

| 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 |
| Alergeny | gluten,mleko,seler,gorczyca | gluten,mleko ,seler,gorczyca | gluten,mleko ,gorczyca,seler | gluten,mleko ,gorczyca,seler |
| II ŚNIADANIE | Jogurt naturalny 150 g | Jogurt naturalny 150 g | Jogurt naturalny 150 g | Jogurt naturalny 150 g (mleko) |
| 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 |
| Alergeny | gluten,mleko gorczyca,seler, | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler |
| PODWIECZOREK | Kisiel z jabłkiem 150 g kisiel proszek 10g ,cukier 2g ,jabłko 20g | Kisiel z jabłkiem 150 g kisiel proszek 10g ,cukier 2g ,jabłko 20g | Kisiel z jabłkiem 150 g kisiel proszek 10g ,cukier 2g ,jabłko 20g | Mus owocowy 100 g(6 posiłków) |
| KOLACJA | szynka drobiowa 40g pasztetowa 30g 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 |
| Alergeny: | gluten,mleko gorczyca,seler, | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler |
| II KOLACJA | | | | Kisiel z jabłkiem 150g b/c - słodzik |
| Wartość odżywcza | Energia 2020kcal tłuszcze 78g kw.tł.nasyc.29g węglowodany 266g cukier 26g białko 88g błonnik28g sód 2259 mg | Energia 1965 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 261g cukier 26g białko 88g błonnik28g sód 2091 mg | Energia 1965 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 261g cukier 26g białko 88g błonnik28g sód 2091 mg | Energia 1814 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 232 g cukier 15g białko 84g błonnik 32g sód 1966 mg |

| 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 | |
| Alergeny | gluten,mleko, gorczyca ,seler ,soja | gluten,mleko ,gorczyca ,seler,soja | gluten,mleko ,gorczyca,seler,soja | gluten,mleko.,gorczyca seler ,soja | |
| II ŚNIADANIE | Jabłko 150g | Jabłko 150g | Jabłko 150g | Sok buraczany 300 ml | |
| OBIAD | Zupa 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 | |
| Alergeny | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja | |
| PODWIECZOREK | sok marchwiowo – bananowy 300 ml | sok marchwiowo – bananowy 300 ml | sok marchwiowo – bananowy 300 ml | Feta z pomidorem i sałatą (mleko)(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 | |
| Alergeny: | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | |
| II KOLACJA | | | | Budyń czekoladowy z wiśnią 150g mleko 130g budyń czekoladowy 10g ,słodzik wiśnia 10g | |
| Wartość odżywcza | Energia 1980 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.23g cukry32g węglowodany 370g białko 88g błonnik29g sód 2210mg | Energia 1980 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.23g cukry32g węglowodany 370g białko 88g błonnik29g sód 2210mg | Energia 1980 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.23g cukry32g węglowodany 370g białko 88g błonnik29g sód 2210mg | Energia 1910 kcal tłuszcze 70g kw.tł.nasyc.20g cukry27g węglowodany 360g białko 80 błonnik31g sód 2208mg | |

Jadłospis na dzień

Poniedziałek 18.05.2026 r

sporządził :dietetyk-Marzanna Drzewiecka

| | Dieta ogólna 1 | Dieta łatwostrawna 2 | Dieta wątrobowa 2a | Dieta cukrzycowa 7 |
|------------------|---|---|---|---|
| ŚNIADANIE | Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280 g płatki owsiane 20 g | Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280 g płatki owsiane 20 g | Płatki owsiane na mleku 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 |
| | Alergeny | gluten,mleko ,jaja | gluten,mleko,jaja | gluten,mleko |
| II ŚNIADANIE | Mus owocowy 100 g | Mus owocowy 100 g | Mus owocowy 100 g | Twarożek z musem truskawkowym 60g twarożek 40 g ,jogurt 10 g ,mus brzoskwinowy 10 g (mleko) |
| 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 |
| Alergeny | gluten,mleko gorczyca,seler, | gluten,mleko gorczyca,seler, | gluten,mleko gorczyca,seler, | gluten,mleko gorczyca,seler, |
| 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 |
| Alergeny: | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler |
| II KOLACJA | | | | Kanapka z mozzarellą i papryką 1szt (mleko) chleb razowy 30g masło 2 g mozzarella 30 g ,papryka 5 g |
| Wartość odżywcza | Energia 1951 kcal tłuszcze 48g kw.ł.nasyc25g węglowodany 330g cukry 65 białko 79g błonnik 35g sód2000mg | Energia 1951 kcal tłuszcze 48g kw.ł.nasyc25g węglowodany 330g cukry 65 białko 79g błonnik 35g sód2000mg | Energia 1951 kcal tłuszcze 48g kw.ł.nasyc25g węglowodany 330g cukry 65 białko 79g błonnik 35g sód2000mg | Energia 1921 kcal tłuszcze 45g kw.ł.nasyc23g węglowodany 310g cukry 45 białko 80g błonnik 37g sód 1990mg |

| 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 |
| Alergeny | gluten, mleko, | gluten, mleko | gluten, mleko, seler, gorczyca | gluten, mleko |
| 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 |
| Alergeny | gluten, mleko gorczyca, seler, jaja | gluten, mleko gorczyca, seler, jaja | gluten, mleko gorczyca, seler, jaja | gluten, mleko gorczyca, seler, jaja |
| PODWIECZOREK | Jogurt owocowy 100 ml | Jogurt owocowy 100 ml | Jogurt owocowy 100 ml | Kisiel z truskawkami 150g(6 posiłków) 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 |
| Alergeny: | gluten, mleko gorczyca, seler, soja | gluten, mleko gorczyca, seler, soja | gluten, mleko gorczyca, seler, soja | gluten, mleko gorczyca, seler, soja |
| II KOLACJA | | | | Feta 30g z pomidorem 50g , oliwa z oliwek 5g (mleko) |
| Wartość odżywcza | Energia 1871 kcal tłuszcze 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sód2000mg | Energia 1871 kcal tłuszcze 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sód2000mg | Energia 1871 kcal tłuszcze 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sód2000mg | Energia 1861 kcal tłuszcze 38g kw.tł.nasyc20g węglowodany 310g cukry 40 białko 81g błonnik 38g sód 1992mg |

| 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 | | | | |
| Alergeny | gluten,mleko ,seler , gorczyca | gluten,mleko ,seler ,gorczyca | gluten,mleko ,seler , gorczyca | gluten,mleko ,seler , gorczyca | | | | |
| 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 | | | | |
| Alergeny | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | | | | |
| PODWIECZOREK | Budyń wanilinowy z musem brzoskwiowym 150 ml | Budyń wanilinowy z musem brzoskwiowym 150 ml | Budyń wanilinowy z musem brzoskwiowym 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 | | | | |
| Alergeny: | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | | | | |
| II KOLACJA | | | | Budyń wanilinowy z musem brzoskwiowym 150 ml(mleko) | | | | |
| Wartość odżywcza | Energia 1899 kcal tłuszcz 48g kw.tł.nasyc27g węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g sód1900mg | Energia 1899 kcal tłuszcz 48g kw.tł.nasyc27g węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g sód1900mg | Energia 1899 kcal tłuszcz 48g kw.tł.nasyc27g węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g sód1900mg | Energia 1841 kcal tłuszcz 28g kw.tł.nasyc19g węglowodany 306g cukry 33g białko 76g błonnik 35g sód 1892mg | | | | |

| 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 | |
| Alergeny | gluten,mleko | gluten,mleko ,seler , gorczyca | gluten,mleko ,seler gorczyca | gluten,mleko,seler gorczyca | |
| II ŚNIADANIE | Mus owocowy 100ml | Mus owocowy 100ml | Mus owocowy 100ml | Sok pomidorowy 300 ml (gorczyca,seler) | |
| OBIAD | Zupa 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 | |
| | Alergeny | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja | gluten,mleko gorczyca,sele,jajar |
| 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)(mleko) | |
| 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 | |
| Alergeny: | gluten,mleko gorczyca,seler,ryba,jaja | gluten,mleko gorczyca,seler,ryba,jaja | gluten,mleko gorczyca,seler,ryba,jaja | gluten,mleko gorczyca,seler,ryba,jaja | |
| II KOLACJA | | | | Kisiel z jabłkiem 150 g kisiel 10 g jabłko 20 g słodzik | |
| Wartość odżywcza | Energia 1999 kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 42 białko 85g błonnik 38g sód1930mg | Energia 1999 kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 42 białko 85g błonnik 38g sód1930mg | Energia 1999 kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 42 białko 85g błonnik 38g sód1930mg | Energia 1899 kcal tłuszcze 43g kw.tł.nasyc27g węglowodany 343g cukry 32 białko 79g błonnik 38g sód1930mg | |

| 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 30g jaja 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 | |
| Alergeny | gluten,mleko,gorczyca,jaja | gluten,mleko,gorczyca,jaja | gluten,mleko,gorczyca,seler | gluten,mleko,gorczyca,jaja | |
| II ŚNIADANIE | Jogurt owocowy 100g | Jogurt owocowy 100g | Jogurt owocowy 100g | Budyń czekoladowy z wiśnią 150g budyń czekoladowy 10 g mleko 140g,c wiśnia mrożona 10 g słodzik | |
| OBIAD | Zupa grochowa 350 ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , groch 50g ,boczek wędzony 10 g , cebula 3g, 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 | |
| Alergeny | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | |
| PODWIECZOREK | Jogurt owocowy 100 g | Jogurt owocowy 100 g | Jogurt owocowy 100 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 | |
| Alergeny: | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | |
| II KOLACJA | | | | Pomidor 100g z feta 50g i szczypiorem 150g(mleko) | |
| Wartość odżywcza | Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 47g białko 85g błonnik 38g sód1930mg | Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 47g białko 85g błonnik 38g sód1930mg | Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 47g białko 85g błonnik 38g sód1930mg | Energia 1809 kcal tłuszcze 38g kw.tł.nasyc26g węglowodany 300g cukry 27g białko 75g błonnik 28g sód1830mg | |

| 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 |
| Alergeny | gluten,mleko, | gluten,mleko, | gluten,mleko, | gluten,mleko |
| II ŚNIADANIE | Jabłko 1 szt 150g herbatniki 50 g | Jabłko 1 szt 150g herbatniki 50 g | Jabłko 1 szt 150g herbatniki 50 g | Jogurt naturalny 150 ml (mleko) |
| OBIAD | Zupa 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 |
| Alergeny | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler |
| PODWIECZOREK | Jogurt owocowy 100 ml | Jogurt owocowy 100 ml | Jogurt owocowy 100 ml | Mus owocowy 100 ml (6 posiłek) |
| 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 |
| Alergeny: | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler, |
| II KOLACJA | | | | Kisiel truskawkowy 150 g kisiel 10 g ,truskawki 20g słodzik |
| Wartość odżywcza | Energia 1945 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc31g węglowodany 370g cukry 49g białko 79g błonnik 38g sód1924mg | Energia 1945 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc31g węglowodany 370g cukry 49g białko 79g błonnik 38g sód1924mg | Energia 1945 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc31g węglowodany 370g cukry 49g białko 79g błonnik 38g sód1924mg | Energia 1889 kcal tłuszcze 37g kw.tł.nasyc25g węglowodany 330g cukry 25g białko 78g błonnik 28g sód1850mg |

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 |
| | Alergeny | gluten,mleko gorczyca,seler, | gluten,mleko gorczyca,seler, | gluten,mleko gorczyca,seler, |
| II ŚNIADANIE | Sok marchwiowo-bananowy 300 ml | Sok marchwiowo-bananowy 300 ml | Sok marchwiowo-bananowy 300 ml | Jogurt naturalny 150 +chrupki kukurydziane |
| OBIAD | Zupa ogórkowa 350ml porcje rosółowe , włoszczyzna 30 g ,ogórek kiszony 50g , mąka 3g ziemniaki 100 g śmietana 18%tł 5g, przyprawy | Zupa ogórkowa 350ml porcje rosółowe , włoszczyzna 30 g ,ogórek kiszony 50g , mąka 3g ziemniaki 100 g śmietana 18%tł 5g, przyprawy | Zupa ogórkowa 350ml porcje rosółowe , włoszczyzna 30 g ,ogórek kiszony 50g , mąka 3g ziemniaki 100 g śmietana 18%tł 5g, przyprawy | Zupa ogórkowa 350ml porcje rosółowe , włoszczyzna 30 g ,ogórek kiszony 50g , mąka 3g ziemniaki 100 g śmietana 18%tł 5g, przyprawy |
| | Potrąwka 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 | Potrąwka 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 | Potrąwka 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 | Potrąwka 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 | Sałata 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 |
| Alergeny | Mleko,gluten, seler,gorczyca, | Mleko,gluten, seler,gorczyca | Mleko,gluten, seler,gorczyca, | Mleko,gluten, seler,gorczyca |
| PODWIECZOREK | Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt 150 szt | Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt 150szt | Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt 150 szt | Jabłko pieczone z cynamonem 1 szt 150 szt (6 posiłków) |
| KOLACJA | 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 40g | Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g | chleb razowy żytni 60g |
| | Masło 10g Herbata z/c herbata 3g cukier 3 g | Masło 10g Herbata z/c | Masło 10g Herbata z/c | Masło 10g Herbata b/c |
| Alergeny: | gluten,mleko gorczyca,seler, | gluten,mleko gorczyca,seler, | gluten,mleko gorczyca,seler, | gluten,mleko gorczyca,seler, |
| II KOLACJA | | | | Sok pomidorowy 300 ml (gorczyca,seler)) |
| Wartość odżywcza | Energia 2020kcal tłuszcze 51g kw.tł.nasyc38g węglowodany 380g cukry 51g białko 89g błonnik 39g sód2024mg | Energia 1985 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc36g węglowodany 378g cukry 49g białko 79g błonnik 38g sód1994mg | Energia 1985 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc36g węglowodany 378g cukry 49g białko 79g błonnik 38g sód1994mg | Energia 1980 kcal tłuszcze 40g kw.tł.nasyc30g węglowodany 358g cukry 38g białko 80g błonnik 40g sód1890mg |

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 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 | Makaron na mleku 300ml mleko 280 ml , kasza manna 20 g |
| | Pasta z jaja 50g jaja 50g , majonez , ser topiony plastry 34 g , pomidorki 30 g | Pasta z jaja 50g jaja 50g , 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 jaja 50g , 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 |
| | Alergeny | gluten,mleko ,gorczyca ,jaja | gluten,mleko,gorczyca,jaja | gluten,mleko,seler, |
| II ŚNIADANIE | Jogurt owocowy 100 g | Jogurt owocowy 100 g | Jogurt owocowy 100 g | Mus owocowy 100 ml |
| OBIAD | Zupa ze słodkiej kapusty z zacierką i pomidorami 350 ml porcje rosolowe 30 g włoszczyzna 30 g ,kapusta biała 50 g pomidory krojone 20 g zacierka 20g, mąka 3 g śmietanka 30 % tł 3g ,zielenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy | Zupa ze słodkiej kapusty z zacierką i pomidorami 350 ml porcje rosolowe 30 g włoszczyzna 30 g ,kapusta biała 50 g pomidory krojone 20 g zacierka 20g, mąka 3 g śmietanka 30 % tł 3g ,zielenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy | Zupa ze słodkiej kapusty z zacierką i pomidorami 350 ml porcje rosolowe 30 g włoszczyzna 30 g ,kapusta biała 50 g pomidory krojone 20 g zacierka 20g, mąka 3 g śmietanka 30 % tł 3g ,zielenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy | Zupa ze słodkiej kapusty z zacierką i pomidorami 350 ml porcje rosolowe 30 g włoszczyzna 30 g ,kapusta biała 50 g pomidory krojone 20 g zacierka 20g, mąka 3 g śmietanka 30 % tł 3g ,zielenina 3 g ziemniaki 100 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 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 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 |
| | Alergeny | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja |
| 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 kiszony ogórek 30g | Paszтет pieczony 40g , kiełbasa szynkowa 30g ogórek kiszony 30 g | kiełbasa szynkowa 40g szynka drobiowa 30g pomidorki 30 g | kiełbasa szynkowa 40g 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 herbata 3 g cukier 3 g | Masło 10g Herbata z/c herbata 3 g cukier 3 g | Masło 10g Herbata z/c herbata 3 g cukier 3 g | Masło 10g Herbata b/c herbata 3 g słodzik |
| Alergeny: | gluten,mleko gorczyca,seler,soja | gluten,mleko gorczyca,seler,soja | gluten,mleko gorczyca,seler,soja | gluten,mleko gorczyca,seler,soja |
| II KOLACJA | | | | Feta z pomidorem i szczypiorem 120g(mleko) |
| Wartość odżywcza | Energia 1920kcal tłuszcze 41g kw.tł.nasyc28g węglowodany 340g cukry 41g białko 79g błonnik 39g sód1024mg | Energia 1920kcal tłuszcze 41g kw.tł.nasyc28g węglowodany 340g cukry 41g białko 79g błonnik 39g sód1024mg | Energia 1915kcal tłuszcze 38g kw.tł.nasyc27g węglowodany 338g cukry 38g białko 76g błonnik 39g sód1024mg | Energia 1880 kcal tłuszcze 33g kw.tł.nasyc26g węglowodany 328g cukry 28g białko 70g błonnik 36g sód1810mg |

Jadłospis na dzień wtorek 26.05.2026 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 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 |
| | Alergeny | gluten,mleko | gluten,mleko , | gluten,mleko |
| II ŚNIADANIE | Jogurt naturalny 150 g | Jogurt naturalny 150 g | Jogurt naturalny 150 g | Jogurt naturalny 150 g (mleko) |
| OBIAD | Pieczarkowa z makaronem 300ml pieczarka 50g, włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,makaron 20g , śmietanka 30% tł 3g , mąka 3 g ,przyprawy, zielenina 1g | Pieczarkowa z makaronem 300ml pieczarka 50g, włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,makaron 20g , śmietanka 30% tł 3g , mąka 3 g ,przyprawy, zielenina 1g | Pieczarkowa z makaronem 300ml pieczarka 50g, włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,makaron 20g , śmietanka 30% tł 3g , mąka 3 g ,przyprawy, zielenina 1g | Pieczarkowa z makaronem 300ml pieczarka 50g, włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,makaron 20g , śmietanka 30% tł 3g , mąka 3 g ,przyprawy, zielenina 1g |
| | Kurczak pieczony 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 .arta 2g) | Fasolka szparagowa gotowana z masłem i bułką150g masło 2 g,bułka .arta 2g) | Fasolka szparagowa gotowana z masłem i bułką150g(masło 2g bułka tarta 2g | Fasolka szparagowa gotowana z masłem i bułką150gmasło 2 g,bułka tarta 2g) |
| | Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożonka 30g ,cukier 3 g | Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożonka 30g ,cukier 3 g | Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożonka 30g ,cukier 3 g | Kompot owocowy 250ml b/c mieszanka owocowa mrożona 30g-słodzik |
| Alergeny | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja |
| PODWIECZOREK | 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 (seler , gorczyca) |
| 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 |
| Alergeny: | gluten,mleko gorczyca,seler, | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler |
| II KOLACJA | | | | Budyń czekoladowy z wiśnią 150 g budyń proszek 10g ,słodzik 2g ,mleko 150 g wiśnia 10 g |
| Wartość odżywcza | Energia 2020kcal tłuszcze 78g kw.tł.nasyc.29g węglowodany 266g cukier 26g białko 88g błonnik28g sól 2259 mg | Energia 1965 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 261g cukier 26g białko 88g błonnik28g sól 2091 mg | Energia 1965 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 261g cukier 26g białko 88g błonnik28g sól 2091 mg | Energia 1814 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 232 g cukier 15g białko 84g błonnik 32g sól 1966 mg |

| Jadłospis na dzień | | Środa 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 | |
| Alergeny | gluten,mleko, gorczyca ,seler ,soja | gluten,mleko ,gorczyca ,seler,soja | gluten,mleko ,gorczyca,seler,soja | gluten,mleko.,gorczyca seler ,soja | |
| II ŚNIADANIE | Jabłko 150g 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 | |
| Alergeny | gluten,mleko gorczyca,seler, | gluten,mleko gorczyca,seler, | gluten,mleko gorczyca,seler, | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja | |
| PODWIECZOREK | sok buraczany 300 ml | sok buraczany 300 ml | sok buraczany 300 ml | Feta z pomidorem i sałatą (mleko)(6 posiłków) feta 50g zielony ogórek 30g , sałata 10 g ,zielenina | |
| KOLACJA | 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 | |
| Alergeny: | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | |
| II KOLACJA | | | | Jogurt naturalny 150 ml +chrupki (mleko) | |
| Wartość odżywcza | Energia 2397kcal tłuszcze 70g kw.tł.nasyc.28g białko 78gcukry 45g węglowodany 384g błonnik 32 g sól 2200 mg | Energia 2280kcal tłuszcze 66g kw.tł.nasyc.25g białko 74gcukry 41gwęglowodany 334g błonnik 30g sól 2000 mg | Energia 2280kcal tłuszcze 66g kw.tł.nasyc.25g białko 74gcukry 41gwęglowodany 334g błonnik 30g sól 2000 mg | Energia 1888kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc.20g białko 77gcukry 30g węglowodany 274g błonnik 30g sól 1800mg | |

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 |
| | Alergeny | gluten, mleko, seler, gorczyca | gluten, mleko, seler, gorczyca | gluten, mleko, seler, gorczyca |
| II ŚNIADANIE | Mus owocowy 100 g | Mus owocowy 100 g | Mus owocowy 100 g | Mus owocowy 100 g |
| OBIAD | Zupa zacierkowa 350ml porcje rosolowe 20 g wloszczyzna 30g, zacierka 20 g | Zupa zacierkowa 350ml porcje rosolowe 20 g wloszczyzna 30g, zacierka 20 g | Zupa zacierkowa 350ml porcje rosolowe 20 g wloszczyzna 30g, zacierka 20 g | Zupa zacierkowa 300ml porcje rosolowe 20 g wloszczyzna 30g, zacierka 20 g |
| | Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g Kurczak 150 g mieszanka warzywna mrożona 7 skl.50g, mąka 2g śmietana 18 % tł3g przyprawy | Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g Kurczak 150 g mieszanka warzywna mrożona 7 skl.50g, mąka 2g śmietana 18 % tł3g przyprawy | Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g Kurczak 150 g mieszanka warzywna mrożona 7 skl.50g, mąka 2g śmietana 18 % tł3g przyprawy | Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g Kurczak 150 g mieszanka warzywna mrożona 7 skl.50g, mąka 2g śmietana 18 % tł3g przyprawy |
| | Ziemniaki gotowane 180g | Ziemniaki gotowane 180g | Ziemniaki gotowane 180g | Ziemniaki gotowane 180g |
| | Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier 3 g | Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier 3 g | Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier 3 g | Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g cukier 3 g |
| Alergeny | gluten, mleko, gorczyca, seler | gluten, mleko, gorczyca, seler | gluten, mleko, gorczyca, seler | gluten, mleko, gorczyca, seler |
| PODWIECZOREK | Banan 150 g | Banan 150 g | Banan 150 g | Mozzarella z pomidorem 100g(6 posiłków) mozzarella 50g, pomidor 50g oliwa z oliwek 3 g (mleko) |
| 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 |
| Alergeny: | gluten, mleko, gorczyca, seler | gluten, mleko, gorczyca, seler | gluten, mleko, gorczyca, seler | gluten, mleko, gorczyca, seler |
| II KOLACJA | | | | Sok warzywny 300 ml |
| Wartość odżywcza | Energia 2261kcal tłuszcze 67g kw.tł.nasyc.32g białko 82gcukry 42g węglowodany 322g błonnik 30 sód 2001mg | Energia 2261kcal tłuszcze 67g kw.tł.nasyc.32g białko 82gcukry 42g węglowodany 322g błonnik 30 sód 2001mg | Energia 2261kcal tłuszcze 67g kw.tł.nasyc.32g białko 82gcukry 42g węglowodany 322g błonnik 30 sód 2001mg | Energia 2061kcal tłuszcze 57g kw.tł.nasyc.30g białko 78gcukry 35g węglowodany 300g błonnik 30 sód 2001mg |

Jadłospis na dzień piątek 29.05.2026 r

sporządził: Marzanna Drzewiecka

| | Dieta ogólna | Dieta łatwostrawna | Dieta wątrobowa | Dieta cukrzycowa |
|-------------------------|--|--|--|--|
| 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 |
| Alergeny | gluten,mleko ,seler,gorczyca,jaja | gluten,mleko ,seler,gorczyca,jaja | gluten,mleko ,seler,gorczyca | gluten,mleko ,seler,gorczyca,jaja |
| 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 |
| | Alergeny | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja | gluten,mleko gorczyca,seler,jaja |
| PODWIECZOREK | Budyń czekoladowy z musem brzoskwiowym 150 g budyń proszek 10 g , mleko 140 ml ,brzoskwinie 20 g , cukier 3 g | Budyń czekoladowy z musem brzoskwiowym 150 g budyń proszek 10 g , mleko 140 ml ,brzoskwinie 20 g , cukier 3 g | Budyń czekoladowy z musem brzoskwiowym 150 g budyń proszek 10 g , mleko 140 ml ,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 |
| Alergeny: | gluten,mleko gorczyca,seler,ryba | gluten,mleko gorczyca,seler,ryba | gluten,mleko gorczyca,seler,ryba | gluten,mleko gorczyca,seler,ryba |
| II KOLACJA | | | | Budyń czekoladowy z musem brzoskwiowym 150 g budyń proszek 10 g , mleko 140 ml ,brzoskwinie 20 g , cukier 3 g (gluten,mleko) |
| Wartość odżywcza | Energia 2410kcal tłuszcze 84g kw.tł.nasyc.31g białko 77gwęglowodany w tym cukier 386g sól 1492 mg błonnik 23g | Energia 2380kcal tłuszcze 75g kw.tł.nasyc.30g białko 75gwęglowodany w tym cukier 366g sól 1402 mg błonnik 20g | Energia 2380kcal tłuszcze 75g kw.tł.nasyc.30g białko 75gwęglowodany w tym cukier 366g sól 1402 mg błonnik 20g | Energia 1910kcal tłuszcze 65g kw.tł.nasyc.27g białko 70gwęglowodany w tym cukier 306g sól1321 mg błonnik 20g |

Jadłospis na dzień sobota 30.05.2026 r

sporządził: Marzanna Drzewiecka

| | Dieta ogólna | Dieta łatwostrawna | Dieta wątrobowa | Dieta cukrzycowa |
|------------------|---|---|---|---|
| ŚNIADANIE | Platki ryżowe na mleku 300ml płatki ryżowe 20g mleko 2%tł 280ml | Platki ryżowe na mleku 300ml płatki ryżowe 20g mleko 2%tł 280ml | Platki ryżowe na mleku 300ml płatki ryżowe 20g mleko 2%tł 280ml | Platki 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 |
| | Alergeny | gluten, mleko, gorczyca, seler | gluten, mleko, seler, gorczyca | gluten, mleko, seler, gorczyca |
| II ŚNIADANIE | sok marchwiowo-bananowy 300 ml | sok marchwiowo-bananowy 300 ml | sok marchwiowo-bananowy 300 ml | Sok warzywny 300 ml (seler, gorczyca) |
| OBIAD | Pomidorowa z makaronem 350ml porcje rosolowe 20g włoszczyzna 30g, koncentrat pomidorowy 30%30g mąka3g, śmietana 18%tł3g, zielenina, przyprawy, makaron 20g | Pomidorowa z makaronem 350ml porcje rosolowe 20g włoszczyzna 30g, koncentrat pomidorowy 30%30g mąka3g, śmietana 18%tł3g, zielenina, przyprawy, makaron 20g | Pomidorowa z makaronem 350ml porcje rosolowe 20g włoszczyzna 30g, koncentrat pomidorowy 30%30g mąka3g, śmietana 18%tł3g, zielenina, przyprawy, makaron 20g | Pomidorowa z makaronem 300ml porcje rosolowe 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 |
| | Alergeny | gluten, mleko, gorczyca, seler | gluten, mleko, gorczyca, seler | gluten, mleko, gorczyca, seler |
| PODWIECZOREK | Jogurt owocowy 100 ml | jogurt owocowy 100 ml | jogurt owocowy 100 ml | Jogurt naturalny 100 g chrupki (mleko) 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 |
| Alergeny: | gluten, mleko, gorczyca, seler | gluten, mleko, gorczyca, seler | gluten, mleko, gorczyca, seler | gluten, mleko, gorczyca, seler |
| II KOLACJA | | | | Kisiel z wiśnią 150g kisiel proszek 10g, wiśnia 30, słodzik |
| Wartość odżywcza | Energia 2400kcal tłuszcze 79g kw.tł.nasyc.30g białko 77g węglowodany w tym cukier 355g sód 1402 mg błonnik 26g | Energia 2380kcal tłuszcze 85g kw.tł.nasyc.29g białko 74g węglowodany w tym cukier 340g sód 1402 mg błonnik 25g | Energia 2380kcal tłuszcze 85g kw.tł.nasyc.29g białko 74g węglowodany w tym cukier 340g sód 1402 mg błonnik 25g | Energia 1780kcal tłuszcze 60g kw.tł.nasyc.27g białko 70g węglowodany w tym cukier 317g sód 1301 mg błonnik 20g |

Jadłospis na dzień niedziela 31 .05.2026 r

sporządził:Marzanna Drzewiecka

| | Dieta ogólna | Dieta łatwostrawna | Dieta wątrobowa | Dieta cukrzycowa |
|-------------------------|--|--|---|---|
| ŚNIADANIE | Dieta ogólna | Dieta łatwostrawna | Dieta wątrobowa | Dieta cukrzycowa |
| | 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 50gmiód 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 |
| Alergeny | gluten,mleko | gluten,mleko | gluten,mleko | gluten,mleko |
| 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 rosolowe 100g włoszczyzna 40g ,s mąka3g ,makaron nitka 20g | Rosół z makaronem 350ml porcje rosolowe 100g włoszczyzna 40g ,s mąka3g ,makaron nitka 20g | Rosół z makaronem 350ml porcje rosolowe 100g włoszczyzna 40g ,s mąka3g ,makaron nitka 20g | Rosół z makaronem 350ml porcje rosolowe 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 |
| Alergeny | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler |
| 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 |
| Alergeny: | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler | gluten,mleko gorczyca,seler |
| II KOLACJA | | | | Sok warzywny 300 ml (gorczyca,seler) |
| Wartość odżywcza | Energia 2440kcal tłuszcze 77g kw.tł.nasyc.31g białko 79gwęglowodany w tym cukier 350g sól 1302 mg błonnik 26g | Energia 2440kcal tłuszcze 77g kw.tł.nasyc.31g białko 79gwęglowodany w tym cukier 350g sól 1302 mg błonnik 26g | Energia 2440kcal tłuszcze 77g kw.tł.nasyc.31g białko 79gwęglowodany w tym cukier 350g sól 1302 mg błonnik 26g | Energia 1980kcal tłuszcze 69g kw.tł.nasyc.28g białko 72gwęglowodany w tym cukier 337g sól1301 mg błonnik 27g |

