińska 120 g kukurydza 10g marchewka 10g, olej, 5g, zielenina, przyprawy	Polędwica z warzywami 40 g szynka mielona 30g surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i kukurydzą 150 g kapusta pekińska 120 g kukurydza 10g marchewka 10g, olej, 5g, zielenina, przyprawy	Polędwica z warzywami 40 g szynka mielona 30g surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i kukurydzą 150 g kapusta pekińska 120 g kukurydza 10g marchewka 10g, olej, 5g, zielenina, przyprawy	Polędwica z warzywami 40g surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i kukurydzą 150 g kapusta pekińska 120 g kukurydza 10g marchewka 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
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten, mleko gorczyca, seler</b>	<b>gluten, mleko gorczyca, seler</b>	<b>gluten, mleko gorczyca, seler</b>	<b>gluten, mleko gorczyca, seler</b>
II KOLACJA				Jogurt naturalny 150 g + chrupki ( <b>mleko</b> )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2101kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc.18g białko 78g cukry 38g węglowodany 353g błonnik 28g sód 1899mg</b>	<b>Energia 2101kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc.18g białko 78g cukry 38g węglowodany 353g błonnik 28g sód 1899mg</b>	<b>Energia 2101kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc.18g białko 78g cukry 38g węglowodany 353g błonnik 28g sód 1899mg</b>	<b>Energia 1981kcal tłuszcze 39g kw.tł.nasyc.18g białko 80g cukry 38g węglowodany 343g błonnik 28g sód 1899mg</b>

