

Jadłospis na dzień wtorek 11.08.2026 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 zabielały z ziemniakami 300ml kasza jęczmienna 20g,wszczyzna 20g,porcje rosolowe 20g,ziemniaki 50 g śmietanka 30% tł 3g , ,przyprawy, zielenina 1g	Zupa krupnik zabielały z ziemniakami 300ml kasza jęczmienna 20g,wszczyzna 20g,porcje rosolowe 20g,ziemniaki 50 g śmietanka 30% tł 3g , ,przyprawy, zielenina 1g	Zupa krupnik zabielały z ziemniakami 300ml kasza jęczmienna 20g,wszczyzna 20g,porcje rosolowe 20g,ziemniaki 50 g śmietanka 30% tł 3g , ,przyprawy, zielenina 1g	Zupa krupnik zabielały z ziemniakami 300ml kasza jęczmienna 20g,wszczyzna 20g,porcje rosolowe 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	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 smalczyk z fasoli30g pomidorki koktajlowe 30g	szynka drobiowa 40g szynka tyrolska pomidorki koktajlowe 30g	szynka drobiowa 40g szynka tyrolska pomidorki koktajlowe 30g	szynka drobiowa 40g pomidorki koktajlowe 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	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		środa 12.08.2026 r	sporządził:dietetyk-Marzanna Drzewiecka	
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml kasza kukurydziana 20g ,mleko 280g	Kasza kukurydziana na mleku 300ml kasza kukurydziana 20g ,mleko 280g	Kasza kukurydziana na mleku 300ml kasza kukurydziana 20g ,mleko 280g	Kasza kukurydziana na mleku 300ml kasza kukurydziana 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	Serek wanilinowy 150 g	Serek wanilinowy 150 g	Serek wanilinowy 150 g	Sok warzywny 300 ml
OBIAD	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy
	Schab duszony 100 g w sosie koperkowy 100 ml schab b/kości 100g ,jaja3g,bułka tarta 3g g ,śmietana 18%tł.3g , mąka 2 g , zielenina 1g	Schab duszony 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	Schab duszony 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	Schab duszony 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	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 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 ryba	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 czwartek 13.08.2026 r					sporządził :dietetyk-Marzanna Drzewiecka				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1	Dieta łatwostrawna 2	Dieta wątrobowa 2a	Dieta cukrzycowa 7					
	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280 g płatki owsiane 20 g	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280 g płatki owsiane 20 g	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280 g płatki owsiane 20 g	Płatki owsiane na mleku 300ml mleko 280 g płatki owsiane 20 g					
	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem , ser topiony plastry 34g pomidorki	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem , ser topiony 34g pomidorki	Twarożek ze szczypiorkiem 50g ,dżem 25 g pomidorki twarożek 40g jogurt naturalny 10 g	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem , serek tartar 2 szt pomidorki					
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g /bułka grahamka 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g	chleb razowy żytni 60g					
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g					
	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3 g	kawa zbożowa b/c 250ml kawa zbożowa 10g					
Alergeny	gluten,mleko ,jaja	gluten,mleko,jaja	gluten,mleko	gluten,mleko,jaja					
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	Pieczarkowa z makaronem porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , pieczarka 50 g , makaron 20g, śmietanka 3g, , zielenina 3 g ,przyprawy	Pieczarkowa z makaronem porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , pieczarka 50 g , makaron 20g, śmietanka 3g, , zielenina 3 g ,przyprawy	Pieczarkowa z makaronem porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , pieczarka 50 g , makaron 20g, śmietanka 3g, , zielenina 3 g ,przyprawy	Pieczarkowa z makaronem porcje rosółowe 20g , włoszczyzna 20 g , pieczarka 50 g , makaron 20g, śmietanka 3g, , zielenina 3 g ,przyprawy					
	Filet drobiowy 100g pieczony w folii ,sos szpinakowy 100 ml,ziemniaki 200 g filet z kurczaka 100g ,szpinak 50 g mąka 3g,śmietanka 30 tł 3g,olej 2g,zielenina i przyprawy ziemniaki 200 g	Filet drobiowy 100g pieczony w folii ,sos szpinakowy 100 ml,ziemniaki 200 g filet z kurczaka 100g ,szpinak 50 g mąka 3g,śmietanka 30 tł 3g,olej 2g,zielenina i przyprawy ziemniaki 200 g	Filet drobiowy 100g pieczony w folii ,sos szpinakowy 100 ml,ziemniaki 200 g filet z kurczaka 100g ,szpinak 50 g mąka 3g,śmietanka 30 tł 3g,olej 2g,zielenina i przyprawy ziemniaki 200 g	Filet drobiowy 100g pieczony w folii ,sos szpinakowy 100 ml,ziemniaki 200 g filet z kurczaka 100g ,szpinak 50 g mąka 3g,śmietanka 30 tł 3g,olej 2g,zielenina i przyprawy ziemniaki 200 g					
	Marchewka z jabłkiem 150 g marchewka 120 g jabłko 30 g,olej 3g,przyprawy	Marchewka z jabłkiem 150 g marchewka 120 g jabłko 30 g,olej 3g,przyprawy	Marchewka z jabłkiem 150 g marchewka 120 g jabłko 30 g,olej 3g,przyprawy	Marchewka z jabłkiem 150 g marchewka 120 g jabłko 30 g,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,	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 40gszynka drobiowa 30gzielony 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 tłuszcz 48g kw.łł.nasyc25g węglowodany 330g cukry 65 białko 79g błonnik 35g sód2000mg	Energia 1951 kcal tłuszcz 48g kw.łł.nasyc25g węglowodany 330g cukry 65 białko 79g błonnik 35g sód2000mg	Energia 1951 kcal tłuszcz 48g kw.łł.nasyc25g węglowodany 330g cukry 65 białko 79g błonnik 35g sód2000mg	Energia 1921 kcal tłuszcz 45g kw.łł.nasyc23g węglowodany 310g cukry 45 białko 80g błonnik 37g sód 1990mg					

Jadłospis na dzień piątek 14.05.2026 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 miód 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 džem 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	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	Jogurt owocowy 100 ml	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
	Ryż z jabłkiem i,śmietaną i cynamonem 250 g	Ryż z jabłkiem i,śmietaną i cynamonem 250 g	Ryż z jabłkiem i,śmietaną i cynamonem 250 g	Ryż z jabłkiem i,śmietaną i cynamonem 250 g
	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,cukier 3 g	Kompot owocowy 250ml mieszanka kompotowa mrożona 30g ,słodzik
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler,	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK	Sok warzywny 300 ml	Sok warzywny 300 ml	Sok warzywny 300 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 tłuszcz 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sód2000mg	Energia 1871 kcal tłuszcz 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sód2000mg	Energia 1871 kcal tłuszcz 47g kw.tł.nasyc25g węglowodany 336g cukry 45 białko 81g błonnik 36g sód2000mg	Energia 1861 kcal tłuszcz 38g kw.tł.nasyc20g węglowodany 310g cukry 40 białko 81g błonnik 38g sód 1992mg

Jadłospis na dzień sobota 15.08.2026 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					
	Parówka na gorąco 2 szt ketchup 1 szt serek tartar 2 szt (40g) zielony ogórek 30 g	Parówka na gorąco 2 szt ketchup 1 szt serek tartar 2 szt (40g) zielony ogórek 30 g	Parówka na gorąco 2 szt ketchup 1 szt serek tartar 2 szt (40g) zielony ogórek 30 g	Parówka na gorąco 2 szt ketchup 1 szt 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 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, ,słdzik					
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 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					
	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 , 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	Jabłko pieczone z cynamonem (6 posiłków)					
KOLACJA	Szynka konserwowa 40g szynka drobiowa 30g pomidorki 30g	Szynka konserwowa 40g szynka drobiowa 30g pomidorki 30g	Szynka konserwowa 40g szynka drobiowa 30g pomidorki 30g	Szynka konserwowa 40g pomidorki 30g					
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	chleb razowy żytni 60g					
	Masło 10g 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				Budyń wanilinowy z musem brzoskwinowym 150 ml(mleko)					
Wartość odżywcza	Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc27g węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g sód1900mg	Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc27g węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g sód1900mg	Energia 1899 kcal tłuszcze 48g kw.tł.nasyc27g węglowodany 346g cukry 39 białko 79g błonnik 35g sód1900mg	Energia 1841 kcal tłuszcze 28g kw.tł.nasyc19g węglowodany 306g cukry 33g białko 76g błonnik 35g sód 1892mg					

Jadłospis na dzień		niedziela 16.08.2026 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 jęczmienne20 g	Płatki jęczmienne mleku 300ml mleko 280 ml płatki jęczmienne20 g	Płatki jęczmienne mleku 300ml mleko 280 ml płatki jęczmienne20 g	Płatki jęczmienne mleku 300ml mleko 280 mlpłatki jęczmienne20 g
	Ser topiony 2 plastry , mozzarella 30 g , dżem 25 g pomidorki 30 g	Ser topiony 2 plastry , mozzarella 30 g , dżem 25 g pomidorki 30 g	Szynka drobiowa 40g, mozzarella 30 g , dżem 25 g pomidorki 30 g	Ser topiony 2 plastry , mozzarella 30 g , pomidorki 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 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
<i>Alergeny</i>	<i>gluten,mleko</i>	<i>gluten,mleko ,seler , gorczyca</i>	<i>gluten,mleko ,seler gorczyca</i>	<i>gluten,mleko,seler gorczyca</i>
II ŚNIADANIE	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Sok pomidorowy 300 ml (<i>gorczyca,seler</i>)
OBIAD	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , fasola 50g , zacierka 20g ,boczek wędzony 10g , cebula 3g ,przyprawy	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , fasola 50g , zacierka 20g ,boczek wędzony 10g , cebula 3g ,przyprawy	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , fasola 50g , zacierka 20g ,boczek wędzony 10g , cebula 3g ,przyprawy	Zupa kalafiorowa 350ml porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30g , koper 10 g , fasola 50g , zacierka 20g ,boczek wędzony 10g , cebula 3g ,przyprawy
	Kurczak gotowany 180g sos potrawkowy100 ml kurczak 180g , śmietana 18% tł 3g , mąka 3g , 10zielenina	Kurczak gotowany 180g sos potrawkowy100 ml kurczak 180g , śmietana 18% tł 3g , mąka 3g , 10zielenina	Kurczak gotowany 180g sos potrawkowy100 ml kurczak 180g , śmietana 18% tł 3g , mąka 3g , 10zielenina	Kurczak gotowany 180g sos potrawkowy100 ml kurczak 180g , śmietana 18% tł 3g , mąka 3g , 10zielenina
	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
	Brokuł gotowany z masłem i bułka 150g brokuł 150 g bułka tarta 3 g masło 4 g	Brokuł gotowany z masłem i bułka 150g brokuł 150 g bułka tarta 3 g masło 4 g	Brokuł gotowany z masłem i bułka 150g brokuł 150 g bułka tarta 3 g masło 4 g	Brokuł gotowany z masłem i bułka 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
<i>Alergeny</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>
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)(<i>mleko</i>)
KOLACJA	Polędwica sopocka 40 g ser wędzony 30 g zielony ogórek 30 g	Polędwica sopocka 40 g ser wędzony 30 g zielony ogórek 30 g	Polędwica sopocka 40 g serek tartar 2 szt 40g zielony ogórek 30 g	Polędwica sopocka 40 g serek tartar 2 szt 40g zielony ogórek 30 g
	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
<i>Alergeny:</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,</i>
II KOLACJA				Kisiel z jabłkiem 150 g kisiel 10 g jabłko 20 g słodzik
Wartość odżywcza	<i>Energia 1999 kcal tłuszcze 50g kw.ł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 42 białko 85g błonnik 38g sód1930mg</i>	<i>Energia 1999 kcal tłuszcze 50g kw.ł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 42 białko 85g błonnik 38g sód1930mg</i>	<i>Energia 1999 kcal tłuszcze 50g kw.ł.nasyc30g węglowodany 360g cukry 42 białko 85g błonnik 38g sód1930mg</i>	<i>Energia 1899 kcal tłuszcze 43g kw.ł.nasyc27g węglowodany 343g cukry 32 białko 79g błonnik 38g sód1930mg</i>

Jadłospis na dzień		poniedziałek 17.08.2026 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 topiony trójkącik 1 szt miód25g pomidorki 30g jaja 25g szynki wędzonej 20 g majonez 5 g , szczypiorek 1 g	Pasta z jaja i wędliny 50g ,serek topiony trójkącik 1 szt miód25g 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 50/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	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Budyń czekoladowy z wiśnią 150g budyń czekoladowy 10 g mleko 140g,c wiśnia mrożona 10 g słodzik	
OBIAD	Zupa ogórkowa z ryżem porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , ogórek kiszony 50g ,śmietanka 5g ,przyprawy ,zielenina 2g,ryż 20g	Zupa ogórkowa z ryżem porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , ogórek kiszony 50g ,śmietanka 5g ,przyprawy ,zielenina 2g,ryż 20g	Zupa ogórkowa z ryżem porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , ogórek kiszony 50g ,śmietanka 5g ,przyprawy ,zielenina 2g,ryż 20g	Zupa ogórkowa z ryżem porcje rosółowe 20 g , włoszczyzna 30 g , ogórek kiszony 50g ,śmietanka 5g ,przyprawy ,zielenina 2g,ryż 20g	
	Filet z kurczaka pieczony w folii100g sos pieczarkowy 50g filet z kurczaka 100 g pieczarka 50 g ,śmietana 18%tł 5 g,przyprawy, zielenina2g, olej 3g	Filet z kurczaka pieczony w folii100g sos pieczarkowy 50g filet z kurczaka 100 g pieczarka 50 g ,śmietana 18%tł 5 g,przyprawy, zielenina2g, olej 3g	Filet z kurczaka pieczony w folii100g sos pieczarkowy 50g filet z kurczaka 100 g pieczarka 50 g ,śmietana 18%tł 5 g,przyprawy, zielenina2g, olej 3g	Filet z kurczaka pieczony w folii100g sos pieczarkowy 50g filet z kurczaka 100 g pieczarka 50 g ,śmietana 18%tł 5 g,przyprawy, zielenina2g, olej 3g	
	Surówka z białej kapusty colesław 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	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g	Sok warzywny 300ml 6 posiłek(gorczyca i seler)	
KOLACJA	Szynka wędzona 40 g pasztetowa 30 g sałata lodowa z papryką 30 g	Szynka wędzona 40 g pasztetowa 30 g sałata lodowa z papryką 30 g	Szynka wędzona 40 g kiełbasa szynkowa 30 g sałata lodowa 30 g	Szynka wędzona 40 g sałata lodowa z papryką 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 wtorek 18.08.2026 r					sporządził: dietetyk Marzanna Drzewiecka				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1		Dieta łatwostrawna 2		Dieta wątrobowa 2a		Dieta cukrzycowa 7		
	Kasza kukurydziana na mleku 300mlmleko 280 ml , kasza kukurydziana 20 g		Kasza kukurydziana na mleku 300mlmleko 280 ml , kasza kukurydziana 20 g		Kasza kukurydziana na mleku 300mlmleko 280 ml , kasza kukurydziana 20 g		Kasza kukurydziana na mleku 300mlmleko 280 ml , kasza kukurydziana 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	Banan150 g		Banan150 g		Banan150 g		Jogurt naturalny 150 ml (mleko)		
OBIAD	Zupa dyniowa z zacierką 350ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , mąka 3 g śmietanka 30 tł 3g zacierka 20g dynia 100 g przyprawy, zielenina 2g		Zupa dyniowa z zacierką 350ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , mąka 3 g śmietanka 30 tł 3g zacierka 20g dynia 100 g przyprawy, zielenina 2g		Zupa dyniowa z zacierką 350ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , mąka 3 g śmietanka 30 tł 3g zacierka 20g dynia 100 g przyprawy, zielenina 2g		Zupa dyniowa z zacierką 350ml porcje rosółowe 30g ,włoszczyzna 20g , mąka 3 g śmietanka 30 tł 3g zacierka 20g dynia 100 g przyprawy, zielenina 2g		
	Pieczeń rzymska 100g sos pomidorowy 50ml filet drobiowy 100 g ,bułka tarta 3g,jaja 3 g ,mąka 3 g ,śmietana 18% tł 3 g ,przyprawy		Pieczeń rzymska 100g sos pomidorowy 50ml filet drobiowy 100 g ,bułka tarta 3g,jaja 3 g ,mąka 3 g ,śmietana 18% tł 3 g ,przyprawy		Pieczeń rzymska 100g sos pomidorowy 50ml filet drobiowy 100 g ,bułka tarta 3g,jaja 3 g ,mąka 3 g ,śmietana 18% tł 3 g ,przyprawy		Pieczeń rzymska 100g sos pomidorowy 50ml filet drobiowy 100 g ,bułka tarta 3g,jaja 3 g ,mąka 3 g ,śmietana 18% tł 3 g ,przyprawy		
	Ziemniaki gotowane 180g		Ziemniaki gotowane 180g		Ziemniaki gotowane 180g		Ziemniaki gotowane 180g		
	Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150 g		Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150 g		Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150 g		Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150 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 cukier 3 g		Kompot owocowy 250ml mieszanka owocowa mrożona 30 g słodzik		
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler		gluten,mleko gorczyca,seler,jaja		gluten,mleko gorczyca,seler,jaja		gluten,mleko gorczyca,seler,jaja		
PODWIECZOREK	Jogurt owocowy 100 ml		Jogurt owocowy 100 ml		Jogurt owocowy 100 ml		Mus owocowy 100 ml (6 posiłek)		
KOLACJA	Salceson biały 40 g kielbasa żywiecka 30 g pomidorki 30 g		Salceson biały 40 g kielbasa żywiecka 30 g pomidorki 30 g		szynka wędzona 40 g ,kielbasa żywiecka 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 środa 19.08.2026 r					sporządził : dietetyk Marzanna Drzewiecka				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1		Dieta łatwostrawna 2		Dieta wątrobowa 2a		Dieta cukrzycowa 7		
	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 2szt, ketchup12g ser topiony 2szt plastry 34g sałata lodowa z zieleniną 30g		Parówka na gorąco 2szt , ketchup12g ser topiony plastry34g sałata lodowa 2g ,zielony ogórek 20 g		Parówka na gorąco 2szt , ketchup12g mozzarella 30 g sałata lodowa 2g ,zielony ogórek 20 g		Parówka na gorąco , 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,		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 jarzynowa z z pomidorami 350ml porcje rosółowe , włoszczyzna 30 g ,kalafior 20 , brokuł 20 ,kapusta biała 20 g ,pomidory w puszcze 20 g , mąka 3g ziemniaki 100 g śmietana 18%tł 5g, przyprawy		Zupa jarzynowa z z pomidorami 350ml porcje rosółowe , włoszczyzna 30 g ,kalafior 20 , brokuł 20 ,kapusta biała 20 g ,pomidory w puszcze 20 g , mąka 3g ziemniaki 100 g śmietana 18%tł 5g, przyprawy		Zupa jarzynowa z z pomidorami 350ml porcje rosółowe , włoszczyzna 30 g ,kalafior 20 , brokuł 20 ,kapusta biała 20 g ,pomidory w puszcze 20 g , mąka 3g ziemniaki 100 g śmietana 18%tł 5g, przyprawy		Zupa jarzynowa z z pomidorami 350ml porcje rosółowe , włoszczyzna 30 g ,kalafior 20 , brokuł 20 ,kapusta biała 20 g ,pomidory w puszcze 20 g , mąka 3g ziemniaki 100 g śmietana 18%tł 5g, przyprawy		
	Potrawka ze schabu gotowanego z zielonym groszkiem 250 g schab b/kości 100g ,zielony groszek 30g , mąka 3 g ,śmietana 18 tl.3g przyprawy ,zielenina 2 g		Potrawka ze schabu gotowanego z zielonym groszkiem 250 g schab b/kości 100g ,zielony groszek 30g , mąka 3 g ,śmietana 18 tl.3g przyprawy ,zielenina 2 g		Potrawka ze schabu gotowanego z zielonym groszkiem 250 g schab b/kości 100g ,zielony groszek 30g , mąka 3 g ,śmietana 18 tl.3g przyprawy ,zielenina 2 g		Potrawka ze schabu gotowanego z zielonym groszkiem 250 g schab b/kości 100g ,zielony groszek 30g , mąka 3 g ,śmietana 18 tl.3g przyprawy ,zielenina 2 g		
	Ziemniaki gotowane 180 g		Ziemniaki gotowane 180 g		Ziemniaki gotowane 180 g		Ziemniaki gotowane 180 g		
	Kiszony ogórek 100g		Kiszony ogórek 100g		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	Drożdżówka z kruszonką 1szt sok jabłkowy 200 ml		Drożdżówka z kruszonką 1szt ,sok jabłkowy 200 ml		Drożdżówka z kruszonką 1szt sok jabłkowy 200 ml		Mus owocowy 100 ml (6 posiłków)		
KOLACJA	Polędwica sopocka 40g kielbasa żywiecka 30 g pomidorki 30g		Polędwica sopocka 40g kielbasa żywiecka 30 g pomidorki 30 g		Polędwica sopocka 40g kielbasa 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							Drożdżówka z kruszonką 1szt		
Wartość odżywcza	Energia 2220kcal tłuszcze 51g kw.tł.nasyc38g węglowodany 380g cukry 51g białko 89g błonnik 39g sól2024mg		Energia 2220kcal tłuszcze 51g kw.tł.nasyc38g węglowodany 380g cukry 51g białko 89g błonnik 39g sól2024mg		Energia 2220kcal tłuszcze 51g kw.tł.nasyc38g węglowodany 380g cukry 51g białko 89g błonnik 39g sól2024mg		Energia 1980 kcal tłuszcze 40g kw.tł.nasyc30g węglowodany 358g cukry 38g białko 80g błonnik 40g sól1890mg		

Jadłospis na dzień czwartek 20.08.2026 r					sporządził : dietetyk Marzanna Drzewiecka				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1		Dieta łatwostrawna 2		Dieta wątrobowa 2a		Dieta cukrzycowa 7		
	Kasza manna na mleku 300ml mleko 280 ml , kasza manna20 g		Makaron na mleku 300ml mleko 280 ml , kasza manna 20 g		Makaron na mleku 300ml mleko 280 ml , kasza manna 20 g		Makaron na mleku 300ml mleko 280 ml , kasza manna 20 g		
	Pasta z jaja 50g jaja50g , majonez , ser topiony plastry 34 g ,pomidorki 30 g		Pasta z jaja 50g jaja50g , majonez , ser topiony plastry 34 g ,pomidorki 30 g		Polędwica sopocka 40g serek tartar 2 szt 40 g pomidorki 30 g		Pasta z jaja 50g jaja50g , majonez , ser topiony plastry 34 g ,pomidorki 30 g		
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50g Masło 10g		Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g,bułka grahamki 50 g		Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g /bułka grahamka 50 g		chleb razowy żytni 60g		
	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10 g cukier 3 g		kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10 g cukier 3 g		kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10 g cukier 3 g		kawa zbożowa b/c 250ml kawa zbożowa 10 g słodzik		
Alergeny	gluten,mleko ,gorczyca ,jaja		gluten,mleko,gorczyca,jaja		gluten,mleko,seler,		gluten,mleko , seler ,jaja		
II ŚNIADANIE	Jogurt owocowy 100 g		Jogurt owocowy 100 g		Jogurt owocowy 100 g		Mus owocowy 100 ml		
OBIAD	Krupnik jaglany 350 ml porcje rosolowe 30 g włoszczyzna 30 g kasza jaglana20g ,zielenina 3 g , przyprawy		Krupnik jaglany 350 ml porcje rosolowe 30 g włoszczyzna 30 g kasza jaglana20g ,zielenina 3 g , przyprawy		Krupnik jaglany 350 ml porcje rosolowe 30 g włoszczyzna 30 g kasza jaglana20g ,zielenina 3 g , przyprawy		Krupnik jaglany 350 ml porcje rosolowe 30 g włoszczyzna 30 g kasza jaglana20g ,zielenina 3 g , przyprawy		
	Kotlet mielony 100 g szynka b/kości 100/110 g ,jaja 5g , cebula 2g , bułka tarta 3g ,smalec 3g ,przyprawy		Pulpet 100g sos koperkowy 100 ml szynka b/kości 100/110 g ,jaja 5g , , bułka tarta 3g , ,przyprawy mąka 3g , koper 2 g śmietana 18%tł 3g		Pulpet 100 g sos koperkowy 100 ml szynka b/kości 100/110 g ,jaja 5g , , bułka tarta3g ,przyprawy ,mąka 3g , koper 2 g śmietana 18%tł 3g		Pulpet 100 g sos koperkowy 100 ml szynka b/kości 100/110 g ,jaja 5g , bułka tarta 3g przyprawy mąka 3g , koper 2 g śmietana 18%tł 3g		
	Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150 g fasolka szparagowa mrożona 150 g , masło 3g bułka tarta 3 g		Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150 g fasolka szparagowa mrożona 150 g , masło 3g bułka tarta 3 g		Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150 g fasolka szparagowa mrożona 150 g , masło 3g bułka tarta 3 g		Fasolka szparagowa z masłem i bułką 150 g fasolka szparagowa mrożona 150 g , masło 3g bułka tarta 3 g		
	Ziemniaki gotowane 180 g		Ziemniaki gotowane 180 g		Ziemniaki gotowane 180 g		Ziemniaki gotowane 180 g		
	Kompot owocowy 250ml mieszanika owocowa mrożona 30g cukier 3 g		Kompot owocowy 250ml mieszanika owocowa mrożona 30g cukier 3 g		Kompot owocowy 250ml mieszanika owocowa mrożona 30g cukier 3 g		Kompot owocowy 250ml mieszanika owocowa mrożona 30g 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	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 posilek) kisiel 10 g truskawki 30 g słodzik		
KOLACJA	Paszтет pieczony 40g , kiełbasa szynkowa 30g zielony ogórek 30g		Paszтет pieczony 40g , kiełbasa szynkowa 30g zielony kiszony 30 g		kiełbasa szynkowa 40g szynka drobiowa 30g pomidorki 30 g		kiełbasa szynkowa 40g zielony ogórek30 g		
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g		Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g		Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g		chleb razowy żytni 60g		
	Masło 10g Herbata z/c herbata 3 g cukier 3 g		Masło 10g Herbata z/c herbata 3 g cukier 3 g		Masło 10g Herbata z/c herbata 3 g cukier 3 g		Masło 10g Herbata b/c herbata 3 g słodzik		
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 sól1024mg		Energia 1920kcal tłuszcze 41g kw.tł.nasyc28g węglowodany 340g cukry 41g białko 79g błonnik 39g sól1024mg		Energia 1915kcal tłuszcze 38g kw.tł.nasyc27g węglowodany 338g cukry 38g białko 76g błonnik 39g sól1024mg		Energia 1880 kcal tłuszcze 33g kw.tł.nasyc26g węglowodany 328g cukry 28g białko 70g błonnik 36g sól1810mg		

Jadłospis na dzień piątek 21.08.2026 r					sporządził : dietetyk -Marzanna Drzewiecka				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna 1		Dieta łatwostrawna 2		Dieta wątrobowa 2a		Dieta cukrzycowa 7		
	Płatki owsiane na mleku 300ml płatki owsiane 20 g ,mleko 2%tł 280 ml		Płatki owsiane na mleku 300ml płatki owsiane 20 g ,mleko 2%tł 280 ml		Płatki owsiane na mleku 300ml płatki owsiane 20 g ,mleko 2%tł 280 ml		Płatki owsiane na mleku 300ml płatki owsiane 20 g ,mleko 2%tł 280 ml		
	Ser żółty 40g serek tartar 2 szt sałata z zielonym ogórkiem 15g		Ser żółty 40g serek tartar 2 szt sałata z zielonym ogórkiem 15g		Kiełbasa szynkowa 40 g serek tartar 1 szt sałata z zielonym ogórkiem 15g		Ser żółty 40g sałata z zielonym ogórkiem 15g		
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50 g		Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50g		Chleb baltonowski 50g chleb razowy graham 50g /bułka grahamka 50 g		chleb razowy żytni 60g		
	Masło 10g		Masło 10g		Masło 10g		Masło 10g		
	kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3g		kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3g		kawa zbożowa z/c 250ml kawa zbożowa 10g cukier 3g		kawa zbożowa b/c 250ml		
Alergeny	gluten,mleko		gluten,mleko ,		gluten,mleko		gluten,mleko		
II ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 150 g		Jogurt naturalny 150 g		Jogurt naturalny 150 g		Jogurt naturalny 150 g (mleko)		
OBIAD	Pieczarkowa z makaronem 300ml pieczarka 50g, włoszczyzna 20g,porcje rosolowe 20g,makaron 20g , śmietanka 30% tł 3g , mąka 3 g ,przyprawy, zielenina 1g		Pieczarkowa z makaronem 300ml pieczarka 50g, włoszczyzna 20g,porcje rosolowe 20g,makaron 20g , śmietanka 30% tł 3g , mąka 3 g ,przyprawy, zielenina 1g		Pieczarkowa z makaronem 300ml pieczarka 50g, włoszczyzna 20g,porcje rosolowe 20g,makaron 20g , śmietanka 30% tł 3g , mąka 3 g ,przyprawy, zielenina 1g		Pieczarkowa z makaronem 300ml pieczarka 50g, włoszczyzna 20g,porcje rosolowe 20g,makaron 20g , śmietanka 30% tł 3g , mąka 3 g ,przyprawy, zielenina 1g		
	Ryba 100 g w sosie greckim100 g ryba kostka miruna 100 g , olej5g, mąka 2 g , marchew 50g,seler 10 g pietruszka 10 g cebula 5 g , por 5 g , koncentrat pomidorowy 20g		Ryba 100 g w sosie greckim100 g ryba kostka miruna 100 g , olej5g, mąka 2 g , marchew 50g,seler 10 g pietruszka 10 g cebula 5 g , por 5 g , koncentrat pomidorowy 20g		Ryba 100 g w sosie greckim100 g ryba kostka miruna 100 g , olej5g, mąka 2 g , marchew 50g,seler 10 g pietruszka 10 g cebula 5 g , por 5 g , koncentrat pomidorowy 20g		Ryba 100 g w sosie greckim100 g ryba kostka miruna 100 g , olej5g, mąka 2 g , marchew 50g,seler 10 g pietruszka 10 g cebula 5 g , por 5 g , koncentrat pomidorowy 20g		
	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 gorczyzca,seler,ryba		gluten,mleko gorczyzca,seler,ryba		gluten,mleko gorczyzca,seler,ryba		gluten,mleko gorczyzca,seler ,ryba		
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 , gorczyzca)		
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 gorczyzca,seler,		gluten,mleko gorczyzca,seler		gluten,mleko gorczyzca,seler		gluten,mleko gorczyzca,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 Sobota 22.08.2026 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					
	Pasztelik drobiowy 50g ser topiony plastry 32,5g (2szt) pomidorki 30g	Pasztelik 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					
<i>Alergeny</i>	<i>gluten,mleko. gorczyca ,seler ,soja</i>	<i>gluten,mleko ,gorczyca ,seler,soja</i>	<i>gluten,mleko ,gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko.,gorczyca seler</i>					
II ŚNIADANIE	Serek wanilinowy 150g	Serek wanilinowy 150g	Serek wanilinowy 150g	Sok warzywny 300 ml (seler,gorczyca)					
OBIAD	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy	Zupa ryżowa na rosole 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g ryż 20 g ,przyprawy					
	Pulpet 100 g w sosie koperkowym 50ml Szynka 100/110g,bułka tarta3 g ,jaja 5 g ,mąka 3g,śmietana 18%tł 3g , koper3g	Pulpet 100 g w sosie koperkowym 50ml Szynka 100/110g,bułka tarta3 g ,jaja 5 g ,mąka 3g,śmietana 18%tł 3g , koper3g	Pulpet 100 g w sosie koperkowym 50ml Szynka 100/110g,bułka tarta3 g ,jaja 5 g ,mąka 3g,śmietana 18%tł 3g , koper3g	Pulpet 100 g w sosie koperkowym 50ml Szynka 100/110g,bułka tarta3 g ,jaja 5 g ,mąka 3g,śmietana 18%tł 3g , koper3g					
	Kasza jęczmienna 170g	Kasza jęczmienna 170g	Kasza jęczmienna 170g	Kasza jęczmienna 170g					
	Marchewka z groszkiem oprószana 150 g marchewka z groszkiem 150 g ,mąka 3g , masło 3 g	Marchewka z groszkiem oprószana 150 g Marchewka z groszkiem oprószana 150 g	Marchewka z groszkiem oprószana 150 g Marchewka z groszkiem oprószana 150 g	Marchewka z groszkiem oprószana 150 g Marchewka z groszkiem oprószana 150 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					
<i>Alergeny</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i>					
PODWIECZOREK	sok buraczany 300 ml	sok buraczany 300 ml	sok buraczany 300 ml	Mus owocowy 100 ml					
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					
<i>Alergeny:</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>					
II KOLACJA				Jogurt naturalny 150 ml +chrupki (<i>mleko</i>)					
Wartość odżywcza	<i>Energia 2397kcal tłuszcze 70g kw.tł.nasyc.28g białko 78gcukry 45g węglowodany 384g błonnik 32 g sól 2200 mg</i>	<i>Energia 2280kcal tłuszcze 66g kw.tł.nasyc.25g białko 74gcukry 41gwęglowodany 334g błonnik 30g sól 2000 mg</i>	<i>Energia 2280kcal tłuszcze 66g kw.tł.nasyc.25g białko 74gcukry 41gwęglowodany 334g błonnik 30g sól 2000 mg</i>	<i>Energia 1888kcal tłuszcze 50g kw.tł.nasyc.20g białko 77gcukry 30g węglowodany 274g błonnik 30g sól 1800mg</i>					

Jadłospis na dzień niedziela 23.08.2026 r			sporządził :Marzanna Drzewiecka	
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	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,waróg 45 g śmietana 18%tł 5 g .miód 25g pomidorki 30 g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g,waróg 45 g śmietana 18%tł 5 g .miód 25g pomidorki 30 g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g,waróg 45 g śmietana 18%tł 5 g miód 25g pomidorki 30 g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g,waróg 45 g śmietana 18%tł 5 g pomidorki 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
<i>Alergeny</i>	<i>gluten,mleko</i>	<i>gluten,mleko</i>	<i>gluten,mleko</i>	<i>gluten,mleko</i>
II ŚNIADANIE	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Mus owocowy 100 g	Kisiel z jabłkiem 150 g
OBIAD	Zupa zacierkowa 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g, zacierka 20 g	Zupa zacierkowa 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g, zacierka 20 g	Zupa zacierkowa 350ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g, zacierka 20 g	Zupa zacierkowa 300ml porcje rosółowe 20 g włoszczyzna 30g, zacierka 20 g
	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g kurczak 150 g mieszanka warzywna mrożona 7 skł.50g ,mąka 2g śmietana 18 % tł3g przyprawy	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g kurczak 150 g mieszanka warzywna mrożona 7 skł.50g ,mąka 2g śmietana 18 % tł3g przyprawy	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g kurczak 150 g mieszanka warzywna mrożona 7 skł.50g ,mąka 2g śmietana 18 % tł3g przyprawy	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g kurczak 150 g mieszanka warzywna mrożona 7 skł.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
<i>Alergeny</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>
PODWIECZOREK	Banan 150 g	Banan 150 g	Banan 150 g	Sok warzywny 300 ml (<i>seler, gorczyca</i>)
KOLACJA	Szynka konserwowa 40g polędwica z warzywami 30g kiszony ogórek 30g	Szynka konserwowa 40g polędwica z warzywami 30g kiszony ogórek 30 g	Szynka konserwowa 40 g polędwica z warzywami 30g pomidorki 30 g	Szynka konserwowa 40g kiszony ogórek 30g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 50g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c herbata 5g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c herbata 5g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c herbata 5g cukier 3 g	Masło 10g Herbata z/c herbata 5g cukier 3 g
<i>Alergeny:</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>
II KOLACJA				Mozzarella z pomidorem 100g mozzarella 50g ,pomidor 50 g oliwa z oliwek 3 g (<i>mleko</i>)
Wartość odżywcza	<i>Energia 2261kcal tłuszcze 67g kw.tł.nasyc.32g białko 82gcukry 42g węglowodany 322g błonnik 30 sól 2001mg</i>	<i>Energia 2261kcal tłuszcze 67g kw.tł.nasyc.32g białko 82gcukry 42g węglowodany 322g błonnik 30 sól 2001mg</i>	<i>Energia 2261kcal tłuszcze 67g kw.tł.nasyc.32g białko 82gcukry 42g węglowodany 322g błonnik 30 sól 2001mg</i>	<i>Energia 2061kcal tłuszcze 57g kw.tł.nasyc.30g białko 78gcukry 35g węglowodany 300g błonnik 30 sól 2001mg</i>

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 serek tartar sałata lodowa z zieleciną 15 g	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem 50g szynka konserwowa 30 g sałata lodowa z zieleciną 15 g	szynka konserwowa 50 g serek tartar 40 g sałata lodowa z zieleciną 15 g	Jajko gotowane 2 połówki ze szczypiorem 50g szynka konserwowa 30 g sałata lodowa z zieleciną 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	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Jogurt naturalny 150 ml
OBIAD	Zupa barszcz czerwony 350ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 20g ,buraki 100g , mąka 3 g , śmietana 18%tł 3g ,zielecinina 2 g ,ziemniaki 50 g przyprawy	Zupa barszcz czerwony 350ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 20g ,buraki 100g , mąka 3 g , śmietana 18%tł 3g ,zielecinina 2 g ,ziemniaki 50 g przyprawy	Zupa barszcz czerwony 350ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 20g ,buraki 100g , mąka 3 g , śmietana 18%tł 3g ,zielecinina 2 g ,ziemniaki 50 g przyprawy	Zupa barszcz czerwony 350ml porcje rosolowe 20 g , włoszczyzna 20g ,buraki 100g , mąka 3 g , śmietana 18%tł 3g ,zielecinina 2 g ,ziemniaki 50 g przyprawy
	Pieczeń rzymska 100g , sos pieczarkowy 100ml szynka 90 g ,bułka tarta 3g , jaja 5 g ,cebula 2g ,olej 2g , mąka 3g , śmietana 18%tł 3g pieczarka 50 g natka pietruszki 2 g	Pieczeń rzymska 100g , sos pieczarkowy 100ml szynka 90 g ,bułka tarta 3g , jaja 5 g ,cebula 2g ,olej 2g , mąka 3g , śmietana 18%tł 3g pieczarka 50 g natka pietruszki 2 g	Pieczeń rzymska 100g , sos koperkowy 50ml szynka 90 g ,bułka tarta 3g , jaja 5 g ,cebula 2g ,olej 2g , mąka 3g , śmietana 18%tł 3g koper 3g	Pieczeń rzymska 100g , sos pieczarkowy 50ml szynka 90 g ,bułka tarta 3g , jaja 5 g ,cebula 2g ,olej 2g , mąka 3g , śmietana 18%tł 3g pieczarka 50 g natka pietruszki 2 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,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
PODWIECZOREK	Twarożek z musem brzoskwiniovym 80g twarożek 45g jogurt naturalny 5g , mus brzoskwiniovyy30g (mleko)	Twarożek z musem brzoskwiniowym 80g twarożek 45g jogurt naturalny 5g , mus brzoskwiniowy30g (mleko)	Twarożek z musem brzoskwiniovym 80g twarożek 45g jogurt naturalny 5g , mus brzoskwiniovyy30g (mleko)	Twarożek z musem brzoskwiniovym 80g twarożek 45g jogurt naturalny 5g , mus brzoskwiniovyy30g (mleko)
KOLACJA	Polędwica sopocka 40 g ser wędzony 30g pomidorki koktajlowe 30g	Polędwica sopocka 40g ser wędzony 30g pomidorki koktajlowe 30g	Polędwica sopocka 40g szynka drobiowa 30g pomidorki koktajlowe 30g	Polędwica sopocka 40g pomidorki koktajlowe 30g
	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	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Salatka z kalafiora z kukurydzą,szynką i majonezem 150g kalafior 100g , szynka 30g , kukurydza 20 g , majonez 5 g
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

ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Płatki ryżowe na mleku 300ml płatki ryżowe 20g mleko 2%tł 280ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml płatki ryżowe 20g mleko 2%tł 280ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml płatki ryżowe 20g mleko 2%tł 280ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml płatki ryżowe 20g mleko 2%tł 280ml
	Parówka na gorąco 120 g (2 szt) ketchup 12 g mozzarella 30g sałata lodowa 15g zielony ogórek 15g	Parówka na gorąco 120 g (2 szt) ketchup 12 g mozzarella30g sałata lodowa 15g zielony ogórek 15g	Parówka na gorąco 120 g (2 szt) ketchup 12 g mozzarella 30 g sałata lodowa 15g zielony ogórek 15g	Parówka na gorąco 120 g (2 szt) ketchup 12 g 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	<i>gluten,mleko ,gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko,seler,gorczyca</i>	<i>gluten,mleko ,seler,gorczyca</i>	<i>gluten,mleko ,seler,gorczyca</i>
II ŚNIADANIE	sok marchwiowo-bananowy 300 ml	sok marchwiowo-bananowy 300 ml	sok marchwiowo-bananowy 300 ml	Sok warzywny 300 ml (<i>seler,gorczyca</i>)
OBIAD	Zupa z cukinii z ziemniakami 350ml porcje rosółowe 20g włoszczyzna 30g ,cukinia 50g,ziemniaki 50 g mąka3g ,śmietana 18%tł3g ,zielenina , przyprawy	Zupa z cukinii z ziemniakami 350ml porcje rosółowe 20g włoszczyzna 30g ,cukinia 50g,ziemniaki 50 g mąka3g ,śmietana 18%tł3g ,zielenina , przyprawy	Zupa z cukinii z ziemniakami 350ml porcje rosółowe 20g włoszczyzna 30g ,cukinia 50g,ziemniaki 50 g mąka3g ,śmietana 18%tł3g ,zielenina , przyprawy	Zupa z cukinii z ziemniakami 350ml porcje rosółowe 20g włoszczyzna 30g ,cukinia 50g,ziemniaki 50 g mąka3g ,śmietana 18%tł3g ,zielenina , przyprawy
	Naleśniki z twarogiem 2szt mleko 30g , mąka 20g , jaja 10g , olej 3g twaróg 50g ,cukier 2g	Makaron z twarogiem 200 g makaron 100g twaróg 100 g ,masło 3 g	Makaron z twarogiem 200 g makaron 100g twaróg 100 g ,masło 3 g	Makaron z twarogiem 200 g makaron 100g twaróg 100 g ,masło 3 g
	Surówka z marchewki i jabłka z rodzynkami i orzechami 150 g marchew 80g ,jabłka 50g ,rodzynki 10 g , orzechy 10g ,oliwa z oliwek 3g	Surówka z marchewki i jabłka z rodzynkami i orzechami 150 g marchew 80g ,jabłka 50g ,rodzynki 10 g , orzechy 10g ,oliwa z oliwek 3g	Surówka z marchewki i jabłka z rodzynkami i orzechami 150 g marchew 80g ,jabłka 50g ,rodzynki 10 g , orzechy 10g ,oliwa z oliwek 3g	Surówka z marchewki i jabłka z rodzynkami i orzechami 150 g marchew 80g ,jabłka 50g ,rodzynki 10 g , orzechy 10g ,oliwa z oliwek 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	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i>
PODWIECZOREK	jogurt owocowy 100 ml	jogurt owocowy 100 ml	jogurt owocowy 100 ml	Jogurt naturalny 100 g chrupki (<i>mleko</i>)6 posiłek
KOLACJA	Polędwica z warzywami 40g szynka drobiowa 30g pomidorki 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:	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>
II KOLACJA				Kisiel z wiśnią 150g kisiel proszek 10g , wiśnia 30 , słodzik
Wartość odżywcza	<i>Energia 2400kcal tłuszcze 79g kw.tł.nasyc.30g białko 77gwęglowodany 355g sól 1402 mg błonnik 26g</i>	<i>Energia 2380kcal tłuszcze 85g kw.tł.nasyc.29g białko 74 g węglowodany w tym cukier 340g sól 1402 mg błonnik 25g</i>	<i>Energia 2380kcal tłuszcze 85g kw.tł.nasyc.29g białko 74 gwęglowodany w tym cukier 340g sól 1402 mg błonnik 25g</i>	<i>Energia 1780kcal tłuszcze 60g kw.tł.nasyc.27g białko 70gwęglowodany w tym cukier 317g sól1301 mg błonnik 20g</i>

--

Jadłospis na dzień środa 26 .08.2026 r

sporządził:Marzanna Drzewiecka

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,szczypior2gmiód 25g, rzodkiewka 30 g	Twaróg ze szczypiorkiem g ,50g.miód25g ziel.ogórek30 twaróg 40g jogurt naturalny 5g śmietana 18%tł 3g,szczypior2g miód 25g, pomidorki 30g	Twaróg ze szczypiorkiem 50g,. ziel.ogórek30 g twaróg 40g jogurt naturalny 5g śmietana 18%tł 3g,szczypior2g miód 25g, rzodkiewka 30 g
	Chleb balonowski 50g chleb razowy żytni 50g/bułka grahamka 50g Masło 10g	Chleb balonowski 50g chleb razowy żytni 50g	Chleb balonowski 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	Sok jabłkowy 200 ml herbatniki 50 g	Sok jabłkowy 200 ml herbatniki 50 g	Sok jabłkowy 200 ml herbatniki 50 g	Jogurt naturalny 150 ml +chrupki kukurydziane
OBIAD	Rosół z makaronem 350ml porcje rosółowe 100g włoszczyzna 40g ,s mąka3g ,makaron nitka 20g	Rosół z makaronem 350ml porcje rosółowe 100g włoszczyzna 40g ,s mąka3g ,makaron nitka 20g	Rosół z makaronem 350ml porcje rosółowe 100g włoszczyzna 40g ,s mąka3g ,makaron nitka 20g	Rosół z makaronem 350ml porcje rosółowe 100g włoszczyzna 40g ,s mąka3g ,makaron nitka 20g
	Kurczak pieczony 200 g	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
	Surówka z białej kapusty colesław 150 g biała kapusta 100g , marchew 20g , cebula 3g , szczypior 3 g , jabłko 20 g ,chrzan 2g ,śmietanka 30%tł3g , majonez 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,jaja	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 balonowski 50g chleb razowy żytni 60g	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 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 s oliwa z oliwek 60g (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

