

Jadłospis na dzień		sobota 11.07.2026 r		sporządził : dietetyk -Marzanna Drzewiecka	
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7	
	Płatki ryżowe na mleku 300ml płatki ryżowe 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml płatki ryżowe 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml płatki ryżowe 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml płatki ryżowe 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	
	Parówka na gorąco 120g (2 szt) ketchup 12g dżem 25 g sałata z zielonym ogórkiem 15g	Parówka na gorąco 120g (2 szt) ketchup 12g dżem 25 g sałata z zielonym ogórkiem 15g	Parówka na gorąco 120g (2 szt) ketchup 12g dżem 25 g sałata z zielonym ogórkiem 15g	Parówka na gorąco 120g (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,soja	gluten,mleko ,seler,gorczyca,soja	gluten,mleko ,gorczyca,seler,soja	gluten,mleko ,gorczyca,seler,soja	
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, zieleńka 1g	Zupa krupnik zabieleny z ziemniakami 300ml kasza jęczmienna 20g,włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,ziemniaki 50 g śmietanka 30% tł 3g , ,przyprawy, zieleńka 1g	Zupa krupnik zabieleny z ziemniakami 300ml kasza jęczmienna 20g,włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,ziemniaki 50 g śmietanka 30% tł 3g , ,przyprawy, zieleńka 1g	Zupa krupnik zabieleny z ziemniakami 300ml kasza jęczmienna 20g,włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,ziemniaki 50 g śmietanka 30% tł 3g , ,przyprawy, zieleńka 1g	
	Potrąwka 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	Potrąwka 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	Potrąwka 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	Potrąwka 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 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 2120kcal tłuszcze 78g kw.tł.nasyc.29g węglowodany 266g cukier 26g białko 78g błonnik28g sód 2159 mg	Energia 2065 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 241g cukier 26g białko 78g błonnik28g sód 2159 mg	Energia 2065 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 241g cukier 26g białko 78g błonnik28g sód 2159 mg	Energia 1914 kcal tłuszcze 70g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 232 g cukier 15g białko 74g błonnik 30g sód 1966 mg	

Jadłospis na dzień		niedziela 12.07.2026 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 mozzarella 30 g 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	Sok marchwiowo bananowy 300 ml	Sok marchwiowo bananowy 300 ml	Sok marchwiowo bananowy 300 ml	Sok warzywny 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	
	Schab duszony 100g w sosie 100 ml schab b/kości 120g g ,śmietana 18%tł.3g , mąka 2 g , zielenina 1g olej 3g	Schab duszony 100g w sosie 100 ml schab b/kości 120g g ,śmietana 18%tł.3g , mąka 2 g , zielenina 1g olej 3g	Schab duszony 100g w sosie 100 ml schab b/kości 120g g ,śmietana 18%tł.3g , mąka 2 g , zielenina 1g olej 3g	Schab duszony 100g w sosie 100 ml schab b/kości 120g g ,śmietana 18%tł.3g , mąka 2 g , zielenina 1g olej 3g	
	Kasza gryczana 180g	Kasza gryczana 180g	Kasza gryczana 180g	Kasza gryczana 180g	
	Buraki zasmażane 150 g buraki 150 g , masło 3 g mąka 3 g przyprawy	Buraki zasmażane 150 g buraki 150 g , masło 3 g mąka 3 g przyprawy	Buraki zasmażane 150 g buraki 150 g , masło 3 g mąka 3 g przyprawy	Buraki zasmażane 150 g buraki 150 g , masło 3 g mąka 3 g przyprawy	
		Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,słodzik	
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	
PODWIECZOREK	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	Kisiel z jabłkiem 150 g (6 posiłek)	
KOLACJA	Polędwica sopocka 40g kiełbasa szynkowa 30g zielony ogórek 30g	Polędwica sopocka 40g kiełbasa szynkowa 30g zielony ogórek30g	Polędwica sopocka 40g kiełbasa szynkowa 30g zielony ogórek 30g	Polędwica sopocka 40g zielony ogórek 30g	
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	chleb razowy żytni 60g	
	Masło 10g Herbata z/ c 250 ml herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c 250 m herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c 250ml herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata b/c 250 ml herbata 3g	
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	
II KOLACJA				Budyń czekoladowy z wiśnią 150g mleko 130g budyń czekoladowy 10g ,słodzik wiśnia 10g	
Wartość odżywcza	Energia 2140 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.23g cukry32g węglowodany 370g białko 78g błonnik29g sód 2010mg	Energia 2140 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.23g cukry32g węglowodany 370g białko 78g błonnik29g sód 2010mg	Energia 2140 kcal tłuszcze 72g kw.tł.nasyc.23g cukry32g węglowodany 370g białko 78g błonnik29g sód 2010mg	Energia 1910 kcal tłuszcze 70g kw.tł.nasyc.20g cukry27g węglowodany 360g białko 80 błonnik31g sód 2008mg	

Jadłospis na dzień

Poniedziałek 13.07.2026 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 jabłkiem prażonym 80 g twaróg 40g ,jogurt naturalny10 g , jabłka prażone 30
OBIAD	Zupa ogórkowa 350 ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g ,ogórek kiszony 50g , ziemniaki 50 g , śmietanka 3g, , zieleńina 3 g ,przyprawy	Zupa ogórkowa 350 ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g ,ogórek kiszony 50g , ziemniaki 50 g , śmietanka 3g, , zieleńina 3 g ,przyprawy	Zupa ogórkowa 350 ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g ,ogórek kiszony 50g , ziemniaki 50 g , śmietanka 3g, , zieleńina 3 g ,przyprawy	Zupa ogórkowa 350 ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g ,ogórek kiszony 50g , ziemniaki 50 g , śmietanka 3g, , zieleńina 3 g ,przyprawy
	Gulasz z indyka 200 g ziemniaki gotowane 200 g	Gulasz z indyka 200 g ziemniaki gotowane 200 g	Gulasz z indyka 200 g ziemniaki gotowane 200 g	Gulasz z indyka 200 g ziemniaki gotowane 200 g
	Kalafior z masłem i bułką	Kalafior z masłem i bułką	Kalafior z masłem i bułką	Kalafior z masłem i bułką
	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	Jogurt naturalny 150 g +chrupki
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 2111 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc25g węglowodany 330g cukry 65 białko 79g błonnik 35g sód2000mg	Energia 2111 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc25g węglowodany 330g cukry 65 białko 79g błonnik 35g sód2000mg	Energia 2111 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc25g węglowodany 330g cukry 65 białko 79g błonnik 35g sód2000mg	Energia 2021 kcal tłuszcze 45g kw.tł.nasyc23g węglowodany 310g cukry 45 białko 80g błonnik 37g sód 1990mg

Jadłospis na dzień Wtorek 14.07.2026 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 buraczany 300 ml	Sok buraczany 300 ml	Sok buraczany 300 ml	Sok buraczany 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
	Pulpet 100 g sos koperkowy 100 ml filet z kurczaka 90g , jaja 10g , bułka tarta 3g , przyprawy mąka 3g , śmietana 18% 3g	Pulpet 100 g sos koperkowy 100 ml filet z kurczaka 90g , jaja 10g , bułka tarta 3g , przyprawy mąka 3g , śmietana 18% 3g	Pulpet 100 g sos koperkowy 100 ml filet z kurczaka 90g , jaja 10g , bułka tarta 3g , przyprawy mąka 3g , śmietana 18% 3g	Pulpet 100 g sos koperkowy 100 ml filet z kurczaka 90g , jaja 10g , bułka tarta 3g , przyprawy mąka 3g , śmietana 18% 3g
	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	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	gluten, mleko gorczyca, seler	gluten, mleko gorczyca, seler	gluten, mleko gorczyca, seler
II KOLACJA				Feta 30g z pomidorem 50g , oliwa z oliwek 5g(mleko)
Wartość odżywcza	Energia 2171 kcal tłuszcze 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sód2000mg	Energia 2171 kcal tłuszcze 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sód2000mg	Energia 2171 kcal tłuszcze 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sód2000mg	Energia 1961 kcal tłuszcze 38g kw.tł.nasyc20g węglowodany 310g cukry 40 białko 81g błonnik 38g sód 1992mg

Jadłospis na dzień		środa 16.07.2026 r		sporządził: dietetyk- Marzanna Drzewiecka	
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7	
	Zacierka na mleku 300ml mleko 280 g ,zacierka 20 g	Zacierka na mleku 300ml mleko 280 g ,zacierka 20 g	Zacierka na mleku 300ml mleko 280 g ,zacierka 20 g	Zacierka na mleku 300ml mleko 280 g ,zacierka 20 g	
	Serdelek na gorąco (160g) ketchup saszetka 12g serek tartar 2 szt (40g) zielony ogórek 30 g	Serdelek na gorąco (160g) ketchup saszetka 12g serek tartar 2 szt (40g)) zielony ogórek 30 g	Serdelek na gorąco (160g) ketchup saszetka 12g serek tartar 2 szt (40g)) zielony ogórek 30 g	Serdelek na gorąco (160g) ketchup saszetka 12g) 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 razowy żytni 60g	
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	
	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g,cukier 3g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g,cukier 3g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g,cukier 3g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g, ,słodzik	
Alergeny	gluten,mleko ,seler , gorczyca	gluten,mleko ,seler ,gorczyca	gluten,mleko ,seler , gorczyca	gluten,mleko ,seler , gorczyca	
II ŚNIADANIE	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Budyń waniliowy z musem brzoskwiowym 150 ml budyń 10g mleko 2% tł 130g ,mus brzoskwiowy10 g słodzik	
OBİAD	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g ryż 20 g koncentrat pomidorowy 30% 30g śmietana 30% 3g,mąka 3gzzielenina 1g, przyprawy	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g ryż 20 g koncentrat pomidorowy 30% 30g śmietana 30% 3g,mąka 3gzzielenina 1g, przyprawy	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g ryż 20 g koncentrat pomidorowy 30% 30g śmietana 30% 3g,mąka 3gzzielenina 1g, przyprawy	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 30 g ryż 20 g koncentrat pomidorowy 30% 30g śmietana 30% 3g,mąka 3gzzielenina 1g, przyprawy	
	Kurczak gotowany 180 g w sosie potrawkowym kurczak 180g ,śmietana 18% tł 3g,zielenina 1 olej 3 g	Kurczak gotowany 180 g w sosie potrawkowym kurczak 180g ,śmietana 18% tł 3g,zielenina 1 olej 3 g	Kurczak gotowany 180 g w sosie potrawkowym kurczak 180g ,śmietana 18% tł 3g,zielenina 1 olej 3 g	Kurczak gotowany 180 g w sosie potrawkowym kurczak 180g ,śmietana 18% tł 3g,zielenina 1 olej 3 g	
	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	
	Surówka z białej kapusty colesław 150 g biała kapusta 130 g marchew 5g , jabłko 5 g cebula 3 g , chrzan 2 g śmietanka 30% tł 2 g ,majonez 3g przyprawy	Surówka z kapusty pekińskiej 150 g kapusta pekińska 130 g , marchew 10g , jabłko 10 g , olej 2 g , przyprawy	Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Kapusta pekińska 130 g , marchew 10g , jabłko 10 g , olej 2 g , przyprawy	Surówka z kapusty pekińskiej 150 g kapusta pekińska 130 g , marchew 10g , jabłko 10 g , olej 2 g , przyprawy	
	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g , cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g , cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g , cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g , słodzik	
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	
PODWIECZOREK	Serek wanilinowy 150 ml	Serek wanilinowy 150 ml	Serek wanilinowy 150 ml	Kisiel z jabłkiem 150 g (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 razowy żytni 60g	
	Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3 g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3 g cukier 3 g	Masło 10g Herbata b/c 250 ml herbata 3 g słodzik	
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	
II KOLACJA				Jogurt naturalny 150g chrupki(mleko)	
Wartość odżywcza	Energia 2009 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc27g węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g sód1900mg	Energia 2009 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc27g węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g sód1900mg	Energia 2009 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc27g węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g sód1900mg	Energia 1941 kcal tłuszcze 28g kw.tł.nasyc19g węglowodany 306g cukry 33g białko 76g błonnik 35g sód 1892mg	

Jadłospis na dzień		czwartek 16.07.2026 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 serek tartar 40 g sałata z zieleniną 15 g	Ser żółty 40 g miód 25 g serek tartar 40 g sałata z zieleniną 15 g	Szynka drobiowa 40 g serek tartar 20 g serek tartar 40 g sałata z zieleniną 15g	Ser żółty 40 g serek tartar 40 g sałata 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 /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 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)	
OBİAD	Zupa fasolowa z zacierką 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , fasola 50g , zacierka 20g ,boczek wędzony 10g , cebula 3g ,przyprawy	Zupa koperkowa 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , ziemniaki 100g , mąka 3g śmietana 18% tł 3g	Zupa koperkowa 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , ziemniaki 100g , mąka 3g śmietana 18% tł 3g	Zupa koperkowa 300ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , ziemniaki 100g , mąka 3g śmietana 18% tł 3g	
	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 gryczana na sypko gotowana 100 g	Kasza gryczana na sypko gotowana 100 g	Kasza gryczana ma sypko gotowana 100 g	Kasza gryczana 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,seler,jaja	
PODWIECZOREK	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g	Mus owocowy 100 g (6 posiłków)	
KOLACJA	Kiełbasa szynkowa 40g polędwica z warzywami 30g kiszony ogórek 30g	Kiełbasa szynkowa 40g polędwica z warzywami 30g kiszony ogórek 30g	Kiełbasa szynkowa 40g polędwica z warzywami 30g pomidorki 30	Kiełbasa szynkowa 40g kiszony ogórek 30g	
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	chleb razowy żytni 60g	
	Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3g cukier 3g	Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3g cukier 3g	Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3g cukier 3g	Masło 10g Herbata b/c 250 ml słodzik	
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	
II KOLACJA				Kalafior z szynką i majonezem 150 g kalafior 120 g , szynka 20 g , majonez10,zielenina	
Wartość odżywcza	Energia 2099 kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 42 białko 75g błonnik 38g sód1930mg	Energia 2099 kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 42 białko 75g błonnik 38g sód1930mg	Energia 2099 kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 42 białko 75g błonnik 38g sód1930mg	Energia 1899 kcal tłuszcze 43g kw.tł.nasyc27g węglowodany 343g cukry 32 białko 70g błonnik 38g sód1930mg	

Jadłospis na dzień piątek 17.05.2026 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
Alergeny	gluten,mleko,gorczyca,jaja	gluten,mleko,gorczyca,jaja	gluten,mleko,gorczyca,soja,seler	gluten,mleko,gorczyca,jaja
II ŚNIADANIE	Jogurt owocowy 100g	Jogurt owocowy 100g	Jogurt owocowy 100g	Budyń czekoladowy z wiśnią 150g budyń czekoladowy 10 g mleko 140g,c wiśnia mrożona 10 g słodzik
OBIAD	Żurek z pulpecikami 350 ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , szynka 90g ,bułka tarta 3g, jaja 3 g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g	Żurek z pulpecikami 350 ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , szynka 90g ,bułka tarta 3g, jaja 3 g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g	Ziemniaczana z pulpecikami 350 ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , szynka 90g ,bułka tarta 3g, jaja 3 g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g	Żurek z pulpecikami 350 ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , szynka 90g ,bułka tarta 3g, jaja 3 g ,śmietanka 5g , mąka 3g ,przyprawy ,zielenina 1g
	Makaron z twarogiem i truskawkami makaron 80 g , twaróg 100 g , śmietana 18% tł truskawka 100g ,cukier 3 g	Makaron z twarogiem i truskawkami makaron 80 g , twaróg 100 g , śmietana 18% tł truskawka 100g ,cukier 3 g	Makaron z twarogiem i truskawkami makaron 80 g , twaróg 100 g , śmietana 18% tł truskawka 100g ,cukier 3 g	Makaron z twarogiem i truskawkami makaron 80 g , twaróg 100 g , śmietana 18% tł truskawka 100g ,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	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g słodzik
	Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK	Budyń czekoladowy z wiśnią 150g budyń czekoladowy 10 g mleko 140g,cukier 3 g wiśnia mrożona 10 g	Budyń czekoladowy z wiśnią 150g budyń czekoladowy 10 g mleko 140g,cukier 3 g wiśnia mrożona 10 g	Budyń czekoladowy z wiśnią 150g budyń czekoladowy 10 g mleko 140g,cukier 3 g wiśnia mrożona 10 g	Jabłko pieczone z cynamonem 150 g (6 posiłek)
KOLACJA	Kiełbasa szynkowa 40 g ser wędzony 30g, zielony ogórek 30 g	Kiełbasa szynkowa 40 g ser wędzony 30g zielony ogórek 30 g	Kiełbasa szynkowa 40 g szynka tyrolska30g pomidorki 30 g	Kiełbasa szynkowa 40 g 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 2110 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 47g białko 75g błonnik 38g sól1930mg	Energia 2110 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 47g białko 75g błonnik 38g sól1930mg	Energia 2110 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 47g białko 75g błonnik 38g sól1930mg	Energia 1909 kcal tłuszcze 38g kw.tł.nasyc26g węglowodany 300g cukry 27g białko 70g błonnik 28g sól1830mg

Jadłospis na dzień sobota 18.07.2026 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
	Parówka 160g,ketchup 12 g serek tartar 40g pomidorki 30 g	Parówka 160g,ketchup 12 g serek tartar 40g pomidorki 30 g	Parówka 160g,ketchup 12 g serek tartar 40g pomidorki 30 g	Parówka 160g,ketchup 12 g serek tartar 40g pomidorki 30 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 10 g cukier 3g	kawa zbożowa z/c 250ml awa zbożowa 10 g cukier 3g	kawa zbożowa z/c 250ml awa zbożowa 10 g cukier 3g	kawa zbożowa b/c 250ml awa zbożowa 10 g cukier 3g
Alergeny	gluten,mleko,	gluten,mleko,	gluten,mleko,	gluten,mleko
II ŚNIADANIE	Jogurt owocowy 100 g	Jogurt owocowy 100 g	Jogurt owocowy 100 g	Jogurt naturalny 150 ml (mleko)
OBIAD	Zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 350 ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , przyprawy, zielenina 2g zielony groszek 20 g ,śmietana 18%tł 3gmałka 3 g	Zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 350 ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , przyprawy, zielenina 2g zielony groszek 20 g ,śmietana 18%tł 3gmałka 3 g	Zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 350 ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , przyprawy, zielenina 2g zielony groszek 20 g ,śmietana 18%tł 3gmałka 3 g	Zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 350 ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , przyprawy, zielenina 2g zielony groszek 20 g ,śmietana 18%tł 3gmałka 3 g
	Risotto z mięsem i warzywami 200g sos pomidorowy 100 ml	Risotto z mięsem i warzywami 200g sos pomidorowy 100 ml	Risotto z mięsem i warzywami 200g sos pomidorowy 100 ml	Risotto z mięsem i warzywami 200g sos pomidorowy 100 ml
	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	Banan 150 g	Banan 150 g	Banan 150 g	Mus owocowy 100 ml (6 posilek)
KOLACJA	Paszтет pieczony 40g szynka konserwowa 30g ogórek kiszony 30 g	Paszтет pieczony 40g szynka konserwowa 30g ogórek kiszony 30 g	Szynka drobiowa 40g szynka konserwowa 30g ogórek zielony 30 g	Paszтет pieczony 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 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 2145 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc31g węglowodany 370g cukry 49g białko 70g błonnik 38g sól1924mg	Energia 2145 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc31g węglowodany 370g cukry 49g białko 70g błonnik 38g sól1924mg	Energia 2145 kcal tłuszcze 49g kw.tł.nasyc31g węglowodany 370g cukry 49g białko 70g błonnik 38g sól1924mg	Energia 2009 kcal tłuszcze 37g kw.tł.nasyc25g węglowodany 330g cukry 25g białko 69g błonnik 28g sól1850mg

Jadłospis na dzień niedziela 19.07.2026 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 ml kasza jaglana 20 g	Kasza jaglana na mleku 300ml mleko 280 ml kasza jaglana 20 g	Kasza jaglana na mleku 300ml mleko 280 ml kasza jaglana 20 g	Kasza jaglana na mleku 300ml mleko 280 ml kasza jaglana 20 g
	Jajko gotowane ze szczypiorkiem mozzarella 30 g sałata lodowa 2g ,zielony ogórek 20 g	Jajko gotowane ze szczypiorkiem mozzarella 30 g sałata lodowa 2g ,zielony ogórek 20 g	Twaróg 40 g dżem 25 g zielony ogórek 30g	Jajko gotowane ze szczypiorkiem mozzarella 30 g sałata lodowa 2g ,zielony ogórek 20 g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa b/c 250ml kawa zbożowa 10g słodzik
Alergeny	gluten,mleko,jaja	gluten,mleko,jaja	gluten,mleko,	gluten,mleko,jaja
II ŚNIADANIE	Sok buraczany 300 ml	Sok buraczany 300 ml	Sok buraczany 300 ml	Kisiel z jabłkiem 150 g
OBIAD	Rosół z makaronem 350ml porcje rosółowe 50g , włoszczyzna 30 g ,makaron nitka 20 g , przyprawy	Rosół z makaronem 350ml porcje rosółowe 50g , włoszczyzna 30 g ,makaron nitka 20 g , przyprawy	Rosół z makaronem 350ml porcje rosółowe 50g , włoszczyzna 30 g ,makaron nitka 20 g , przyprawy	Rosół z makaronem 350ml porcje rosółowe 50g , włoszczyzna 30 g ,makaron nitka 20 g , przyprawy
	Potrawka z kurczaka 250 g kurczak 100g , mąka 3 g ,śmietana 18 tl.3g przyprawy ,zielenina 2 g	Potrawka z kurczaka 250 g kurczak 100g , mąka 3 g ,śmietana 18 tl.3g przyprawy ,zielenina 2 g	Potrawka z kurczaka 250 g kurczak 100g , mąka 3 g ,śmietana 18 tl.3g przyprawy ,zielenina 2 g	Potrawka z kurczaka 250 g kurczak 100g , mąka 3 g ,śmietana 18 tl.3g przyprawy ,zielenina 2 g
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Marchewka baby z masłem i bułką 150 g	Marchewka baby z masłem i bułką 150 g	Marchewka baby z masłem i bułką 150 g	Marchewka baby z masłem i bułką 150 g
	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30g słodzik
Alergeny	Mleko,gluten, seler,gorczyca,	Mleko,gluten, seler,gorczyca	Mleko,gluten, seler,gorczyca,	Mleko,gluten, seler,gorczyca
PODWIECZOREK	Arbuz 150 g ,herbatniki 50 g	Arbuz 150 g ,herbatniki 50 g	Arbuz 150 g ,herbatniki 50 g	Sok warzywny 300 ml
KOLACJA	Polędwica sopocka 40g kielbasa żywiecka 30 g pomidorki 30 g	Polędwica sopocka 40g kielbasa żywiecka 30 g pomidorki 30 g	Polędwica sopocka 40g kielbasa żywiecka 30 g pomidorki 30 g	Polędwica sopocka 40g pomidorki 30 g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata b/c
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja
II KOLACJA				Jogurt naturalny 150 g +chrupki kukurydziane (mleko)
Wartość odżywcza	Energia 2020kcal tłuszcze 51g kw.ł.nasyc38g węglowodany 380g cukry 51g białko 89g błonnik 39g sól2024mg	Energia 2000 kcal tłuszcze 49g kw.ł.nasyc36g węglowodany 378g cukry 49g białko 79g błonnik 38g sól2024mg	Energia 2000kcal tłuszcze 49g kw.ł.nasyc36g węglowodany 378g cukry 49g białko 79g błonnik 38g sól 2024mg	Energia 1980 kcal tłuszcze 40g kw.ł.nasyc30g węglowodany 358g cukry 38g białko 80g błonnik 40g sól1990mg

Jadłospis na dzień poniedziałek 20.07.2026 r

sporządził : dietetyk Marzanna Drzewiecka

	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7
ŚNIADANIE	Platki owsiane na mleku 300ml mleko 280 ml , płatki owsiane 20 g	Platki owsiane na mleku 300ml mleko 280 ml , płatki owsiane 20 g	Platki owsiane na mleku 300ml mleko 280 ml , płatki owsiane 20 g	Platki owsiane na mleku 300ml mleko 280 ml , płatki owsiane 20 g
	Twaróg ze szczypiorkiem 50 g ,miód 25 g zielony ogórek	Twaróg ze szczypiorkiem 50 g ,miód 25 g zielony ogórek	Twaróg ze szczypiorkiem 50 g ,miód 25 g zielony ogórek	Twaróg ze szczypiorkiem 50 g ,miód 25 g zielony ogórek
	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	gluten,mleko	gluten,mleko
II ŚNIADANIE	Jogurt owocowy 100 g	Jogurt owocowy 100 g	Jogurt owocowy 100 g	Mus owocowy 100 ml
OBIAD	Barszcz czerwony 350 ml porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g , buraki 50g, mąka3 g śmietanka 30 % tł 3g ,zielenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy	Barszcz czerwony 350 ml porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g , buraki 50g, mąka3 g śmietanka 30 % tł 3g zielenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy	Barszcz czerwony 350 ml porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g , buraki 50g, mąka3 g śmietanka 30 % tł 3g zielenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy	Barszcz czerwony 350 ml porcje rosółowe 30 g włoszczyzna 30 g , buraki 50g, mąka3 g śmietanka 30 % tł 3g zielenina 3 g ziemniaki 100 g , przyprawy
	Kotlet schabowy panierowany 120g schab 110g , bułka 3 g , mąka 2 g , jajko 3 g , olej 3 g ziemniaki gotowane 200 g	Schab duszony 100g w sosie koperkowym 100 ml schab 110g mąka 3 g , śmietana 18%tł.3g zielenina,olej 2 g	Schab duszony 100g w sosie koperkowym 100 ml schab 110g mąka 3 g , śmietana 18%tł.3g zielenina,olej 2 g	Schab duszony 100g w sosie koperkowym 100 ml schab 110g mąka 3 g , śmietana 18%tł.3g zielenina,olej 2 g
	Marchewka z groszkiem oprószana 150g marchewka z groszkiem 150g , mąka 3 g , masło 3 g	Marchewka z groszkiem oprószana 150g marchewka z groszkiem 150g , mąka 3 g , masło 3 g	Marchewka z groszkiem oprószana 150g marchewka z groszkiem 150g , mąka 3 g , masło 3 g	Marchewka z groszkiem oprószana 150g marchewka z groszkiem 150g , mąka 3 g , masło 3 g
	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 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,	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK	Kisiel z truskawkami 150g kisiel 10 g truskawki 30 g cukier 3 g	Kisiel z truskawkami 150g kisiel 10 g truskawki 30 g cukier 3 g	Kisiel z truskawkami 150g kisiel 10 g truskawki 30 g cukier 3 g	Kisiel z truskawkami 150g(6 posiłek) kisiel 10 g truskawki 30 g słodzik
KOLACJA	Pasztetowa 40g , kiełbasa szynkowa 30g pomidorki 20g , kiszony ogórek 20g	pasztetowa40g , kiełbasa szynkowa 30g pomidorki 20 g ogórek kiszony 20 g	kiełbasa szynkowa 40g szynka drobiowa 30g pomidorki 30 g	kiełbasa szynkowa 40g pomidorki 20 g ogórek kiszony 20 g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c herbata 3 g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c herbata 3 g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c herbata 3 g cukier 3 g	Masło 10g Herbata b/c herbata 3 g słodzik
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja
II KOLACJA				Feta z pomidorem i szczypiorem 120g(mleko)
Wartość odżywcza	Energia 2120kcal tłuszcze 41g kw.tł.nasyc28g węglowodany 340g cukry 41g białko 79g błonnik 39g sól1824mg	Energia 2120kcal tłuszcze 41g kw.tł.nasyc28g węglowodany 340g cukry 41g białko 79g błonnik 39g sól1824mg	Energia 2120kcal tłuszcze 38g kw.tł.nasyc27g węglowodany 338g cukry 38g białko 76g błonnik 39g sól1824mg	Energia 2010 kcal tłuszcze 33g kw.tł.nasyc26g węglowodany 328g cukry 28g białko 70g błonnik 36g sól1810mg

Jadłospis na dzień wtorek 21.07.2026 r		sporządził : dietetyk -Marzanna Drzewiecka		
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7
	Kasza manna na mleku 300ml kasza manna 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	Kasza manna na mleku 300ml kasza manna 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	Kasza manna na mleku 300ml kasza manna 20 g ,mleko 2%tł 280 ml	Kasza manna na mleku 300ml kasza manna 20 g ,mleko 2%tł 280 ml
	Ser żółty 40g serek tartar 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 Masło 10g	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
	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3g	kawa zbożowa b/c 250ml
Alergeny	gluten,mleko	gluten,mleko ,	gluten,mleko	gluten,mleko
II ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 150 g	Jogurt naturalny 150 g	Jogurt naturalny 150 g	Budyń czekoladowy z musem brzoskwinowym 130 g mleko 140 g budyń proszek 10 g ,brzoskwinie 20 g
OBIAD	Pieczarkowa z makaronem 300ml pieczarka 50g, włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,makaron 20g , śmietanka 30% tł 3g , mąka 3 g ,przyprawy, zieleńka 1g	Pieczarkowa z makaronem 300ml pieczarka 50g, włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,makaron 20g , śmietanka 30% tł 3g , mąka 3 g ,przyprawy, zieleńka 1g	Pieczarkowa z makaronem 300ml pieczarka 50g, włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,makaron 20g , śmietanka 30% tł 3g , mąka 3 g ,przyprawy, zieleńka 1g	Pieczarkowa z makaronem 300ml pieczarka 50g, włoszczyzna 20g,porcje rosółowe 20g,makaron 20g , śmietanka 30% tł 3g , mąka 3 g ,przyprawy, zieleńka 1g
	Pulpet drobiowy gotowany 100 g sos koperkowy 50g mięso szynka wp. 100 g , jaja 5 g , bułka tarta 5g , cebula 1 g przyprawy , smalec 3 g ,koper 3 g ,mąka 1g, śmietana 18% tł 2g	Pulpet drobiowy gotowany 100 g sos koperkowy 50g mięso szynka wp. 100 g , jaja 5 g , bułka tarta 5g , cebula 1 g przyprawy , smalec 3 g ,koper 3 g ,mąka 1g, śmietana 18% tł 2g	Pulpet drobiowy gotowany 100 g sos koperkowy 50gmięso szynka wp. 100 g , jaja 5 g , bułka tarta 5g , cebula 1 g przyprawy , smalec 3 g ,koper 3 g ,mąka 1g, śmietana 18% tł 2g	Pulpet drobiowy gotowany 100 g sos koperkowy 50g mięso szynka wp. 100 g , jaja 5 g , bułka tarta 5g , cebula 1 g przyprawy , smalec 3 g ,koper 3 g ,mąka 1g, śmietana 18% tł 2g
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Fasolka szparagowa gotowana z masłem i bułką150g (masło 2 g,bułka .tarta 2g)	Fasolka szparagowa gotowana z masłem i bułką150g (masło 2 g,bułka .tarta 2g)	Fasolka szparagowa gotowana z masłem i bułką150g(masło 2g bułka tarta 2g	Fasolka szparagowa gotowana z masłem i bułką150gmasło 2 g,bułka tarta 2g)
	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożonka 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożonka 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożonka 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml b/c mieszanka owocowa mrożona 30g-słodzik
	Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
PODWIECZOREK	Budyń czekoladowy z musem brzoskwinowym 130 g mleko 140 g budyń proszek 10 g ,brzoskwinie 20 g	Budyń czekoladowy z musem brzoskwinowym 130 g mleko 140 g budyń proszek 10 g ,brzoskwinie 20 g	Budyń czekoladowy z musem brzoskwinowym 130 g mleko 140 g budyń proszek 10 g ,brzoskwinie 20 g	Mus owocowy 100 g(6 posiłków)
KOLACJA	szynka drobiowa 40g pasztetowa 30g papryka konserwowa 30g	szynka drobiowa 40g kiełbasa szynkowa 30g pomidorki 30 g	szynka drobiowa 40g polędwica sopocka 30g pomidorki 30g	szynka drobiowa 40g pomidorki 30g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb baltonowski 50g chleb graham 50g	chleb razowy żytni 50g
	Masło 10g Herbata z/c 250ml herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c 250 ml herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata b/c 250 ml herbata 3g słodzik
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Kisiel z jabłkiem 150g b/c - słodzik
Wartość odżywcza	Energia 2020kcal tłuszcze 78g kw.tł.nasyc.29g węglowodany 266g cukier 26g białko 88g błonnik28g sól 2259 mg	Energia 2020 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 261g cukier 26g białko 88g błonnik28g sól 2091 mg	Energia 2020 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 261g cukier 26g białko 88g błonnik28g sól 2091 mg	Energia 2000 kcal tłuszcze 74g kw.tł.nasyc.26g węglowodany 232 g cukier 15g białko 84g błonnik 32g sól 1966 mg

Jadłospis na dzień środa 22.07.2026 r

sporządził :dietetyk-Marzanna Drzewiecka

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	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	mozzarella 50 g pomidorki 30g miód 25 g	Pasztecik drobiowy 1 szt pomidorki
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g ,cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa b/c 250ml kawa zbożowa 10g
	Alergeny	gluten,mleko. gorczyca ,seler ,soja	gluten,mleko ,gorczyca ,seler,soja	gluten,mleko ,gorczyca,seler,soja
II ŚNIADANIE	Sok warzywny 300 ml	Sok warzywny 300 ml	Sok warzywny 300 ml	Sok warzywny 300 ml
OBIAD	Szczawiowa z jajkiem 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g szczaw 50 g ,mąka 3 g ,śmietana 18% tł 3g , jajko 50 g przyprawy	Szczawiowa z jajkiem 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g szczaw 50 g ,mąka 3 g ,śmietana 18% tł 3g , jajko 50 g przyprawy	Kasza manna na rosole 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g , przyprawy	Szczawiowa z jajkiem 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g szczaw 50 g ,mąka 3 g ,śmietana 18% tł 3g , jajko 50 g przyprawy
	Gulasz drobiowy 250ml filet drobiowy 100 g , mąka 3g,śmietana 18%tł 3g ,cebula 3g,przyprawy,zielenina 2 g	Gulasz drobiowy 250ml filet drobiowy 100 g , mąka 3g,śmietana 18%tł 3g ,cebula 3g,przyprawy,zielenina 2 g	Gulasz drobiowy 250ml filet drobiowy 100 g , mąka 3g,śmietana 18%tł 3g ,cebula 3g,przyprawy,zielenina 2 g	Gulasz drobiowy 250ml filet drobiowy 100 g , mąka 3g,śmietana 18%tł 3g ,cebula 3g,przyprawy,zielenina 2 g
	Kasza jęczmienna 180g	Kasza jęczmienna 180g	Kasza jęczmienna 180g	Kasza jęczmienna 180g
	Kalafior z masłem i bułką 150g kalafior 150g masło 3g , bułka tarta 3 g	Kalafior z masłem i bułką 150g kalafior 150g masło 3g , bułka tarta 3 g	Kalafior z masłem i bułką 150g kalafior 150g masło 3g , bułka tarta 3 g	Kalafior z masłem i bułką 150g kalafior 150g 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,	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
PODWIECZOREK	Mus owocowy 100 g biszkopty 50 g	Mus owocowy 100 g biszkopty 50 g	Mus owocowy 100 g biszkopty 50 g	Feta z pomidorem i sałatą (mleko)(6 posiłków) feta 50g zielony ogórek 30g , sałata 10 g ,zielenina
KOLACJA	Polędwica sopocka 40g kielbasa szynkowa 30g zielony ogórek 30g	Polędwica sopocka 40g kielbasa szynkowa 30g zielony ogórek30g	Polędwica sopocka 40g kielbasa szynkowa 30g zielony ogórek 30g	Polędwica sopocka 40g zielony ogórek 30g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/ c herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c herbata 3g cukier 3 g	Masło 10g Herbata b/c herbata 3g
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Brzoskwinia z jogurtem i orzechami 150g orzechy włoskie 10 g brzoskwinie 100 g jogurt naturalny40g
Wartość odżywcza	Energia 2177kcal tłuszcze 70g kw.tł.nasyc.28g białko 78gcukry 45g węglowodany 344g sód 2032g	Energia 2150kcal tłuszcze 66g kw.tł.nasyc.25g białko 74gcukry 41gwęglowodany 334g sód 2032g	Energia 2150kcal tłuszcze 66g kw.tł.nasyc.25g białko 74gcukry 41gwęglowodany 334g sód 2032g	Energia 1988kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc.20g białko 77gcukry 30g węglowodany 274g sód 1988mg

Jadłospis na czwartek 23.07.2026 r

sporządził :Marzanna Drzewiecka

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280ml, płatki owsiane 20 g	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280ml, płatki owsiane 20 g	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280ml, płatki owsiane 20 g	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280ml, płatki owsiane 20 g
	Twaróg ze szczypiorkiem 50g, twaróg 45 g śmietana 18% tł 5 g .miód 25g zielony ogórek 30 g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g, twaróg 45 g śmietana 18% tł 5 g .miód 25g zielony ogórek 30 g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g, twaróg 45 g śmietana 18% tł 5 g .miód 25g zielony ogórek 30 g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g, twaróg 45 g śmietana 18% tł 5 g zielony ogórek 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 fasolowa z zacierką 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g, zacierka 20 g fasola 50g	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
	Kotlet mielony panierowany szynka 100 g jaja 3 g, bułka tarta 5 g, olej 5 g przyprawy	Pulpet 100g, sos koperkowy 100 ml szynka 100g, jaja 3 g, bułka tarta 3 g, mąka 3 g, śmietana 18% tł 3 g, koper 2 g, przyprawy	Pulpet 100g, sos koperkowy 100 ml szynka 100g, jaja 3 g, bułka tarta 3 g, mąka 3 g, śmietana 18% tł 3 g, koper 2 g, przyprawy	Pulpet 100g, sos koperkowy 100 ml szynka 100g, jaja 3 g, bułka tarta 3 g, mąka 3 g, śmietana 18% tł 3 g, koper 2 g, przyprawy
	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g	Ziemniaki gotowane 180g
	Buraczki z jabłkiem i olejem 150 g buraki 130 g jabłka 20 g, olej 2 g, przyprawy	Buraczki z jabłkiem i olejem 150 g buraki 130 g jabłka 20 g, olej 2 g, przyprawy	Buraczki z jabłkiem i olejem 150 g buraki 130 g jabłka 20 g, olej 2 g, przyprawy	Buraczki z jabłkiem i olejem 150 g buraki 130 g jabłka 20 g, olej 2 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 cukier 3 g
Alergeny	gluten, mleko, gorczyca, seler, jaja	gluten, mleko, gorczyca, seler, jaja	gluten, mleko, gorczyca, seler, jaja	gluten, mleko, gorczyca, seler, jaja
PODWIECZOREK	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 30g pomidorki 30g	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				Jogurt naturalny 150 g + chrupki (mleko)
Wartość odżywcza	Energia 2161kcal tłuszcze 67g kw.tł.nasyc.32g białko 82g cukry 42g węglowodany 322g błonnik 30g sód 2001mg	Energia 2101kcal tłuszcze 67g kw.tł.nasyc.32g białko 82g cukry 42g węglowodany 312g błonnik 30g sód 2001mg	Energia 2101kcal tłuszcze 67g kw.tł.nasyc.32g białko 82g cukry 42g węglowodany 32g błonnik 30g sód 2001mg	Energia 2061kcal tłuszcze 57g kw.tł.nasyc.30g białko 78g cukry 35g węglowodany 300g błonnik 30g sód 2001mg

Jadłospis na piątek 24.07.2026 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 balonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g Masło 10g	Chleb balonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g	Chleb balonowski 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		serek wanilinowy 150 g	serek wanilinowy 150 g	serek wanilinowy 150 g	Jogurt naturalny 150 ml
OBIAD	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe 20 g, włoszczyzna 20g, kalafior 50g, mąka 3 g, śmietana 18%tł 3g, zielenina 2 g, ziemniaki 50 g przyprawy	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe 20 g, włoszczyzna 20g, kalafior 50g, mąka 3 g, śmietana 18%tł 3g, zielenina 2 g, ziemniaki 50 g przyprawy	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe 20 g, włoszczyzna 20g, kalafior 50g, mąka 3 g, śmietana 18%tł 3g, zielenina 2 g, ziemniaki 50 g przyprawy	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe 20 g, włoszczyzna 20g, kalafior 50g, mąka 3 g, śmietana 18%tł 3g, zielenina 2 g, ziemniaki 50 g przyprawy	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe 20 g, włoszczyzna 20g, kalafior 50g, mąka 3 g, śmietana 18%tł 3g, zielenina 2 g, ziemniaki 50 g przyprawy
	Ryba w sosie greckim ryba 100g, olej 5g, włoszczyzna 100 g, konc. pomidorowy 30%, zielenina przyprawy Ziemniaki gotowane 180 g	Ryba w sosie greckim ryba 100g, olej 5g, włoszczyzna 100 g, konc. pomidorowy 30%, zielenina przyprawy Ziemniaki gotowane 180 g	Ryba w sosie greckim ryba 100g, olej 5g, włoszczyzna 100 g, konc. pomidorowy 30%, zielenina przyprawy Ziemniaki gotowane 180 g	Ryba w sosie greckim ryba 100g, olej 5g, włoszczyzna 100 g, konc. pomidorowy 30%, zielenina przyprawy Ziemniaki gotowane 180 g	Ryba w sosie greckim ryba 100g, olej 5g, włoszczyzna 100 g, konc. pomidorowy 30%, zielenina przyprawy 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	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30 g słodzik
Alergeny		gluten, mleko, gorczyca, seler, ryba	gluten, mleko, gorczyca, seler, ryba	gluten, mleko, gorczyca, seler, ryba	gluten, mleko, gorczyca, sele, rybar
PODWIECZOREK		Galaretka jogurtowa z truskawkami 150 g galaretka proszek 10 g, jogurt naturalny 120 g, truskawka 30 g, cukier 3 g	Galaretka jogurtowa z truskawkami 150 g galaretka proszek 10 g, jogurt naturalny 120 g, truskawka 30 g, cukier 3 g	Galaretka jogurtowa z truskawkami 150 g galaretka proszek 10 g, jogurt naturalny 120 g, truskawka 30 g, cukier 3 g	Mus owocowy 100 g (6 posiłków)
KOLACJA	Ser wędzony 40g szynka mielona 30g pomidorki 30 g	Ser wędzony 40g szynka mielona 30g pomidorki	Ser wędzony 40g szynka mielona 30g pomidorki	Szynka konserwowa 40g szynka mielona 30g pomidorki	Szynka konserwowa 40g pomidorki
	Chleb balonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb balonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb balonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb balonowski 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 z/c 50g	Masło 10g Herbata b/c
Alergeny:		gluten, mleko, gorczyca, seler	gluten, mleko, gorczyca, seler	gluten, mleko, gorczyca, seler	gluten, mleko, gorczyca, seler
II KOLACJA					Galaretka jogurtowa z truskawkami 150 g galaretka proszek 10 g, jogurt naturalny 120 g, truskawka 30 g, słodzik 3 g
Wartość odżywcza		Energia 2410kcal tłuszcze 84g kw.tł.nasyc.31g białko 77g węglowodany 311g cukier 42g błonnik 23g sód 1492 mg	Energia 2380kcal tłuszcze 75g kw.tł.nasyc.30g białko 75g węglowodany 300g cukier 39g błonnik 20g sód 1402 mg	Energia 2380kcal tłuszcze 75g kw.tł.nasyc.30g białko 75g węglowodany 300g cukier 38g błonnik 20g sód 1402 mg	Energia 1910kcal tłuszcze 65g kw.tł.nasyc.27g białko 70g węglowodany 289g cukier 31g błonnik 20g sód 1321 mg

Jadłospis na sobota 25.07.2026 r

sporządził: Marzanna Drzewiecka

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	Platki jęczmienne na mleku 300ml platki jęczmienne 20g mleko 2%tł 280ml	Platki jęczmienne na mleku 300ml platki jęczmienne 20g mleko 2%tł 280ml	Platki jęczmienne na mleku 300ml platki jęczmienne 20g mleko 2%tł 280ml	Platki jęczmienne na mleku 300ml platki jęczmienne 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, soja	gluten, mleko, seler, gorczyca, soja	gluten, mleko, seler, gorczyca, soja
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 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
	Kurczak gotowany 180g w sosie potrawkowym 100 ml kurczak 180g mąka 6g ,olej 5g , śmietana 18% tł 5 g zielenina , przyprawy	Schab duszony 100 g w sosie pieczarkowym 100 ml schab b/kości 110/120g mąka 6g ,olej 5g pieczarka 50g , śmietana 18% tł 5 g zielenina , przyprawy	Schab duszony 100 g w sosie pieczarkowym 100 ml schab b/kości 110/120g mąka 6g ,olej 5g pieczarka 50g , śmietana 18% tł 5 g zielenina , przyprawy	Schab duszony 100 g w sosie pieczarkowym 100 ml schab b/kości 110/120g mąka 6g ,olej 5g pieczarka 50g , śmietana 18% tł 5 g zielenina , przyprawy
	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g
	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 150 g fasolka szparagowa mrożona 150g bułka 3 g masło 3g	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 150 g fasolka szparagowa mrożona 150g bułka 3 g masło 3g	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 150 g fasolka szparagowa mrożona 150g bułka 3 g masło 3g	Fasolka szparagowa z bułką i masłem 150 g fasolka szparagowa mrożona 150g bułka 3 g masło 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 cukier 3 g
	Alergeny	gluten, mleko gorczyca, seler	gluten, mleko gorczyca, seler	gluten, mleko gorczyca, seler
PODWIECZOREK	Kisiel z wiśnią 150g kisiel proszek 10g , wiśnia 30 , cukier 3 g	Kisiel z wiśnią 150g kisiel proszek 10g , wiśnia 30 , cukier 3 g	Kisiel z wiśnią 150g kisiel proszek 10g , wiśnia 30 , cukier 3 g	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 77gwęglowodany 355g cukier 35 g mg błonnik 26gsód 1702 mg	Energia 2400kcal tłuszcze 79g kw.tł.nasyc.30g białko 77gwęglowodany 355g cukier 35 g mg błonnik 26gsód 1702 mg	Energia 2400kcal tłuszcze 79g kw.tł.nasyc.30g białko 77gwęglowodany 355g cukier 35 g mg błonnik 26gsód 1702 mg	Energia 1780kcal tłuszcze 60g kw.tł.nasyc.27g białko 70gwęglowodany317g cukier 29g błonnik 20gsód1301 mg

Jadłospis na niedziela 26 .07.2026 r

sporządził:Marzanna Drzewiecka

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	zacierka na mleku 300ml zacierka 20g mleko 2%tł 280ml	zacierka na mleku 300ml zacierka 20g mleko 2%tł 280ml	zacierka na mleku 300ml zacierka 20g mleko 2%tł 280ml	zacierka na mleku 300ml zacierka 20g mleko 2%tł 280ml
	Twaróg ze szczypiorkiem 50g.miód 25g, sałata lodowa z zielonym ogórkiem 30 g twaróg 40g jogurt naturalny 5g śmietana 18%tł 3g,szczypior2g miód 25g, sałata lodowa 15g, zielony ogórek 15 g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g.miód 25g, sałata lodowa z zielonym ogórkiem 30 g twaróg 40g jogurt naturalny 5g śmietana 18%tł 3g,szczypior2g miód 25g, sałata lodowa 15g, zielony ogórek 15 g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g.miód 25g, sałata lodowa z zielonym ogórkiem 30 g twaróg 40g jogurt naturalny 5g śmietana 18%tł 3g,szczypior2g miód 25g, sałata lodowa 15g, zielony ogórek 15 g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g.miód 25g, sałata lodowa z zielonym ogórkiem 30 g twaróg 40g jogurt naturalny 5g śmietana 18%tł 3g,szczypior2g miód 25g, sałata lodowa 15g, zielony ogórek 15 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
II ŚNIADANIE	Jogurt owocowy 100 g	Jogurt owocowy 100 g	Jogurt owocowy 100 g	Jogurt naturalny 150 ml +chrupki kukurydziane
OBIAD	Krupnik z pęczaku b/ ziemniaków 350ml porcje rosółowe 20g włoszczyzna 30 g ,zielenina , przyprawy,kasza pęczak 30 g	Krupnik z pęczaku b/ ziemniaków 350ml porcje rosółowe 20g włoszczyzna 30 g ,zielenina , przyprawy,kasza pęczak 30 g	Krupnik z pęczaku b/ ziemniaków 350ml porcje rosółowe 20g włoszczyzna 30 g ,zielenina , przyprawy,kasza pęczak 30 g	Krupnik z pęczaku b/ ziemniaków 350ml porcje rosółowe 20g włoszczyzna 30 g ,zielenina , przyprawy,kasza pęczak 30 g
	Pulpet drobiowy 100g , sos pomidorowy 100 ml filet z kurczaka 100g mąka 3g ,jaja3 g ,bułka tarta 3 g , śmietana 18% tł3g zielenina , przyprawy,koncentrat pomidorowy 30% 10g	Pulpet drobiowy 100g , sos pomidorowy 100 ml filet z kurczaka 100g mąka 3g ,jaja3 g ,bułka tarta 3 g , śmietana 18% tł3g zielenina , przyprawy,koncentrat pomidorowy 30% 10g	Pulpet drobiowy 100g , sos pomidorowy 100 ml filet z kurczaka 100g mąka 3g ,jaja3 g ,bułka tarta 3 g , śmietana 18% tł3g zielenina , przyprawy,koncentrat pomidorowy 30% 10g	Pulpet drobiowy 100g , sos pomidorowy 100 ml filet z kurczaka 100g mąka 3g ,jaja3 g ,bułka tarta 3 g , śmietana 18% tł3g zielenina , przyprawy,koncentrat pomidorowy 30% 10g
	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	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
PODWIECZOREK	banan150g	banan150g	banan150g	banan150g
KOLACJA	Polędwica sopocka 40g kielbasa szynkowa30g pomidorki 30 g	Polędwica sopocka 40g kielbasa szynkowa30g pomidorki 30 g	Polędwica sopocka 40g kielbasa szynkowa30g pomidorki 30 g	Polędwica sopocka 40g 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				Mozzarella z pomidorem 100g mozzarella 50g ,pomidor 50 g ,oliwa z oliwek , szczypior
Wartość odżywcza	Energia 2440kcal tłuszcze 77g kw.tł.nasyc.31g białko 79gwęglowodany 350g cukier 36g błonnik 26gsód 1302 mg	Energia 2440kcal tłuszcze 77g kw.tł.nasyc.31g białko 79gwęglowodany 350g cukier 36g błonnik 26gsód 1302 mg	Energia 2440kcal tłuszcze 77g kw.tł.nasyc.31g białko 79gwęglowodany 350g cukier 36g błonnik 26gsód 1302 mg	Energia 1980kcal tłuszcze 69g kw.tł.nasyc.28g białko 72gwęglowodany 337g cukier 30g błonnik 27g sól1301 mg