

Jadłospis na dzień sobota 16.05.2026 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
	Serdelek drobiowy120g (2 szt) ketchup 12g dżem 25 g sałata z zielonym ogórkiem 15g	Serdelek drobiowy120g (2 szt) ketchup 12g dżem 25 g sałata z zielonym ogórkiem 15g	Serdelek drobiowy120g (2 szt) ketchup 12g dżem 25 g sałata z zielonym ogórkiem 15g	Serdelek drobiowy120g (2 szt) 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
<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	Jogurt naturalny 150 g	Jogurt naturalny 150 g	Jogurt naturalny 150 g	Jogurt naturalny 150 g ( <b>mleko</b> )
OBIAD	Zupa krupnik zabieleny z ziemniakami 300ml kasza jęczmienna 20g,włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,ziemniaki 50 g śmietanka 30% tł 3g , ,przyprawy, zielenina 1g	Zupa krupnik zabieleny z ziemniakami 300ml kasza jęczmienna 20g,włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,ziemniaki 50 g śmietanka 30% tł 3g , ,przyprawy, zielenina 1g	Zupa krupnik zabieleny z ziemniakami 300ml kasza jęczmienna 20g,włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,ziemniaki 50 g śmietanka 30% tł 3g , ,przyprawy, zielenina 1g	Zupa krupnik zabieleny z ziemniakami 300ml kasza jęczmienna 20g,włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,ziemniaki 50 g śmietanka 30% tł 3g , ,przyprawy, zielenina 1g
	Potrawka z kurczaka z warzywami 200 ml kurczak 150 g , mieszanka warzywna 7 skł.50 g przyprawy , ,koper 2g 3 ,mąka 1g, śmietana 18% tł 2g	Potrawka z kurczaka z warzywami 200 ml kurczak 150 g , mieszanka warzywna 7 skł.50 g przyprawy , ,koper 2g 3 ,mąka 1g, śmietana 18% tł 2g	Potrawka z kurczaka z warzywami 200 ml kurczak 150 g , mieszanka warzywna 7 skł.50 g przyprawy , ,koper 2g 3 ,mąka 1g, śmietana 18% tł 2g	Potrawka z kurczaka z warzywami 200 ml kurczak 150 g , mieszanka warzywna 7 skł.50 g przyprawy , ,koper 2g 3 ,mąka 1g, śmietana 18% tł 2g
	Ziemniaki gotowane180g	Ziemniaki gotowane180g	Ziemniaki gotowane180g	Ziemniaki gotowane180g
	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,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
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 pomidorki koktajlowe 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
<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 sód 2259 mg</b>	<b>Energia 1965 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 261g cukier 26g białko 88g błonnik28g sód 2091 mg</b>	<b>Energia 1965 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 261g cukier 26g białko 88g błonnik28g sód 2091 mg</b>	<b>Energia 1814 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 232 g cukier 15g białko 84g błonnik 32g sód 1966 mg</b>

Jadłospis na dzień		Niedziela 17.05.2026 r		sporządził:dietetyk-Marzanna Drzewiecka	
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7	
	Makaron na mleku 300ml makaron 20g ,mleko 280g	Makaron na mleku 300ml makaron 20g ,mleko 280g	Makaron na mleku 300ml makaron 20g ,mleko 280g	Makaron na mleku 300ml makaron 20g ,mleko 280g	
	Pasztecik drobiowy 50g mozzarella 30 g pomidorki 30g	Pasztecik drobiowy 50g mozzarella 30 g pomidorki 30g	mozzarella 50 g pomidorki 30g miód 25 g	Pasztecik drobiowy 1 szt pomidorki	
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g	chleb razowy żytni 60g	
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	
	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g ,cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa b/c 250ml kawa zbożowa 10g	
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko, gorczyca ,seler ,soja</b>	<b>gluten,mleko ,gorczyca ,seler,soja</b>	<b>gluten,mleko ,gorczyca,seler,soja</b>	<b>gluten,mleko.,gorczyca seler ,soja</b>	
II ŚNIADANIE	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Sok buraczany 300 ml	
OBIAD	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosolowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosolowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosolowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosolowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	
	Pulpet 100 g w sosie koperkowy 100 ml szynka b/kości 100g ,jaja3g,bułka tarta 3g g ,śmietana 18%tł.3g , mąka 2 g , zielenina 1g	Pulpet 100 g w sosie koperkowy 100 ml szynka b/kości 100g ,jaja3g,bułka tarta 3g g ,śmietana 18%tł.3g , mąka 2 g , zielenina 1g	Pulpet 100 g w sosie koperkowy 100 ml szynka b/kości 100g ,jaja3g,bułka tarta 3g g ,śmietana 18%tł.3g , mąka 2 g , zielenina 1g	Pulpet 100 g w sosie koperkowy 100 ml szynka b/kości 100g ,jaja3g,bułka tarta 3g g ,śmietana 18%tł.3g , mąka 2 g , zielenina 1g	
	Ziemniaki gotowane200g	Ziemniaki gotowane200g	Ziemniaki gotowane200g	Ziemniaki gotowane200g	
	Buraki z jabłkiem i olejem 150 g buraki gotowane 120 g jabłka tarte 30g ,olej 3g ,przyprawy	Buraki z jabłkiem i olejem 150 g buraki gotowane 120 g jabłka tarte 30g ,olej 3g ,przyprawy	Buraki z jabłkiem i olejem 150 g buraki gotowane 120 g jabłka tarte 30g ,olej 3g ,przyprawy	Buraki z jabłkiem i olejem 150 g buraki gotowane 120 g jabłka tarte 30g ,olej 3g ,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,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	
PODWIECZOREK	sok marchwiowo – bananowy 300 ml	sok marchwiowo – bananowy 300 ml	sok marchwiowo – bananowy 300 ml	Feta z pomidorem i sałatą ( <b>mleko</b> )(6 posiłków) feta 50g pomidor 30g , sałata 10 g ,zielenina	
KOLACJA	Poładwica sopocka 40g kiełbasa szynkowa 30g zielony ogórek 30g	Poładwica sopocka 40g kiełbasa szynkowa 30g zielony ogórek30g	Poładwica sopocka 40g kiełbasa szynkowa 30g zielony ogórek 30g	Poładwica 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 2210mg</b>	<b>Energia 1980 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.23g cukry32g węglowodany 370g białko 88g błonnik29g sód 2210mg</b>	<b>Energia 1980 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.23g cukry32g węglowodany 370g białko 88g błonnik29g sód 2210mg</b>	<b>Energia 1910 kcal tłuszcze 70g kw.tł.nasyc.20g cukry27g węglowodany 360g białko 80 błonnik31g sód 2208mg</b>	

Jadłospis na dzień		Poniedziałek 18.05.2026 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	
	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem , ser topiony plastry 34g pomidorki	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem , ser topiony 34g 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	
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko ,jaja</b>	<b>gluten,mleko,jaja</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko,jaja</b>	
II ŚNIADANIE	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Twarożek z musem truskawkowym 60g twarożek 40 g ,jogurt 10 g ,mus brzoskwinowy 10 g ( <b>mleko</b> )	
OBIAD	Zupa żurek z kielbasą 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , kielbasa 20g , ziemniaki 50 g , śmietanka 3g , zielenina 3 g ,przyprawy	Zupa żurek z kielbasą 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , kielbasa 20g , ziemniaki 50 g , śmietanka 3g , zielenina 3 g ,przyprawy	Zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , zielony groszek20g , ziemniaki 50 g , śmietanka 3g , zielenina 3 g ,przyprawy	Zupa żurek z kielbasą 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , kielbasa 20g , ziemniaki 50 g , śmietanka 3g , zielenina 3 g ,przyprawy	
	Makaron z sosem mięsno -warzywnym 300 g makaron 80g szynka b/kości 100g kalafior 20g , brokuł 20g , fasolka szparagowa 20g ,cukinia 20 ,pomidory w puszcze 20 g ,zielenina i przyprawy	Makaron z sosem mięsno -warzywnym 300 g makaron 80g szynka b/kości 100g kalafior 20g , brokuł 20g , fasolka szparagowa 20g ,cukinia 20 ,pomidory w puszcze 20 g ,zielenina i przyprawy	Makaron z sosem mięsno -warzywnym 300 g makaron 80g szynka b/kości 100g kalafior 20g , brokuł 20g , fasolka szparagowa 20g ,cukinia 20 ,pomidory w puszcze 20 g ,zielenina i przyprawy	Makaron z sosem mięsno -warzywnym 300 g makaron 80g szynka b/kości 100g kalafior 20g , brokuł 20g , fasolka szparagowa 20g ,cukinia 20 ,pomidory w puszcze 20 g ,zielenina i 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 1szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Jabłko pieczone z cynamonem 1szt(6 posiłek)	
KOLACJA	Ser żółty 40g szynka drobiowa 30g zielony ogórek 20g sałata 20g	Ser żółty 40 g szynka drobiowa 30g zielony ogórek 20g , sałata 20g	Szynka konserwowa 40g szynka drobiowa 30g zielony ogórek 20g , sałata 20g	Ser żółty 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				Kanaпка z mozzarella i papryką 1szt ( <b>mleko</b> ) chleb razowy 30g masło 2 g mozzarella 30 g ,papryka 5 g	
Wartość odżywcza	<b>Energia 1951 kcal tłuszcze 48g kw.ł.nasyc25g węglowodany 330g cukry 65 białko 79g błonnik 35g sód2000mg</b>	<b>Energia 1951 kcal tłuszcze 48g kw.ł.nasyc25g węglowodany 330g cukry 65 białko 79g błonnik 35g sód2000mg</b>	<b>Energia 1951 kcal tłuszcze 48g kw.ł.nasyc25g węglowodany 330g cukry 65 białko 79g błonnik 35g sód2000mg</b>	<b>Energia 1921 kcal tłuszcze 45g kw.ł.nasyc23g węglowodany 310g cukry 45 białko 80g błonnik 37g sód 1990mg</b>	

Jadłospis na dzień Wtorek 19.05.2026 r			sporządzi: dietetyk – Marzanna Drzewiecka	
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2a	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7
	Kasza manna na mleku 300ml mleko 280 g kasza manna 20 g	Kasza manna na mleku 300ml mleko 280 g kasza manna 20 g	Kasza manna na mleku 300ml mleko 280 g kasza manna 20 g	Kasza manna na mleku 300ml mleko 280 g kasza manna 20 g
	Twaróg ze szczypiorkiem 50g twaróg 40g śmietana 18%tł 5g jogurt naturalny 5 g szczypior 2g dżem 25 g sałata lodowa z zieleniną 30 g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g twaróg 40g śmietana 18%tł 5g jogurt naturalny 5 g szczypior 2gdżem 25 g sałata lodowa z natka pietruszki 30 g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g twaróg 40g śmietana 18%tł 5g jogurt naturalny 5 g szczypior 2g dżem 25 g sałata lodowa z natka pietruszki 30 g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g twaróg 40g śmietana 18%tł 5g jogurt naturalny 5 g szczypior 2g sałata lodowa z natka pietruszki 30 g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g / bułka grahamka 50 g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g, bułka grahamka 50 g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa b/c 250ml kawa zbożowa 10g
<b>Alergeny</b>	<b>gluten, mleko,</b>	<b>gluten, mleko</b>	<b>gluten, mleko, seler, gorczyca</b>	<b>gluten, mleko</b>
II ŚNIADANIE	Sok pomarańczowy 200 ml ciastka 50g	Sok pomarańczowy 200 ml ciastka 50g	Sok pomarańczowy 200 ml ciastka 50g	Sok warzywny 300 ml
OBIAD	Barszcz ukraiński 350ml porcje rosółowe 30 g , barszcz ukraiński mrożonka 100 g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 g	Barszcz ukraiński 350ml porcje rosółowe 30 g , barszcz ukraiński mrożonka 100 g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 g	Barszcz ukraiński 350ml porcje rosółowe 30 g , barszcz ukraiński mrożonka 100 g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 g	Barszcz ukraiński 350ml porcje rosółowe 30 g , barszcz ukraiński mrożonka 100 g ziemniaki 50 g , mąka 5 g , śmietana 18% tł 5 g
	Kotlet z fileta kurczaka 100 g filet z kurczaka 90g , jaja 10g , bułka tarta 3g , przyprawy mąka 3g , śmietana 18% 3g	Pulpet drobiowy 100 g sos koperkowy 100 ml filet z kurczaka 90g , jaja 10g , bułka tarta 3g , przyprawy mąka 3g , śmietana 18% 3g	Pulpet drobiowy 100 g sos koperkowy 100 ml filet z kurczaka 90g , jaja 10g , bułka tarta 3g , przyprawy mąka 3g , śmietana 18% 3g	Pulpet drobiowy 100 g sos koperkowy 100 ml filet z kurczaka 90g , jaja 10g , bułka tarta 3g , przyprawy mąka 3g , śmietana 18% 3g
	Marchewka z groszkiem oprószana 150 g marchewka z groszkiem 150 g masło 3g mąka 3 g	Marchewka baby z masłem i bułką 150 g marchewka baby mrożona 150 g masło 3g bułka tarta 3 g	Marchewka baby z masłem i bułką 150 g marchewka baby mrożona 150 g masło 3g bułka tarta 3 g	Marchewka baby z masłem i bułką 150 g marchewka baby mrożona 150 g masło 3g 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>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	Kisiel z truskawkami 150g(6 posiłków) kisiel 10 g truskawka 20 g , słodzik
KOLACJA	Pasztet pieczony 40g , kiełbasa szynkowa 30 g ogórek kiszony 30 g	Pasztet pieczony 40g , kiełbasa szynkowa 30 g ogórek kiszony 30 g	Szynka wędzona 40g mozzarella 30 g	Pasztet pieczony 40g , kiełbasa szynkowa 30 g ogórek kiszony 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, soja</b>	<b>gluten, mleko gorczyca, seler, soja</b>	<b>gluten, mleko gorczyca, seler, soja</b>	<b>gluten, mleko gorczyca, seler, soja</b>
II KOLACJA				Feta 30g z pomidorem 50g , oliwa z oliwek 5g (mleko)
Wartość odżywcza	<b>Energia 1871 kcal tłuszcze 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sód2000mg</b>	<b>Energia 1871 kcal tłuszcze 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sód2000mg</b>	<b>Energia 1871 kcal tłuszcze 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sód2000mg</b>	<b>Energia 1861 kcal tłuszcze 38g kw.tł.nasyc20g węglowodany 310g cukry 40 białko 81g błonnik 38g sód 1992mg</b>

Jadłospis na dzień		środa 20.05.2026 r			sporządził: dietetyk- Marzanna Drzewiecka			
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7				
	Kasza jaglana na mleku 300ml mleko 280 g ,zacierka 20 g	Kasza jaglana na mleku 300ml mleko 280 g ,zacierka 20 g	Kasza jaglana na mleku 300ml mleko 280 g ,zacierka 20 g	Kasza jaglana na mleku 300ml mleko 280 g ,zacierka 20 g				
	Kiełbasa szynkowa 40 g serek tartar 2 szt (40g) zielony ogórek 30 g	Kiełbasa szynkowa 40 g serek tartar 2 szt (40g) zielony ogórek 30 g	Kiełbasa szynkowa 40 g serek tartar 2 szt (40g) zielony ogórek 30 g	Kiełbasa szynkowa 40 g serek tartar 2 szt (40g) zielony ogórek 30 g				
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka Grahamka 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/ bułka grahamka 50 g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/ bułka grahamka 50 g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/ bułka grahamka 50 g				
	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,cukier 3g				
<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	Jogurt naturalny 150 ml	Jogurt naturalny 150 ml	Jogurt naturalny 150 ml	Jogurt naturalny 150 ml				
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g ryż 20 g koncentrat pomidorowy 30% 30g śmietana 30% 3g,mąka 3gzielenina 1g, przyprawy	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g ryż 20 g koncentrat pomidorowy 30% 30g śmietana 30% 3g,mąka 3gzielenina 1g, przyprawy	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g ryż 20 g koncentrat pomidorowy 30% 30g śmietana 30% 3g,mąka 3gzielenina 1g, przyprawy	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g ryż 20 g koncentrat pomidorowy 30% 30g śmietana 30% 3g,mąka 3gzielenina 1g, przyprawy				
	Gulasz z indyka duszony z warzywami 300g filet z indyka 100 g ,mieszanka warzywna 7 skł.mrożona 100g,mąka 3g ,śmietana 18% tł 3g,zielenina 1 olej 3 g	Gulasz z indyka duszony z warzywami 300g filet z indyka 100 g ,mieszanka warzywna 7 skł.mrożona 100g,mąka 3g ,śmietana 18% tł 3g,zielenina 1 olej 3 g	Gulasz z indyka duszony z warzywami 300g filet z indyka 100 g ,mieszanka warzywna 7 skł.mrożona 100g,mąka 3g ,śmietana 18% tł 3g,zielenina 1 olej 3 g	Gulasz z indyka duszony z warzywami 300g filet z indyka 100 g ,mieszanka warzywna 7 skł.mrożona 100g,mąka 3g ,śmietana 18% tł 3g,zielenina 1 olej 3 g				
	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g				
	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g , cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g , cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g , cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g , 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 wanilinowy z musem brzoskwiniowym 150 ml	Budyń wanilinowy z musem brzoskwiniowym 150 ml	Budyń wanilinowy z musem brzoskwiniowym 150 ml	Jabłko pieczone z cynamonem (6 posiłków)				
KOLACJA	Szynka konserwowa 40g szynka drobiowa 30g pomidorki 30g liść sałaty 2g	Szynka konserwowa 40g szynka drobiowa 30g pomidorki 30g liść sałaty 2 g	Szynka konserwowa 40g szynka drobiowa 30g pomidorki 30g liść sałaty 2 g	Szynka konserwowa 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 baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g				
	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 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3 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>				
II KOLACJA				Budyń wanilinowy z musem brzoskwiniowym 150 ml( <b>mleko</b> )				
Wartość odżywcza	<b>Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc27g węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g sód1900mg</b>	<b>Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc27g węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g sód1900mg</b>	<b>Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc27g węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g sód1900mg</b>	<b>Energia 1841 kcal tłuszcze 28g kw.tł.nasyc19g węglowodany 306g cukry 33g białko 76g błonnik 35g sód 1892mg</b>				

Jadłospis na dzień		czwartek 21.05.2026 r		sporządził: dietetyk:-Marzanna Drzewiecka	
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa7	
	Płatki jęczmienne mleku 300ml mleko 280 ml płatki ryżowe 20 g	Płatki jęczmienne mleku 300ml mleko 280 ml płatki ryżowe 20 g	Płatki jęczmienne mleku 300ml mleko 280 ml płatki ryżowe 20 g	Płatki jęczmienne mleku 300ml mleko 280 ml płatki ryżowe 20 g	
	Ser żółty 40 g miód 25 g sałata z zieleniną 15 g	Ser żółty 40 g miód 25 g sałata z zieleniną 15 g	Szynka drobiowa 40 g serek tartar 20 g sałata z zieleniną 15g	Ser żółty 40 g sałata z zieleniną 15 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 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	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Sok pomidorowy 300 ml ( <b>gorczyca,seler</b> )	
OBIAD	Zupa fasolowa z zacierką 350ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , fasola 50g , zacierka 20g ,boczek wędzony 10g , cebula 3g ,przyprawy	Zupa koperkowa 350ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , ziemniaki 100g , mąka 3g śmietana 18% tł 3g	Zupa koperkowa 350ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , ziemniaki 100g , mąka 3g śmietana 18% tł 3g	Zupa koperkowa 300ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , ziemniaki 100g , mąka 3g śmietana 18% tł 3g	
	Zraz mielony 100g sos pomidorowy 100 ml szynka 90g,bułka tarta 35 g , jaja 10 g , śmietana 18% tł 3g , mąka 3g , koncentrat pomidorowy 10g,zielenina	Zraz mielony 100g sos pomidorowy 100 ml szynka 90g,bułka tarta 35 g , jaja 10 g , śmietana 18% tł 3g , mąka 3g , koncentrat pomidorowy 10g,zielenina	Zraz mielony 100g sos pomidorowy 100 ml szynka 90g,bułka tarta 35 g , jaja 10 g , śmietana 18% tł 3g , mąka 3g , koncentrat pomidorowy 10g,zielenina	Zraz mielony 100g sos pomidorowy 100 ml szynka 90g,bułka tarta 35 g , jaja 10 g , śmietana 18% tł 3g , mąka 3g , koncentrat pomidorowy 10g,zielenina	
	Kasza jęczmienna na sypko gotowana 100 g	Kasza jęczmienna na sypko gotowana 100 g	Kasza jęczmienna ma sypko gotowana 100 g	Kasza jęczmienna na sypko gotowana 100 g	
	Papryka konserwowa 100g	Brokuł gotowany z masłem i bułką 150g brokuł 150 g bułka tarta 3 g masło 4 g	Brokuł gotowany z masłem i bułką 150g brokuł 150 g bułka tarta 3 g masło 4 g	Brokuł gotowany z masłem i bułką 150g brokuł 150 g bułka tarta 3 g masło 4 g	
	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30 g cukier 3g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30 g cukier 3g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30 g cukier 3g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30 g słodzik	
	<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,sele,jajar</b>
PODWIECZOREK	Kisiel z jabłkiem 150 g kisiel 10 g jabłko 20 g cukier	Kisiel z jabłkiem 150 g kisiel 10 g jabłko 20 g cukier	Kisiel z jabłkiem 150 g kisiel 10 g jabłko 20 g cukier	Jogurt naturalny 150g ( 6 posiłków)( <b>mleko</b> )	
KOLACJA	Tuńczyk z jajkiem i zielonym groszkiem 150g kiszony ogórek 30g	Tuńczyk z jajkiem i zielonym groszkiem 150g kiszony ogórek 30g	Kiełbasa szynkowa 40g polędwica z warzywami 30g pomidorki	Tuńczyk z jajkiem i zielonym groszkiem 150g 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,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,ryba,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,ryba,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,ryba,jaja</b>	
II KOLACJA				Kisiel z jabłkiem 150 g kisiel 10 g jabłko 20 g słodzik	
Wartość odżywcza	<b>Energia 1999 kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 42 białko 85g błonnik 38g sód1930mg</b>	<b>Energia 1999 kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 42 białko 85g błonnik 38g sód1930mg</b>	<b>Energia 1999 kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 42 białko 85g błonnik 38g sód1930mg</b>	<b>Energia 1899 kcal tłuszcze 43g kw.tł.nasyc27g węglowodany 343g cukry 32 białko 79g błonnik 38g sód1930mg</b>	

Jadłospis na dzień		piątek 22.05.2026 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 25g pomidorki 30g jaja 25g szynki wędzonej 20 g majonez 5 g , szczypiorek 1 g	Pasta z jaja i wędliny 50g ,serek tartar 25g pomidorki 30gjaja 25g szynki wędzonej 20 g majonez 5 g , szczypiorek 1 g	Szynka drobiowa 40 g ,serek tartar 50g ,pomidorki 30g	Pasta z jaja i wędliny 50g ,pomidorki 30g jaja 25g szynki wędzonej 20 g majonez 5 g , szczypiorek 1 g	
	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	
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko,gorczyca,jaja</b>	<b>gluten,mleko,gorczyca,jaja</b>	<b>gluten,mleko,gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko,gorczyca,jaja</b>	
II ŚNIADANIE	Jogurt owocowy 100g	Jogurt owocowy 100g	Jogurt owocowy 100g	Budyń czekoladowy z wiśnią 150g budyń czekoladowy 10 g mleko 140g,c wiśnia mrożona 10 g słodzik	
OBIAD	Zupa dyniowa z ziemniakami porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , dynia 100g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g	Zupa dyniowa z ziemniakami porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , dynia 100g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g	Zupa dyniowa z ziemniakami porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , dynia 100g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g	Zupa dyniowa z ziemniakami porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , dynia 100g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g	
	Risotto z mięsem i warzywami sos pomidorowy 300 g ryż 80g , szynka b/kości 110 g mieszanka warzywna 110 g , koncentrat pomidorowy 20 g ,śmietana 18%tł 5 g,przyprawy, zielenina	Risotto z mięsem i warzywami sos pomidorowy 300 g ryż 80g , szynka b/kości 110 g mieszanka warzywna 110 g , koncentrat pomidorowy 20 g ,śmietana 18%tł 5 g,przyprawy, zielenina	Risotto z mięsem i warzywami sos pomidorowy 300 g ryż 80g , szynka b/kości 110 g mieszanka warzywna 110 g , koncentrat pomidorowy 20 g ,śmietana 18%tł 5 g,przyprawy, zielenina	Risotto z mięsem i warzywami sos pomidorowy 300 g ryż 80g , szynka b/kości 110 g mieszanka warzywna 110 g , koncentrat pomidorowy 20 g ,śmietana 18%tł 5 g,przyprawy, zielenina	
	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</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	Jabłko pieczone z cynamonem 150 g (6 posiłek)	
KOLACJA	ser wędzony 40g, mozzarella 30g zielony ogórek 30 g	ser wędzony 40g, mozzarella 30g zielony ogórek 30 g	Szynka drobiowa 40 g mozzarella 30g zielony ogórek 30 g	Szynka drobiowa 40g, mozzarella 30g zielony 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 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(mleko)	
Wartość odżywcza	<b>Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 47g białko 85g błonnik 38g sód1930mg</b>	<b>Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 47g białko 85g błonnik 38g sód1930mg</b>	<b>Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 47g białko 85g błonnik 38g sód1930mg</b>	<b>Energia 1809 kcal tłuszcze 38g kw.tł.nasyc26g węglowodany 300g cukry 27g białko 75g błonnik 28g sód1830mg</b>	

Jadłospis na dzień sobota 23.05.2026 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
	Twarożek ze szczypiorkiem 50 g,miód 25 g Twaróg 40g ,jogurt naturalny 5g , śmietana 18%tł 5g szczypiorek 2g rzodkiewka 30g	Twarożek ze szczypiorkiem 50 g,miód 25 g Twaróg 40g ,jogurt naturalny 5g , śmietana 18%tł 5g szczypiorek 2g rzodkiewka 30g	Twarożek ze szczypiorkiem 50 g,miód 25 g Twaróg 40g ,jogurt naturalny 5g , śmietana 18%tł 5g szczypiorek 2g pomidorki 30g	Twarożek ze szczypiorkiem 50 g, Twaróg 40g ,jogurt naturalny 5g , śmietana 18%tł 5g szczypiorek 2g rzodkiewka 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 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>	<b>gluten,mleko,</b>	<b>gluten,mleko,</b>	<b>gluten,mleko,</b>	<b>gluten,mleko</b>
II ŚNIADANIE	Jabłko 1 szt 150g herbatniki 50 g	Jabłko 1 szt 150g herbatniki 50 g	Jabłko 1 szt 150g herbatniki 50 g	Jogurt naturalny 150 ml ( <b>mleko</b> )
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , koncentrat pomidorowy 30% 30g , mąka 3 g śmietanka 30 tł 3g ,makaron 20g przyprawy, zielenina 2g	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , koncentrat pomidorowy 30% 30g , mąka 3 g śmietanka 30 tł 3g ,makaron 20g przyprawy, zielenina 2g	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , koncentrat pomidorowy 30% 30g , mąka 3 g śmietanka 30 tł 3g ,makaron 20g przyprawy, zielenina 2g	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , koncentrat pomidorowy 30% 30g , mąka 3 g śmietanka 30 tł 3g ,makaron 20g przyprawy, zielenina 2g
	Filet z kurczaka pieczony w folii 100g sos koperkowy 100 ml	Filet z kurczaka pieczony w folii 100g sos koperkowy 100 ml	Filet z kurczaka pieczony w folii 100g sos koperkowy 100 ml	Filet z kurczaka pieczony w folii 100g sos koperkowy 100 ml
	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g
	Marchewka baby z masłem i bułką150g marchewka baby 150g bułka tarta3g ,masło 3 g ,przyprawy	Marchewka baby z masłem i bułką150g marchewka baby 150g bułka tarta3g ,masło 3 g ,przyprawy	Marchewka baby z masłem i bułką150g marchewka baby 150g bułka tarta3g ,masło 3 g ,przyprawy	Marchewka baby z masłem i bułką150g marchewka baby 150g bułka tarta3g ,masło 3 g ,przyprawy
	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>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
PODWIECZOREK	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	Mus owocowy 100 ml ( <b>6 posiłek</b> )
KOLACJA	Szynka wędzona 40 g ,pasztetowa 30 g pomidorki koktajlowe	szynka wędzona 40 g ,pasztetowa 30 g pomidorki koktajlowe	szynka wędzona 40 g ,kielbasa szynkowa 30 g pomidorki koktajlowe	szynka wędzona 40 g , pomidorki koktajlowe
	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>	<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 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 Niedziela 24.05.2026 r

sporządził : dietetyk Marzanna Drzewiecka

	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7
ŚNIADANIE	Makaron na mleku 300ml mleko 280 ml makaron 20 g	Makaron na mleku 300ml mleko 280 ml makaron 20 g	Makaron na mleku 300ml mleko 280 ml makaron 20 g	Makaron na mleku 300ml mleko 280 ml makaron 20 g
	Parówka na gorąco 120g , ketchup12g ser topiony 2szt plastry 34g sałata lodowa 2g ,zielony ogórek 20 g	Parówka na gorąco 120g , ketchup12g ser topiony plastry34g sałata lodowa 2g ,zielony ogórek 20 g	Parówka na gorąco 120g , ketchup12g mozzarella 30 g sałata lodowa 2g ,zielony ogórek 20 g	Parówka na gorąco 120g , ketchup12g sałata lodowa 2g ,zielony ogórek 20 g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50g	Chleb baltonowski 50gchleb razowy żytni 50g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa b/c 250ml kawa zbożowa 10g słodzik
	<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,</b>
II ŚNIADANIE	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Jogurt naturalny 150 +chrupki kukurydziane
OBIAD	Zupa jarzynowa z z pomidorami 350ml porcje rosolowe , włoszczyzna 30 g ,kalafior 20 , brokuł 20 ,kapusta biała 20 g ,pomidory w puszcze 20 g , mąka 3g ziemniaki 100 g śmietana 18%tł 5g, przyprawy	Zupa jarzynowa z z pomidorami 350ml porcje rosolowe , włoszczyzna 30 g ,kalafior 20 , brokuł 20 ,kapusta biała 20 g ,pomidory w puszcze 20 g , mąka 3g ziemniaki 100 g śmietana 18%tł 5g, przyprawy	Zupa jarzynowa z z pomidorami 350ml porcje rosolowe , włoszczyzna 30 g ,kalafior 20 , brokuł 20 ,kapusta biała 20 g ,pomidory w puszcze 20 g , mąka 3g ziemniaki 100 g śmietana 18%tł 5g, przyprawy	Zupa jarzynowa z z pomidorami 350ml porcje rosolowe , włoszczyzna 30 g ,kalafior 20 , brokuł 20 ,kapusta biała 20 g ,pomidory w puszcze 20 g , mąka 3g ziemniaki 100 g śmietana 18%tł 5g, przyprawy
	Potrawka ze schabu gotowanego z zielonym groszkiem 250 g schab b/kości 100g ,zielony groszek 30g , mąka 3 g ,śmietana 18 tl.3g przyprawy ,zielenina 2 g	Potrawka ze schabu gotowanego z zielonym groszkiem 250 g schab b/kości 100g ,zielony groszek 30g , mąka 3 g ,śmietana 18 tl.3g przyprawy ,zielenina 2 g	Potrawka ze schabu gotowanego z zielonym groszkiem 250 g schab b/kości 100g ,zielony groszek 30g , mąka 3 g ,śmietana 18 tl.3g przyprawy ,zielenina 2 g	Potrawka ze schabu gotowanego z zielonym groszkiem 250 g schab b/kości 100g ,zielony groszek 30g , 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
	Kiszony ogórek 100g	Kiszony ogórek 100g	Salata lodowa z olejem 100g	Kiszony ogórek 100g
	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,</b>	<b>Mleko,gluten, seler,gorczyca</b>	<b>Mleko,gluten, seler,gorczyca,</b>
PODWIECZOREK	Mus owocowy 100 ml	Mus owocowy 100 ml	Mus owocowy 100 ml	Mus owocowy 100 ml (6 posiłków)
KOLACJA	Polędwica sopocka 40g kiełbasa żywiecka 30 g pomidorki 30g	Polędwica sopocka 40g kiełbasa żywiecka 30 g pomidorki 30 g	Polędwica sopocka 40g kiełbasa żywiecka 30 g pomidorki 30 g	Polędwica sopocka40g 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 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				Sok pomidorowy 300 ml (gorczyca,seler) )
Wartość odżywcza	<b>Energia 2020kcal tłuszcze 51g kw.tł.nasyc38g węglowodany 380g cukry 51g białko 89g błonnik 39g sód2024mg</b>	<b>Energia 1985 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc36g węglowodany 378g cukry 49g białko 79g błonnik 38g sód1994mg</b>	<b>Energia 1985 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc36g węglowodany 378g cukry 49g białko 79g błonnik 38g sód1994mg</b>	<b>Energia 1980 kcal tłuszcze 40g kw.tł.nasyc30g węglowodany 358g cukry 38g białko 80g błonnik 40g sód1890mg</b>

Jadłospis na dzień Poniedziałek 25.05.2026 r

sporządził : dietetyk Marzanna Drzewiecka

	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 300ml mleko 280 ml , kasza manna20 g	Makaron na mleku 300ml mleko 280 ml , kasza manna 20 g	Makaron na mleku 300ml mleko 280 ml , kasza manna 20 g	Makaron na mleku 300ml mleko 280 ml , kasza manna 20 g
	Pasta z jaja 50g jaja50g , majonez , ser topiony plastry 34 g ,pomidorki 30 g	Pasta z jaja 50g jaja50g , majonez , ser topiony plastry 34 g ,pomidorki 30 g	Poledwica sopocka 40g serek tartar 2 szt 40 g pomidorki 30 g	Pasta z jaja 50g jaja50g , majonez , ser topiony plastry 34 g ,pomidorki 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	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g /bułka grahamka 50 g	chleb razowy żytni 60g
	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 ,gorczyca ,jaja</b>	<b>gluten,mleko,gorczyca,jaja</b>	<b>gluten,mleko,seler,</b>
II ŚNIADANIE	Jogurt owocowy 100 g	Jogurt owocowy 100 g	Jogurt owocowy 100 g	Mus owocowy 100 ml
OBIAD	Krupnik jaglany 350 ml porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g kasza jaglana20g ,zielenina 3 g , przyprawy	Krupnik jaglany 350 ml porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g kasza jaglana20g ,zielenina 3 g , przyprawy	Krupnik jaglany 350 ml porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g kasza jaglana20g ,zielenina 3 g , przyprawy	Krupnik jaglany 350 ml porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g kasza jaglana20g ,zielenina 3 g , przyprawy
	Kotlet mielony 100 g szynka b/kości 100/110 g ,jaja 5g , cebula 2g , bułka tarta 3g ,smalec 3g ,przyprawy	Pulpet 100g sos koperkowy 100 ml 100 g szynka b/kości 100/110 g ,jaja 5g , , bułka tarta 3g , ,przyprawy mąka 3g , koper 2 g śmietana 18% tł 3g	Pulpet 100 g sos koperkowy 100 ml szynka b/kości 100/110 g ,jaja 5g , , bułka tarta3g ,przyprawy ,mąka 3g , koper 2 g śmietana 18%tł 3g	Pulpet 100 g sos koperkowy 100 ml szynka b/kości 100/110 g ,jaja 5g , bułka tarta 3g przyprawy mąka 3g , koper 2 g śmietana 18%tł 3g
	Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150 g fasolka szparagowa mrożona 150 g , masło 3g bułka tarta 3 g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150 g fasolka szparagowa mrożona 150 g , masło 3g bułka tarta 3 g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150 g fasolka szparagowa mrożona 150 g , masło 3g bułka tarta 3 g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150 g fasolka szparagowa mrożona 150 g , masło 3g bułka tarta 3 g
	Ziemniaki gotowane 180 g	Ziemniaki gotowane 180 g	Ziemniaki gotowane 180 g	Ziemniaki gotowane 180 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	Kisiel z truskawkami 150g kisiel 10 g truskawki 30 g cukier 3 g	Kisiel z truskawkami 150g kisiel 10 g truskawki 30 g cukier 3 g	Kisiel z truskawkami 150g kisiel 10 g truskawki 30 g cukier 3 g	Kisiel z truskawkami 150g(6 posiłek) kisiel 10 g truskawki 30 g słodzik
KOLACJA	Paszтет pieczony 40g , kiełbasa szynkowa 30g zielony ogórek 30g	Paszтет pieczony 40g , kiełbasa szynkowa 30g zielony kiszony 30 g	kiełbasa szynkowa 40g szynka drobiowa 30g pomidorki 30 g	kiełbasa szynkowa 40g zielony ogórek30 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,soja</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.tł.nasyc28g węglowodany 340g cukry 41g białko 79g błonnik 39g sól1024mg</b>	<b>Energia 1920kcal tłuszcze 41g kw.tł.nasyc28g węglowodany 340g cukry 41g białko 79g błonnik 39g sól1024mg</b>	<b>Energia 1915kcal tłuszcze 38g kw.tł.nasyc27g węglowodany 338g cukry 38g białko 76g błonnik 39g sól1024mg</b>	<b>Energia 1880 kcal tłuszcze 33g kw.tł.nasyc26g węglowodany 328g cukry 28g białko 70g błonnik 36g sól1810mg</b>

Jadłospis na dzień wtorek 26.05.2026 r		sporządził : dietetyk -Marzanna Drzewiecka		
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzykowa 7
	Płatki owsiane na mleku 300ml płatki owsiane 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	Płatki owsiane na mleku 300ml płatki owsiane 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	Płatki owsiane na mleku 300ml płatki owsiane 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	Płatki owsiane na mleku 300ml płatki owsiane 20 g ,mleko 2%tł 280 ml
	Ser żółty 40g serek tartar 2 szt sałata z zielonym ogórkiem 15g	Ser żółty 40g serek tartar 2 szt sałata z zielonym ogórkiem 15g	Kiełbasa szynkowa 40 g serek tartar 1 szt sałata z zielonym ogórkiem 15g	Ser żółty 40g sałata z zielonym ogórkiem 15g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy graham 50g /bułka grahamka 50 g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3g	kawa zbożowa b/c 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko ,</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>
II ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 150 g	Jogurt naturalny 150 g	Jogurt naturalny 150 g	Jogurt naturalny 150 g ( <b>mleko</b> )
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 180 g ćwiartka kurczaka 180 g , jaja 5 g ,przyprawy , olej 2 g,	Kurczak gotowany 180g sos potrawkowy 100g ćwiartka kurczaka . 180 g , przyprawy , ,koper 3 g ,mąka 1g, śmietana 18% tł 2g	Kurczak gotowany 180g sos potrawkowy 100g ćwiartka kurczaka . 180 g , przyprawy , ,koper 3 g ,mąka 1g, śmietana 18% tł 2g	Kurczak gotowany 180g sos potrawkowy 100g ćwiartka kurczaka . 180 g , przyprawy , ,koper 3 g ,mąka 1g, śmietana 18% tł 2g
	Ziemniaki gotowane180g	Ziemniaki gotowane180g	Ziemniaki gotowane180g	Ziemniaki gotowane180g
	Kalafior gotowany z masłem i bułką150g ( kalafior 150 g 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
<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	Budyń czekoladowy z wiśnią 150 g budyń proszek 10g ,cukier 2g ,mleko 150 g wiśnia 10 g	Budyń czekoladowy z wiśnią 150 g budyń proszek 10g ,cukier 2g ,mleko 150 g wiśnia 10 g	Budyń czekoladowy z wiśnią 150 g budyń proszek 10g ,cukier 2g ,mleko 150 g wiśnia 10 g	Sok pomidorowy 300 ml ( <b>seler , gorczyca</b> )
KOLACJA	szynka drobiowa 40g polędwica sopocka papryka konserwowa 30g	szynka drobiowa 40g polędwica sopocka 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
<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 150 g budyń proszek 10g ,słodzik 2g ,mleko 150 g wiśnia 10 g
Wartość odżywcza	<b>Energia 2020kcal tłuszcze 78g kw.tł.nasyc.29g węglowodany 266g cukier 26g białko 88g błonnik28g sód 2259 mg</b>	<b>Energia 1965 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 261g cukier 26g białko 88g błonnik28g sód 2091 mg</b>	<b>Energia 1965 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 261g cukier 26g białko 88g błonnik28g sód 2091 mg</b>	<b>Energia 1814 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 232 g cukier 15g białko 84g błonnik 32g sód 1966 mg</b>

Jadłospis na dzień		Środa 27.05.2026 r		sporządził :dietetyk-Marzanna Drzewiecka	
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa	
	Zacierka na mleku 300ml zacierka 20g ,mleko 280g	Zacierka na mleku 300ml zacierka 20g ,mleko 280g	Zacierka na mleku 300ml zacierka 20g ,mleko 280g	Zacierka na mleku 300ml zacierka 20g ,mleko 280g	
	Pasztecik drobiowy 50g ser topiony plastry 32,5g (2szt) pomidorki 30g	Pasztecik drobiowy 50g ser topiony plastry 32,5g (2szt) pomidorki 30g	Kiełbasa żywiecka 40 g miód 25 g pomidorki 30 g	Kiełbasa żywiecka 40 g pomidorki 30 g	
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g	
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	
	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g ,cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa b/c 250ml kawa zbożowa 10g	
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko, gorczyca ,seler ,soja</b>	<b>gluten,mleko ,gorczyca ,seler,soja</b>	<b>gluten,mleko ,gorczyca,seler,soja</b>	<b>gluten,mleko.,gorczyca seler ,soja</b>	
II ŚNIADANIE	Jabłko 150g herbatniki 50 g	Jabłko 150g herbatniki 50 g	Jabłko 150g herbatniki 50 g	Kisiel z jabłkiem 150 g	
OBIAD	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosolowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosolowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosolowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosolowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	
	Fasolka po bretońsku 300ml bułka 50g fasola 100g , boczek wędzony 10 g , kiełbasa zwyczajna 30 g , mąka 5 g koncentrat pomidorowy 30% 10 g ,cebula 3 g , przyprawy	Gulasz drobiowy 250ml filet drobiowy 100 g , mąka 3g,śmietana 18%tł 3g ,cebula 3g,przyprawy,zielenina 2 g	Gulasz drobiowy 250ml filet drobiowy 100 g , mąka 3g,śmietana 18%tł 3g ,cebula 3g,przyprawy,zielenina 2 g	Gulasz drobiowy 250ml filet drobiowy 100 g , mąka 3g,śmietana 18%tł 3g ,cebula 3g,przyprawy,zielenina 2 g	
		Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	
		Marchewka z groszkiem oprószana 150g marchewka z groszkiem 140g masło 5 g mąka 3g	Marchewka z groszkiem oprószana 150g marchewka z groszkiem 140g masło 5 g mąka 3g	Marchewka z groszkiem oprószana 150g marchewka z groszkiem 140g masło 5 g mąka 3g	
	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 buraczany 300 ml	sok buraczany 300 ml	sok buraczany 300 ml	Feta z pomidorem i sałatą ( <b>mleko</b> )(6 posiłków) feta 50g zielony ogórek 30g , sałata 10 g ,zielenina	
KOLACJA	Szynka wędzona 40g kiełbasa szynkowa 30g zielony ogórek 30g	Szynka wędzona 40g kiełbasa szynkowa 30g zielony ogórek 30g	Szynka wędzona 40g kiełbasa szynkowa 30g zielony ogórek 30g	Szynka wędzona 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>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 ( <b>mleko</b> )	
Wartość odżywcza	<b>Energia 2397kcal tłuszcze 70g kw.tł.nasyc.28g białko 78g cukry 45g węglowodany 384g błonnik 32 g sód 2200 mg</b>	<b>Energia 2280kcal tłuszcze 66g kw.tł.nasyc.25g białko 74g cukry 41g węglowodany 334g błonnik 30g sód 2000 mg</b>	<b>Energia 2280kcal tłuszcze 66g kw.tł.nasyc.25g białko 74g cukry 41g węglowodany 334g błonnik 30g sód 2000 mg</b>	<b>Energia 1888kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc.20g białko 77g cukry 30g węglowodany 274g błonnik 30g sód 1800mg</b>	

Jadłospis na dzień czwartek 28.05.2026 r

sporządził :Marzanna Drzewiecka

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku 300ml mleko 280ml, płatki jęczmienne 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300ml mleko 280ml, płatki jęczmienne 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300ml mleko 280ml, płatki jęczmienne 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300ml mleko 280ml, płatki jęczmienne 20 g
	Twaróg ze szczypiorkiem 50g, twaróg 45 g śmietana 18% tł 5 g .miód 25g rzodkiewka 30 g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g, twaróg 45 g śmietana 18% tł 5 g .miód 25g rzodkiewka 30 g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g, twaróg 45 g śmietana 18% tł 5 g miód 25g rzodkiewka 30 g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g, twaróg 45 g śmietana 18% tł 5 g rzodkiewka 30 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>
II ŚNIADANIE	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g
OBIAD	Zupa zacierkowa 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g, zacierka 20 g	Zupa zacierkowa 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g, zacierka 20 g	Zupa zacierkowa 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g, zacierka 20 g	Zupa zacierkowa 300ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g, zacierka 20 g
	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g kurczak 150 g mieszanka warzywna mrożona 7 skl.50g, mąka 2g śmietana 18 % tł 3g przyprawy	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g kurczak 150 g mieszanka warzywna mrożona 7 skl.50g, mąka 2g śmietana 18 % tł 3g przyprawy	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g kurczak 150 g mieszanka warzywna mrożona 7 skl.50g, mąka 2g śmietana 18 % tł 3g przyprawy	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g kurczak 150 g mieszanka warzywna mrożona 7 skl.50g, mąka 2g śmietana 18 % tł 3g przyprawy
	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g
	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g 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	Mozzarella z pomidorem 100g (6 posiłków) mozzarella 50g, pomidor 50g oliwa z oliwek 3 g <b>(mleko)</b>
KOLACJA	Szynka konserwowa 40g polędwica z warzywami 30g kiszony ogórek 30g	Szynka konserwowa 40g polędwica z warzywami 30g kiszony ogórek 30g	Szynka konserwowa 40g 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				Sok warzywny 300 ml
Wartość odżywcza	<b>Energia 2261kcal tłuszcze 67g kw.tł.nasyc.32g białko 82g cukry 42g węglowodany 322g błonnik 30 sód 2001mg</b>	<b>Energia 2261kcal tłuszcze 67g kw.tł.nasyc.32g białko 82g cukry 42g węglowodany 322g błonnik 30 sód 2001mg</b>	<b>Energia 2261kcal tłuszcze 67g kw.tł.nasyc.32g białko 82g cukry 42g węglowodany 322g błonnik 30 sód 2001mg</b>	<b>Energia 2061kcal tłuszcze 57g kw.tł.nasyc.30g białko 78g cukry 35g węglowodany 300g błonnik 30 sód 2001mg</b>

Jadłospis na dzień piątek 29.05.2026 r

sporządził: Marzanna Drzewiecka

ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Kasza jaglana na mleku 300ml kasza jaglana 20g mleko 2%tł 280 g	Kasza jaglana na mleku 300ml kasza jaglana 20g mleko 2%tł 280 g	Kasza jaglana na mleku 300ml kasza jaglana 20g mleko 2%tł 280 g	Kasza jaglana na mleku 300ml kasza jaglana 20g mleko 2%tł 280 g
	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem 50g szynka konserwowa 30 g sałata lodowa z zieleniną 15 g	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem 50g szynka konserwowa 30 g sałata lodowa z zieleniną 15 g	szynka konserwowa 50 g serek tartar 40 g sałata lodowa z zieleniną 15 g	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem 50g szynka konserwowa 30 g sałata lodowa z zieleniną 15 g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g Masło 10g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	chleb razowy żytni 60g
	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,jaja</b>	<b>gluten,mleko ,seler,gorczyca,jaja</b>	<b>gluten,mleko ,seler,gorczyca</b>	<b>gluten,mleko ,seler,gorczyca,jaja</b>
II ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 150 ml	Jogurt naturalny 150 ml	Jogurt naturalny 150 ml	Jogurt naturalny 150 ml
OBIAD	Zupa jarzynowa 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 20g ,kalafior 20 g ,brokuł 20 g fasolka szparagowa 20 g , mąka 3 g , śmietana 18%tł 3g ,zielenina 2 g ,ziemniaki 50 g przyprawy	Zupa jarzynowa 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 20g ,kalafior 20 g ,brokuł 20 g fasolka szparagowa 20 g , mąka 3 g , śmietana 18%tł 3g ,zielenina 2 g ,ziemniaki 50 g przyprawy	Zupa jarzynowa 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 20g ,kalafior 20 g ,brokuł 20 g fasolka szparagowa 20 g , mąka 3 g , śmietana 18%tł 3g ,zielenina 2 g ,ziemniaki 50 g przyprawy	Zupa jarzynowa 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 20g ,kalafior 20 g ,brokuł 20 g fasolka szparagowa 20 g , mąka 3 g , śmietana 18%tł 3g ,zielenina 2 g ,ziemniaki 50 g przyprawy
	Kopytka z masłem 250 g ziemniaki gotowane 230g , mąka ziemniaczana 5g , mąka pszenna 5 g ,jaja 10 g , przyprawy	Kopytka z masłem 250 g Ziemniaki gotowane 230g , mąka ziemniaczana 5g , mąka pszenna 5 g ,jaja 10 g , przyprawy	Kopytka z masłem 250 g ziemniaki gotowane 230g , mąka ziemniaczana 5g , mąka pszenna 5 g ,jaja 10 g , przyprawy	Kopytka z masłem 250 g ziemniaki gotowane 230g , mąka ziemniaczana 5g , mąka pszenna 5 g ,jaja 10 g , przyprawy
	Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g marchewka 120 g jabłko 30 g ,olej 3 g ,przyprawy	Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g marchewka 120 g jabłko 30 g ,olej 3 g ,przyprawy	Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g marchewka 120 g jabłko 30 g ,olej 3 g ,przyprawy	Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g marchewka 120 g jabłko 30 g ,olej 3 g ,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>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>
PODWIECZOREK	Budyń czekoladowy z musem brzoskwiowym 150 g budyń proszek 10 g , mleko 140 m l ,brzoskwinie 20 g , cukier 3 g	Budyń czekoladowy z musem brzoskwiowym 150 g budyń proszek 10 g , mleko 140 m l ,brzoskwinie 20 g , cukier 3 g	Budyń czekoladowy z musem brzoskwiowym 150 g budyń proszek 10 g , mleko 140 m l ,brzoskwinie 20 g , cukier 3 g	Mus owocowy 100 g (6 posiłków)
KOLACJA	Paprykarz z rybą i warzywami 50g ser topiony plastry 2szt(34 g) kiszony ogórek 30 g	Paprykarz z rybą i warzywami 50g ser topiony plastry 2szt(34 g) kiszony ogórek 30 g	Szynka konserwowa 40g szynka mielona 30g pomidorki 30g	Paprykarz z rybą i warzywami 50g kiszony ogórek 30 g
	Chleb baltonowski 50gchleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50gchleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50gchleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c 50g	Masło 10g Herbata b/c
<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				Budyń czekoladowy z musem brzoskwiowym 150 g budyń proszek 10 g , mleko 140 m l ,brzoskwinie 20 g , cukier 3 g (gluten,mleko)
Wartość odżywcza	<b>Energia 2410kcal tłuszcze 84g kw.ł.nasyc.31g białko 77gwęglowodany w tym cukier 386g sól 1492 mg błonnik 23g</b>	<b>Energia 2380kcal tłuszcze 75g kw.ł.nasyc.30g białko 75gwęglowodany w tym cukier 366g sól 1402 mg błonnik 20g</b>	<b>Energia 2380kcal tłuszcze 75g kw.ł.nasyc.30g białko 75gwęglowodany w tym cukier 366g sól 1402 mg błonnik 20g</b>	<b>Energia 1910kcal tłuszcze 65g kw.ł.nasyc.27g białko 70gwęglowodany w tym cukier 306g sól1321 mg błonnik 20g</b>

Jadłospis na dzień sobota 30.05.2026 r

sporządził:Marzanna Drzewiecka

ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Płatki ryżowe na mleku 300ml płatki ryżowe 20g mleko 2%tł 280ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml płatki ryżowe 20g mleko 2%tł 280ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml płatki ryżowe 20g mleko 2%tł 280ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml płatki ryżowe 20g mleko 2%tł 280ml
	Parówka na gorąco 120 g (2 szt) ketchup 12 g ser topiony 17,5g sałata lodowa 15g zielony ogórek 15g	Parówka na gorąco 120 g (2 szt) ketchup 12 g ser topiony 17,5g sałata lodowa 15g zielony ogórek 15g	Parówka na gorąco 120 g (2 szt) ketchup 12 g ser topiony 17,5g sałata lodowa 15g zielony ogórek 15g	Parówka na gorąco 120 g (2 szt) ketchup 12 g ser topiony 17,5g sałata lodowa 15g zielony ogórek 15g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50g Masło 10g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	chleb razowy żytni 60g
	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 kawa zbożowa 10g słodzik
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko ,gorczyca,seler</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 warzywny 300 ml ( <b>seler,gorczyca</b> )
OBIAD	Pomidorowa z makaronem 350ml porcje rosółowe 20g włoszczyzna 30g ,koncentrat pomidorowy 30%30g mąka3g ,śmietana 18%tł3g ,zielenina , przyprawy,makaron 20g	Pomidorowa z makaronem 350ml porcje rosółowe 20g włoszczyzna 30g ,koncentrat pomidorowy 30%30g mąka3g ,śmietana 18%tł3g ,zielenina , przyprawy,makaron 20g	Pomidorowa z makaronem 350ml porcje rosółowe 20g włoszczyzna 30g ,koncentrat pomidorowy 30%30g mąka3g ,śmietana 18%tł3g ,zielenina , przyprawy,makaron 20g	Pomidorowa z makaronem 300ml porcje rosółowe 20g włoszczyzna 30g ,koncentrat pomidorowy 30%30g mąka3g ,śmietana 18%tł3g ,zielenina , przyprawy makaron 20g
	Gulasz w jarzynach 200ml szynka b/kości 110/120g mąka 6g ,olej 5g mieszanka warzywna 100g , śmietana 18% tł 5 g zielenina , przyprawy	Gulasz w jarzynach 200ml szynka b/kości 110/120g mąka 6g ,olej 5g mieszanka warzywna 100g , śmietana 18% tł 5 g zielenina , przyprawy	Gulasz w jarzynach 200ml szynka b/kości 110/120g mąka 6g ,olej 5g mieszanka warzywna 100g , śmietana 18% tł 5 g zielenina , przyprawy	Gulasz w jarzynach 200ml szynka b/kości 110/120g mąka 6g ,olej 5g mieszanka warzywna 100g , śmietana 18% tł 5 g zielenina , przyprawy
	Ziemniaki gotowane 180 g	Ziemniaki gotowane 180 g	Ziemniaki gotowane 180 g	Ziemniaki gotowane 180 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	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	jogurt owocowy 100 ml	jogurt owocowy 100 ml	jogurt owocowy 100 ml	Jogurt naturalny 100 g chrupki ( <b>mleko</b> )6 posiłek
KOLACJA	Polędwica z warzywami 40g szynka drobiowa 30g pomidor 30g	Polędwica z warzywami 40g szynka drobiowa 50g pomidor	Polędwica z warzywami 40g szynka drobiowa 30g pomidor	szynka drobiowa 40g pomidor
	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 250ml
<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 wiśnią 150g kisiel proszek 10g , wiśnia 30 , słodzik
Wartość odżywcza	<b>Energia 2400kcal tłuszcze 79g kw.tł.nasyc.30g białko 77gwęglowodany w tym cukier 355g sól 1402 mg błonnik 26g</b>	<b>Energia 2380kcal tłuszcze 85g kw.tł.nasyc.29g białko 74 gwęglowodany w tym cukier 340g sól 1402 mg błonnik 25g</b>	<b>Energia 2380kcal tłuszcze 85g kw.tł.nasyc.29g białko 74 gwęglowodany w tym cukier 340g sól 1402 mg błonnik 25g</b>	<b>Energia 1780kcal tłuszcze 60g kw.tł.nasyc.27g białko 70gwęglowodany w tym cukier 317g sól1301 mg błonnik 20g</b>

Jadłospis na dzień niedziela 31 .05.2026 r

sporządził:Marzanna Drzewiecka

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	Kasza kuskus na mleku 300ml kasza kuskus 20g mleko 2%tł 280ml	Kasza kuskus na mleku 300ml kasza kuskus 20g mleko 2%tł 280ml	Kasza kuskus na mleku 300ml kasza kuskus 20g mleko 2%tł 280ml	Kasza kuskus na mleku 300ml kasza kuskus 20g mleko 2%tł 280ml
	Twaróg ze szczypiorkiem 50g.miód 25g, zielony ogórek 30g twaróg 40g jogurt naturalny 5g śmietana 18%tł 3g,szczypior2g miód 25g, rzodkiewka 30 g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g.miód 25g,ziel.ogórek 30 g twaróg 40g jogurt naturalny 5g śmietana 18%tł 3g,szczypior2g miód 25g, rzodkiewka 30 g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g.miód 25g,ziel.ogórek30g twaróg 40g jogurt naturalny 5g śmietana 18%tł 3g,szczypior2g miód 25g, rzodkiewka 30 g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g., ziel.ogórek30 g twaróg 40g jogurt naturalny 5g śmietana 18%tł 3g,szczypior2g miód 25g, rzodkiewka 30 g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50g Masło 10g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	chleb razowy żytni 60g
	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 kawa zbożowa 10g słodzik
	<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>	<b>gluten,mleko</b>
II ŚNIADANIE	Jogurt owocowy 100 g	Jogurt owocowy 100 g	Jogurt owocowy 100 g	Jogurt naturalny 150 ml +chrupki kukurydziane
OBIAD	Rosół z makaronem 350ml porcje rosółowe 100g włoszczyzna 40g ,s mąka3g ,makaron nitka 20g	Rosół z makaronem 350ml porcje rosółowe 100g włoszczyzna 40g ,s mąka3g ,makaron nitka 20g	Rosół z makaronem 350ml porcje rosółowe 100g włoszczyzna 40g ,s mąka3g ,makaron nitka 20g	Rosół z makaronem 350ml porcje rosółowe 100g włoszczyzna 40g ,s mąka3g ,makaron nitka 20g
	Kurczak gotowany 180 g w sosie potrawkowym 100 ml ćwiartka kurczaka 180 g ,mąka 3g śmietana 18% tł 3g włoszczyzna 5 g , koper 3g	Kurczak gotowany 180 g w sosie potrawkowym 100 ml ćwiartka kurczaka 180 g ,mąka 3g śmietana 18% tł 3g włoszczyzna 5 g , koper 3g	Kurczak gotowany 180 g w sosie potrawkowym 100 ml ćwiartka kurczaka 180 g ,mąka 3g śmietana 18% tł 3g włoszczyzna 5 g , koper 3g	Kurczak gotowany 180 g w sosie potrawkowym 100 ml ćwiartka kurczaka 180 g ,mąka 3g śmietana 18% tł 3g włoszczyzna 5 g , koper 3g
	Ziemniaki gotowane 180 g	Ziemniaki gotowane 180 g	Ziemniaki gotowane 180 g	Ziemniaki gotowane 180 g
	Brokuł z masłem i bułką 150g brokuł mrożony 150 g masło 3g , bułka tarta 3g	Brokuł z masłem i bułką 150g brokuł mrożony 150 g masło 3g , bułka tarta 3g	Brokuł z masłem i bułką 150g brokuł mrożony 150 g masło 3g , bułka tarta 3g	Brokuł z masłem i bułką 150g brokuł mrożony 150 g masło 3g , bułka tarta 3g
	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</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
PODWIECZOREK	banan150g	banan150g	banan150g	Pieczone jabłko z cynamonem 1szt 150g
KOLACJA	Pasztecik 50g kielbasa szynkowa30g pomidorki30 g	Pasztecik 50g kielbasa szynkowa30g pomidorki 30 g	Szynka konserwowa 40g kielbasa szynkowa30g pomidorki 30 g	kielbasa szynkowa40g pomidorki 30 g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Masło 10g Herbata z/c sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Masło 10g Herbata b/c 250ml
<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				Sok warzywny 300 ml (gorczyca,seler)
Wartość odżywcza	<b>Energia 2440kcal tłuszcze 77g kw.tł.nasyc.31g białko 79gwęglowodany w tym cukier 350g sól 1302 mg błonnik 26g</b>	<b>Energia 2440kcal tłuszcze 77g kw.tł.nasyc.31g białko 79gwęglowodany w tym cukier 350g sól 1302 mg błonnik 26g</b>	<b>Energia 2440kcal tłuszcze 77g kw.tł.nasyc.31g białko 79gwęglowodany w tym cukier 350g sól 1302 mg błonnik 26g</b>	<b>Energia 1980kcal tłuszcze 69g kw.tł.nasyc.28g białko 72gwęglowodany w tym cukier 337g sól1301 mg błonnik 27g</b>