

Data: 18.10.2026, niedziela

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

DIETA PODSTAWOWA (kod D01)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (kod D02)	DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (kod D03)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (kod D05)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 250g (7) G Chleb zwykły – 80g (1) masło – 20g (7) serek grani – 20g (7) wędlina drobiowa – 50g rzodkiewka – 10g pomidor – 45g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 250g (7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło – 20g (7) serek grani – 20g (7) wędlina drobiowa – 50g sałata – 5g pomidor bez skórki – 50g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Chleb razowy – 80g (1) masło – 20g (7) serek grani – 20g (7) wędlina drobiowa – 50g rzodkiewka – 10g pomidor – 45g	Kawa zbożowa z mlekiem – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 250g (7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło – 10g (7) wędlina drobiowa – 70g (9,10) miód – 25g sałata – 5g pomidor bez skórki – 50g
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zupa jarzynowa z fasolką szparagową - 300g (7,9) G Ziemniaki – 200g G Delikatny kurczak gotowany w sosie brokułowym – 120g (1,7,9) G Surówka z kapusty i marchewki z olejem słonecznikowym – 300g G	Zupa grysikowa - 300g (1,7,9) G Ziemniaki – 200g G Delikatny kurczak gotowany w sosie brokułowym – 120g (1,7,9) G Gotowana marchewka – 300g G	Zupa jarzynowa z fasolką szparagową - 300g (7,9) G Ziemniaki – 150g G Delikatny kurczak gotowany w sosie brokułowym – 120g (1,7,9) G Surówka z kapusty i marchewki z olejem słonecznikowym – 300g G	Zupa grysikowa - 300g (1,7,9) G Ziemniaki – 300g G Delikatny kurczak gotowany w sosie brokułowym – 120g (1,7,9) G Gotowana marchewka – 300g G
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata – 250g Chleb zwykły – 40g (1) Chleb razowy – 40g (1) masło - 20g (7) twarożek ze szczypiorkiem – 60g (7) pasta rybna – 50g (3,4,7) pomidor – 30g papryka – 30g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło - 20g (7) twarożek ze szczypiorkiem – 60g (7) delikatna pasta rybna – 50g (3,4,7) pomidor – 60g(bez skórki)	Herbata – 250g Chleb razowy – 80g (1) masło - 20g (7) twarożek ze szczypiorkiem – 60g (7) pasta rybna – 50g (3,4,7) pomidor – 30g papryka – 30g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło - 10g (7) twarożek z koperkiem – 50g (7) delikatna pasta rybna – 50g (3,4,7) pomidor – 60g(bez skórki)
2 Kolacja	2 Kolacja	2 Kolacja	2 Kolacja
Herbatniki bebe – 40g (1,3,7)	Herbatniki bebe – 40g (1,3,7)	Serek homogenizowany naturalny – 150g (7)	Herbatniki bebe – 40g (1,3,7)
Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:
Wartość energetyczna [kcal] – 2204 Białko [g] – 108,6 Tłuszcz [g] – 68,5 NKT [g] – 21,4 Węglowodany [g] – 256,0 Cukry proste [g] – 58,4 Sód [mg] – 1724 Błonnik [g] – 46,5	Wartość energetyczna [kcal] – 2233 Białko [g] – 113,9 Tłuszcz [g] – 69,7 NKT [g] – 18,4 Węglowodany [g] – 304,2 Cukry proste [g] – 59,1 Sód [mg] – 2704 Błonnik [g] – 34,0	Wartość energetyczna [kcal] – 1982 Białko [g] – 101,3 Tłuszcz [g] – 61,7 NKT [g] – 18,1 Węglowodany [g] – 204,2 Cukry proste [g] – 44,6 Sód [mg] – 1604 Błonnik [g] – 48,8	Wartość energetyczna [kcal] – 2133 Białko [g] – 113,9 Tłuszcz [g] – 62,7 NKT [g] – 16,4 Węglowodany [g] – 304,2 Cukry proste [g] – 59,1 Sód [mg] – 2704 Błonnik [g] – 34,0

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów: 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne

7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie

Data: 19.10.2026, poniedziałek

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

DIETA PODSTAWOWA (kod D01)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (kod D02)	DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (kod D03)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (kod D05)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G Chleb zwykły – 80g (1) masło - 20g (7) wędlina drobiowa– 50g (9,10) ser żółty – 50g (7) sałata – 5g papryka – 50g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło - 20g (7) miód – 25g wędlina drobiowa– 70g (9,10) sałata - 5g pomidor bez skórki – 50g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Chleb razowy – 80g (1) masło - 20g (7) wędlina drobiowa– 50g (9,10) ser żółty – 50g (7) sałata – 5g papryka – 50g	Kawa zbożowa z mlekiem – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło - 10g (7) miód – 25g twaróg – 70g (7) sałata - 5g pomidor bez skórki – 50g
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zupa pieczarkowa - 300g (7,9) Kasza gryczana – 200g G Duszony gulasz wieprzowy – 120g D Surówka z buraczków gotowanych z olejem rzepakowym – 300g G	Zupa cukiniowa - 300g (7,9) Kasza kuskus – 200g (1) G Gotowany gulasz wieprzowy – 120g G Gotowane buraczki – 300g G	Zupa pieczarkowa - 300g (7,9) Kasza gryczana – 150g G Duszony gulasz wieprzowy – 120g D Surówka z buraczków surowych z olejem rzepakowym – 300g	Zupa cukiniowa - 300g (7,9) Ziemniaki – 300g G Gotowany gulasz wieprzowy – 120g G Gotowane buraczki – 300g G
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata – 250g Chleb zwykły – 40g (1) Chleb razowy – 40g (1) masło - 20g (7) wędlina wieprzowa– 50g (9,10) kanapkowa pasta z fasoli – 50g ogórek – 40g papryka – 10g sałata – 5g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło - 20g (7) jajko gotowane – 50g (3) wędlina wieprzowa– 50g (9,10) sałata z pomidorkami bez skórki – 60g	Herbata – 250g Chleb razowy – 80g (1) masło - 20g (7) wędlina wieprzowa– 50g (9,10) kanapkowa pasta z fasoli – 50g ogórek – 40g papryka – 10g sałata – 5g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło - 10g (7) pasta z białek jaj z pietruszką – 50g (3,7) wędlina wieprzowa– 50g (9,10) sałata z pomidorkami bez skórki – 60g
2 Kolacja	2 Kolacja	2 Kolacja	2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)	Jogurt – 100g (7)	Serek wiejski – 200g (7)	Jogurt – 100g (7)
Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:
Wartość energetyczna [kcal] – 2092 Białko [g] – 109,8 Tłuszcz [g] – 65,7 NKT [g] – 20,7 Węglowodany [g] – 233,2 Cukry proste [g] – 55,6 Sód [mg] – 1664 Błonnik [g] – 45,8	Wartość energetyczna [kcal] – 2121 Białko [g] – 115,1 Tłuszcz [g] – 66,9 NKT [g] – 17,7 Węglowodany [g] – 281,4 Cukry proste [g] – 56,3 Sód [mg] – 1974 Błonnik [g] – 33,2	Wartość energetyczna [kcal] – 2032 Białko [g] – 105,8 Tłuszcz [g] – 63,7 NKT [g] – 19,4 Węglowodany [g] – 207,2 Cukry proste [g] – 47,6 Sód [mg] – 1644 Błonnik [g] – 48,8	Wartość energetyczna [kcal] – 2021 Białko [g] – 115,1 Tłuszcz [g] – 59,9 NKT [g] – 15,8 Węglowodany [g] – 281,4 Cukry proste [g] – 56,3 Sód [mg] – 1974 Błonnik [g] – 33,2

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów: 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie

Data: 20.10.2026, wtorek

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

DIETA PODSTAWOWA (kod D01)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (kod D02)	DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (kod D03)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (kod D05)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7) G Chleb zwykły – 80g (1) masło - 20g (7) jajko gotowane – 50g (3) G serek kanapkowy – 50g (7) wędlina drobiowa– 30g (9,10) sałata – 5g papryka – 60g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło - 20g (7) jajko gotowane – 50g (3) G twaróg – 50g (7) wędlina drobiowa– 30g (9,10) sałata – 5g pomidor bez skórki – 60g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Chleb razowy – 80g (1) masło - 20g (7) jajko gotowane – 50g (3) G serek kanapkowy – 50g (7) wędlina drobiowa– 30g (9,10) sałata – 5g papryka – 60g	Kawa zbożowa z mlekiem – 250g (1,7) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło - 10g (7) pasta z białek jaj z warzywami – 50g (3,7) serek kanapkowy – 20g (7) wędlina drobiowa– 30g (9,10) sałata – 5g pomidor bez skórki – 60g
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zupa brokułowa - 300g (7,9) G Ziemniaki – 200g G Miruna pieczona w sosie warzywnym – 120g (1,4,7,9) P Surówka z kiszzonej kapusty z olejem słonecznikowym – 200g	Zupa brokułowa - 300g (7,9) G Ziemniaki – 200g G Miruna gotowana w sosie warzywnym – 120g (1,4,7,9) G Gotowana marchewka – 300g G	Zupa brokułowa - 300g (7,9) G Ziemniaki – 150g G Miruna pieczona w sosie warzywnym – 120g (1,4,7,9) P Surówka z kiszzonej kapusty z olejem słonecznikowym – 300g	Zupa ryżowa - 300g (7,9) G Ziemniaki – 300g G Miruna gotowana w sosie warzywnym – 120g (1,4,7,9) G Gotowana marchewka – 300g G
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata – 250g Chleb zwykły – 40g (1) Chleb razowy – 40g (1) masło - 20g (7) wędlina wieprzowa– 50g (9,10) ser żółty – 50g (7) pomidor – 60g; sałata – 5g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło - 20g (7) wędlina wieprzowa– 50g (9,10) serek biały – 50g (7) pomidor bez skórki – 60g sałata – 5g	Herbata – 250g Chleb razowy – 80g (1) masło - 20g (7) wędlina wieprzowa– 50g (9,10) ser żółty – 50g (7) pomidor – 60g; sałata – 5g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło - 10g (7) wędlina wieprzowa– 50g (9,10) serek biały – 50g (7) pomidor bez skórki – 60g sałata – 5g
2 Kolacja	2 Kolacja	2 Kolacja	2 Kolacja
jabłko – 100g	Jabłko gotowane – 100g G	Maślanka naturalna – 100g (7)	Jabłko gotowane – 100g G
Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:
Wartość energetyczna [kcal] – 2129 Białko [g] – 86,0 Tłuszcz [g] – 63,2 NKT [g] – 19,2 Węglowodany [g] – 249,2 Cukry proste [g] – 59,6 Sód [mg] – 1825 Błonnik [g] – 48,1	Wartość energetyczna [kcal] – 2134 Białko [g] – 108,3 Tłuszcz [g] – 44,1 NKT [g] – 14,7 Węglowodany [g] – 299,0 Cukry proste [g] – 60,3 Sód [mg] – 1936 Błonnik [g] – 34,6	Wartość energetyczna [kcal] – 2047 Białko [g] – 114,7 Tłuszcz [g] – 63,0 NKT [g] – 19,2 Węglowodany [g] – 237,2 Cukry proste [g] – 49,6 Sód [mg] – 1833 Błonnik [g] – 47,8	Wartość energetyczna [kcal] – 2034 Białko [g] – 108,3 Tłuszcz [g] – 37,9 NKT [g] – 14,7 Węglowodany [g] – 299,0 Cukry proste [g] – 60,3 Sód [mg] – 1934 Błonnik [g] – 34,6

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów: 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne

7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie

Data: 21.10.2026, Środa

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

DIETA PODSTAWOWA (kod D01)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (kod D02)	DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (kod D03)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGANICZENIEM TŁUSZCZU (kod D05)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 250g (7) G Chleb zwykły – 80g (1) masło - 20g (7) dżem – 25g ser żółty – 70g (7) pomidor –40g ogórek – 20g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 250g (7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło - 20g (7) dżem – 25g serek wiejski – 70g (7) sałata – 5g pomidor bez skórki – 60g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Chleb razowy – 80g (1) masło - 20g (7) wędlina drobiowa– 50g (9,10) ser żółty – 40g (7) pomidor –40g ogórek – 20g	Kawa zbożowa z mlekiem – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 250g (7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło - 10g (7) dżem – 25g serek wiejski - 70g (7) sałata – 5g pomidor bez skórki – 60g
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zupa kalafiorowa - 300g (7,9) G Ryż – 200g G Potrawka z kurczaka z marchewką i groszkiem – 120g (1,7,9) G Gotowane warzywa – 300g G	Zupa kalafiorowa - 300g (7,9) G Ryż – 200g G Potrawka z kurczaka z marchewką – 120g (1,7,9) G Gotowane warzywa – 300g G	Zupa kalafiorowa - 300g (7,9) G Ryż brązowy – 150g G Potrawka z kurczaka z marchewką i groszkiem – 120g (1,7,9) G Gotowane warzywa – 300g G	Zupa owocowa - 300g G Ziemniaki – 300g G Potrawka z kurczaka z marchewką – 120g (1,7,9) G Gotowane warzywa – 300g G
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata – 250g Chleb zwykły – 40g (1) Chleb razowy – 40g (1) masło - 20g (7) jajko gotowane – 50g (3) G serek grani – 40g (7) sałata – 5g papryka – 60g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło - 20g (7) jajko gotowane – 50g (3) G serek grani – 40g (7) sałata – 5g pomidor – 40g	Herbata – 250g Chleb razowy – 80g (1) masło - 20g (7) jajko gotowane – 50g (3) G serek grani – 40g (7) sałata – 5g papryka – 60g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło - 10g (7) pasta twarogowa z warzywami – 50g (7) wędlina drobiowa– 60g (9,10) sałata – 5g pomidor – 40g
2 Kolacja	2 Kolacja	2 Kolacja	2 Kolacja
Budyń – 200g (7)	Budyń – 200g (7)	Serek homogenizowany naturalny – 150g (7)	Budyń – 200g (7)
Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:
Wartość energetyczna [kcal] – 2208 Białko [g] – 80,2 Tłuszcz [g] – 70,7 NKT [g] – 22,0 Węglowodany [g] – 250,7 Cukry proste [g] – 72,6 Sód [mg] – 2024 Błonnik [g] – 43,8	Wartość energetyczna [kcal] – 2271 Białko [g] – 118,4 Tłuszcz [g] – 55,0 NKT [g] – 17,1 Węglowodany [g] – 317,4 Cukry proste [g] – 74,3 Sód [mg] – 2004 Błonnik [g] – 35,2	Wartość energetyczna [kcal] – 2058 Białko [g] – 98,9 Tłuszcz [g] – 64,7 NKT [g] – 18,1 Węglowodany [g] – 215,7 Cukry proste [g] – 45,6 Sód [mg] – 1919 Błonnik [g] – 48,8	Wartość energetyczna [kcal] – 2171 Białko [g] – 118,4 Tłuszcz [g] – 48,6 NKT [g] – 17,1 Węglowodany [g] – 317,4 Cukry proste [g] – 74,3 Sód [mg] – 2004 Błonnik [g] – 35,2

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów: 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzechy ziemne 6. Soja i produkty pochodne

7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie

Data: 22.10.2026, czwartek

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

DIETA PODSTAWOWA (kod D01)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (kod D02)	DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (kod D03)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (kod D05)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa z mlekiem – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G Chleb zwykły – 80g (1) masło - 20g (7) wędlina drobiowa – 50g (9,10) twarożek z warzywami – 50g (7) sałata – 5g pomidor – 20g ogórek – 40g	Kawa zbożowa z mlekiem – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło - 20g (7) twarożek z warzywami – 50g (7) wędlina drobiowa – 50g (9,10) sałata – 5g pomidor bez skórki – 50g	Kawa zbożowa z mlekiem – 250g (1,7) pieczywo razowe – 80g (1) masło - 20g (7) wędlina drobiowa – 50g (9,10) twarożek z warzywami – 50g (7) sałata – 5g pomidor – 20g ogórek – 40g jabłko – 100g	Kawa zbożowa z mlekiem – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło - 10g (7) twarożek z warzywami – 50g (7) wędlina drobiowa – 50g (9,10) sałata – 5g pomidor bez skórki – 50g
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zupa szpinakowa z ryżem - 300g (7,9) G Ziemniaki – 200g G Smażona sztuka mięsa wieprzowego w sosie własnym – 120g (1) S Modra kapusta na ciepło z olejem rzepakowym – 200g G	Zupa szpinakowa z ryżem - 300g (7,9) G Ziemniaki – 200g G Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie marchewkowym – 120g (1,7,9) G Gotowane buraczki – 200g G	Zupa szpinakowa z ryżem - 300g (7,9) G Ziemniaki – 150g G Smażona sztuka mięsa wieprzowego w sosie własnym – 120g (1) S Modra kapusta na ciepło z olejem rzepakowym – 200g G	Zupa ziemniaczana - 300g (7,9) G Ziemniaki – 300g G Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie marchewkowym – 120g (1,7,9) G Gotowane buraczki – 200g G
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata – 250g Chleb zwykły – 40g (1) Chleb razowy – 40g (1) masło - 20g (7) serek kanapkowy – 50g (7) wędlina wieprzowa – 50g (9,10) pomidor – 30g; papryka – 30g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło - 20g (7) wędlina wieprzowa – 50g (9,10) serek kanapkowy – 50g (7) pomidor – 60g(bez skórki)	Herbata – 250g pieczywo razowe – 80g (1) masło - 20g (7) serek kanapkowy – 50g (7) wędlina wieprzowa – 50g (9,10) pomidor – 30g papryka – 30g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło – 10g (7) wędlina wieprzowa – 50g (9,10) serek kanapkowy – 50g (7) pomidor – 60g(bez skórki)
2 Kolacja	2 Kolacja	2 Kolacja	2 Kolacja
jabłko – 100g	jabłko gotowane – 100g G	Serek grani – 150g (7)	jabłko gotowane – 100g G
Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:
Wartość energetyczna [kcal] – 2151 Białko [g] – 101,2 Tłuszcz [g] – 67,1 NKT [g] – 19,4 Węglowodany [g] – 256,0 Cukry proste [g] – 69,5 Sód [mg] – 1898 Błonnik [g] – 47,5	Wartość energetyczna [kcal] – 2180 Białko [g] – 111,2 Tłuszcz [g] – 55,8 NKT [g] – 14,4 Węglowodany [g] – 308,7 Cukry proste [g] – 67,2 Sód [mg] – 1951 Błonnik [g] – 35,5	Wartość energetyczna [kcal] – 1979 Białko [g] – 100,9 Tłuszcz [g] – 66,9 NKT [g] – 19,4 Węglowodany [g] – 217,0 Cukry proste [g] – 55,5 Sód [mg] – 1907 Błonnik [g] – 51,1	Wartość energetyczna [kcal] – 2080 Białko [g] – 111,2 Tłuszcz [g] – 49,8 NKT [g] – 14,4 Węglowodany [g] – 308,7 Cukry proste [g] – 67,2 Sód [mg] – 1946 Błonnik [g] – 35,5

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów: 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne

7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S - smażenie

Data: 23.10.2026, piątek

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

DIETA PODSTAWOWA (kod D01)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (kod D02)	DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (kod D03)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRA NICZENIEM TŁUSZCZU (kod D05)
Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G Chleb zwykły – 80g (1) masło - 20g (7) wędlina drobiowa– 50g (9,10) ser żółty – 50g (7) sałata – 5g pomidor – 55g sałata -5g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło - 20g (7) serek grani – 50g (7) wędlina drobiowa– 50g (9,10) sałata – 5g pomidor bez skórki – 55g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Chleb razowy – 80g (1) masło - 20g (7) wędlina drobiowa– 50g (9,10) ser żółty – 50g (7) sałata – 5g pomidor – 55g sałata -5g Jabłko – 50g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło - 10g (7) serek grani – 50g (7) wędlina drobiowa– 50g (9,10) sałata – 5g pomidor bez skórki – 55g
Obiad Zupa buraczkowa – 300g (7,9) G Ziemniaki – 200g G Smażona miruna bez panierki – 120g (1,4) S Surówka z kiszanej kapusty z olejem słonecznikowym – 200g	Obiad Zupa buraczkowa – 300g (7,9) G Ziemniaki – 200g G Gotowana miruna w sosie ziołowym – 120g (1,4,7,9) G Gotowana marchewka – 200g G	Obiad Zupa buraczkowa – 300g (7,9) G Ziemniaki – 150g G Smażona miruna bez panierki – 120g (1,4) S Surówka z kiszanej kapusty z olejem słonecznikowym – 200g	Obiad Zupa grysikowa – 300g (1,7,9) G Ziemniaki – 300g G Gotowana miruna w sosie ziołowym – 120g (1,4,7,9) G Gotowana marchewka – 200g G
Kolacja Herbata – 250g Chleb zwykły – 40g (1) Chleb razowy – 40g (1) masło - 20g (7) serek kanapkowy – 30g (3,7) wędlina wieprzowa– 60g (9,10) ogórek kiszony – 60g; rzodkiewka – 10g	Kolacja Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło - 20g (7) serek kanapkowy – 40g (3,7) wędlina wieprzowa– 60g (9,10) pomidor – 60g(bez skórki)	Kolacja Herbata – 250g Chleb razowy – 80g (1) masło - 20g (7) serek kanapkowy – 30g (3,7) wędlina wieprzowa– 60g (9,10) ogórek kiszony – 60g; rzodkiewka – 10g	Kolacja Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło - 10g (7) serek kanapkowy – 40g (3,7) wędlina wieprzowa– 60g (9,10) pomidor – 60g(bez skórki)
2 Kolacja Jabłko – 100g	2 Kolacja jabłko gotowane – 100g G	2 Kolacja	2 Kolacja jabłko gotowane – 100g G
Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2143 Białko [g] – 107,6 Tłuszcz [g] – 67,5 NKT [g] – 19,4 Węglowodany [g] – 258,0 Cukry proste [g] – 68,1 Sód [mg] – 1601 Błonnik [g] – 47,5	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2151 Białko [g] – 110,1 Tłuszcz [g] – 44,5 NKT [g] – 14,7 Węglowodany [g] – 303,8 Cukry proste [g] – 67,2 Sód [mg] – 2581 Błonnik [g] – 33,5	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 1869 Białko [g] – 99,8 Tłuszcz [g] – 58,3 NKT [g] – 16,4 Węglowodany [g] – 199,0 Cukry proste [g] – 55,1 Sód [mg] – 1300 Błonnik [g] – 47,1	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2051 Białko [g] – 110,1 Tłuszcz [g] – 37,9 NKT [g] – 14,7 Węglowodany [g] – 303,1 Cukry proste [g] – 67,2 Sód [mg] – 2391 Błonnik [g] – 33,5

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów: 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie

Data: 24.10.2026, sobota

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

DIETA PODSTAWOWA (kod D01)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (kod D02)	DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (kod D03)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (kod D05)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G Chleb zwykły – 80g (1) masło – 20g (7) serek żółty – 30g (7) wędlina wieprzowa– 60g (9,10) sałata – 5g papryka – 50g	Kawa zbożowa z mlekiem – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło – 20g (7) twarożek z koperkiem – 40g (7) wędlina wieprzowa– 60g (9,10) sałata – 5g pomidor – 50g (bez skórki)	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) pieczywo razowe – 80g (1) masło – 20g (7) serek kanapkowy – 30g (7) wędlina wieprzowa– 60g (9,10) sałata – 5g papryka – 50g	Kawa zbożowa z mlekiem – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło – 10g (7) twarożek z koperkiem – 40g (7) wędlina wieprzowa– 60g (9,10) sałata – 5g pomidor – 50g (bez skórki)
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zupa pomidorowa z ryżem - 300g (7,9) G Ziemniaki – 200g G Pieczone udko z kurczaka w sosie bazylowym – 120g (1,7,9) P Surówka wiosenna z olejem słonecznikowym – 300g	Zupa pomidorowa z ryżem - 300g (7,9) G Ziemniaki – 200g G Gotowane udko z kurczaka w sosie bazylowym – 120g (1,7,9) G Gotowane warzywa – 300g G	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym- 300g (7,9) G Ziemniaki – 150g G Pieczone udko z kurczaka w sosie bazylowym – 120g (1,7,9) P Surówka wiosenna z olejem słonecznikowym – 300g	Zupa marchewkowa - 300g (7,9) G Ziemniaki – 300g G Gotowane udko z kurczaka w sosie bazylowym – 120g (1,7,9) G Gotowane warzywa – 300g G
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata – 250g Chleb zwykły – 40g (1) Chleb razowy – 40g (1) masło – 20g (7) dżem – 25g wędlina drobiowa– 60g (9,10) sałata – 5g ogórek – 55g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło – 20g (7) dżem – 25g wędlina drobiowa– 70g (9,10) pomidor – 60g (bez skórki)	Herbata – 250g pieczywo razowe – 80g (1) masło – 20g (7) wędlina drobiowa– 50g (9,10) ser żółty – 60g (7) sałata – 5g ogórek – 55g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło – 10g (7) dżem – 25g wędlina drobiowa– 70g (9,10) pomidor – 60g (bez skórki)
2 Kolacja	2 Kolacja	2 Kolacja	2 Kolacja
Herbatniki bebe – 40g (1,3,7)	Herbatniki bebe – 40g (1,3,7)	Kefir naturalny – 100g (7)	Herbatniki bebe – 40g (1,3,7)
Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:
Wartość energetyczna [kcal] – 2298 Białko [g] – 108,1 Tłuszcz [g] – 72,7 NKT [g] – 21,4 Węglowodany [g] – 274,3 Cukry proste [g] – 69,0 Sód [mg] – 1700 Błonnik [g] – 46,9	Wartość energetyczna [kcal] – 2101 Białko [g] – 113,9 Tłuszcz [g] – 60,4 NKT [g] – 16,4 Węglowodany [g] – 322,4 Cukry proste [g] – 69,0 Sód [mg] – 2680 Błonnik [g] – 34,9	Wartość energetyczna [kcal] – 2134 Białko [g] – 112,4 Tłuszcz [g] – 71,8 NKT [g] – 19,6 Węglowodany [g] – 256,9 Cukry proste [g] – 59,3 Sód [mg] – 1680 Błonnik [g] – 51,6	Wartość energetyczna [kcal] – 2159 Białko [g] – 121,0 Tłuszcz [g] – 58,3 NKT [g] – 16,6 Węglowodany [g] – 355,8 Cukry proste [g] – 70,3 Sód [mg] – 2760 Błonnik [g] – 36,4

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów: 1. Zboża zawierające gluten 3. Skorupiaki i produkty pochodne 4. Jaja i produkty pochodne 5. Ryby i produkty pochodne 6. Orzechy ziemne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie

Data: 25.10.2026, niedziela

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

DIETA PODSTAWOWA (kod D01)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (kod D02)	DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (kod D03)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (kod D05)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi– 250g (7) G Chleb zwykły – 80g (1) masło - 20g (7) twarożek z rzodkiewką – 50g (7) wędlina drobiowa– 50g (9,10) papryka – 60g rzodkiewka – 10g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi– 250g (7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło - 20g (7) twarożek z rzodkiewką – 50g (7) wędlina drobiowa– 50g (9,10) sałata – 5g pomidor – 50g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Chleb razowy – 80g (1) masło - 20g (7) twarożek z rzodkiewką – 50g (7) wędlina drobiowa– 50g (9,10) papryka – 60g rzodkiewka – 10g	Kawa zbożowa z mlekiem – 250g (1,7) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi– 250g (7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło - 10g (7) twarożek z pomidorami – 50g (7) wędlina drobiowa– 50g (9,10) sałata – 5g pomidor – 50g
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zupa ogórkowa - 300g (7,9) G Ziemniaki – 200g G Duszony schab w sosie pietruszkowym – 120g (1,7,9) D Surówka z marchewki z olejem słonecznikowym – 300g	Zupa koperkowa - 300g (7,9) G Ziemniaki – 200g G Gotowany schab w sosie pietruszkowym – 120g (1,7,9) G Gotowana marchewka– 300g G	Zupa ogórkowa - 300g (7,9) G Ziemniaki – 150g G Duszony schab w sosie pietruszkowym – 120g (1,7,9) D Surówka z marchewki z olejem słonecznikowym – 300g	Zupa koperkowa - 300g (7,9) G Ziemniaki – 300g G Gotowany schab w sosie pietruszkowym – 120g (1,7,9) G Gotowana marchewka– 300g G
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata – 250g Chleb zwykły – 40g (1) Chleb razowy – 40g (1) masło - 20g (7) pasztet – 50g (9,10) ser żółty – 50g (7) pomidor – 60g sałata – 5g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło - 20g (7) wędlina wieprzowa– 50g (9,10) serek homo – 50g (7) pomidor bez skórki – 60g sałata – 5g	Herbata – 250g Chleb razowy – 80g (1) masło - 20g (7) pasztet – 50g (9,10) ser żółty – 50g (7) pomidor – 60g sałata – 5g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło - 10g (7) wędlina wieprzowa– 50g (9,10) serek homo – 50g (7) pomidor bez skórki – 60g sałata – 5g
2 Kolacja	2 Kolacja	2 Kolacja	2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)	Jogurt – 100g (7)	Maślanka naturalna – 100g (7)	Jogurt – 100g (7)
Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:
Wartość energetyczna [kcal] – 2078 Białko [g] – 78,2 Tłuszcz [g] – 68,7 NKT [g] – 20,7 Węglowodany [g] – 224,7 Cukry proste [g] – 54,6 Sód [mg] – 1959 Błonnik [g] – 43,8	Wartość energetyczna [kcal] – 2141 Białko [g] – 116,4 Tłuszcz [g] – 53,0 NKT [g] – 15,8 Węglowodany [g] – 291,4 Cukry proste [g] – 56,3 Sód [mg] – 1847 Błonnik [g] – 35,2	Wartość energetyczna [kcal] – 2108 Białko [g] – 103,4 Tłuszcz [g] – 66,7 NKT [g] – 19,4 Węglowodany [g] – 218,7 Cukry proste [g] – 48,6 Sód [mg] – 1921 Błonnik [g] – 48,8	Wartość energetyczna [kcal] – 2041 Białko [g] – 116,4 Tłuszcz [g] – 46,6 NKT [g] – 15,8 Węglowodany [g] – 291,4 Cukry proste [g] – 56,3 Sód [mg] – 1850 Błonnik [g] – 35,2

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów: 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne

7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie

Data: 26.10.2026, poniedziałek

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

DIETA PODSTAWOWA (kod D01)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (kod D02)	DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (kod D03)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (kod D05)
Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G Chleb zwykły – 80g (1) masło - 20g (7) serek kanapkowy – 50g (7) wędlna drobiowa– 30g (9,10) rzodkiewka – 10g pomidor – 45g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło - 20g (7) serek kanapkowy – 50g (7) wędlna drobiowa– 30g (9,10) pomidor – 60g (bez skórki)	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Chleb razowy – 80g (1) masło - 20g (7) serek kanapkowy – 50g (7) wędlna drobiowa– 30g (9,10) rzodkiewka – 10g pomidor – 45g jabłko – 50g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło - 10g (7) dżem – 25g wędlna drobiowa– 70g (9,10) pomidor – 60g (bez skórki)
Obiad Krupnik - 300g (1,7,9) G Kasza jęczmienna – 200g (1) G Duszony gulasz z soczewicą i pieczarkami – 120g G Surówka z buraczków gotowanych z olejem rzepakowym – 200g G	Obiad Zupa grysikowa - 300g (1,7,9) G Kasza kuskus – 200g (1) G Gotowany gulasz drobiowy – 120g G Gotowane buraczki – 200g G	Obiad Krupnik - 300g (1,7,9) G Kasza jęczmienna – 150g (1) G Duszony gulasz z soczewicą i pieczarkami – 120g G Surówka z buraczków surowych z olejem rzepakowym – 200g	Obiad Zupa grysikowa - 300g (1,7,9) G Ziemniaki - 300g G Gotowany gulasz drobiowy – 120g G Gotowane buraczki – 200g G
Kolacja Herbata – 250g Chleb zwykły – 40g (1) Chleb razowy – 40g (1) masło - 20g (7) kanapkowa pasta z fasoli – 40g wędlna wieprzowa– 60g (9,10) sałata – 5g papryka – 50g	Kolacja Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło - 20g (7) twaróg – 60g (7) wędlna wieprzowa– 40g (9,10) sałata – 5g pomidor – 50g	Kolacja Herbata – 250g Chleb razowy – 80g (1) masło - 20g (7) kanapkowa pasta z fasoli – 40g wędlna wieprzowa– 60g (9,10) sałata – 5g papryka – 50g	Kolacja Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło - 10g (7) twaróg – 60g (7) wędlna wieprzowa– 40g (9,10) sałata – 5g pomidor – 50g
2 Kolacja jabłko – 100g	2 Kolacja jabłko pieczone – 100g P	2 Kolacja	2 Kolacja jabłko pieczone – 100g P
<u>Posumowanie dnia:</u> Wartość energetyczna [kcal] – 2136 Białko [g] – 72,7 Tłuszcz [g] – 66,5 NKT [g] – 19,4 Węglowodany [g] – 255,5 Cukry proste [g] – 68,1 Sód [mg] – 1956 Błonnik [g] – 49,5	<u>Posumowanie dnia:</u> Wartość energetyczna [kcal] – 2105 Białko [g] – 92,0 Tłuszcz [g] – 48,4 NKT [g] – 14,4 Węglowodany [g] – 313,7 Cukry proste [g] – 67,2 Sód [mg] – 1788 Błonnik [g] – 36,5	<u>Posumowanie dnia:</u> Wartość energetyczna [kcal] – 1804 Białko [g] – 102,0 Tłuszcz [g] – 57,3 NKT [g] – 16,4 Węglowodany [g] – 166,2 Cukry proste [g] – 47,0 Sód [mg] – 1665 Błonnik [g] – 45,1	<u>Posumowanie dnia:</u> Wartość energetyczna [kcal] – 2058 Białko [g] – 92,0 Tłuszcz [g] – 44,4 NKT [g] – 14,4 Węglowodany [g] – 313,7 Cukry proste [g] – 67,2 Sód [mg] – 1788 Błonnik [g] – 36,5

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów: 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie

Data: 27.10.2026, wtorek

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

DIETA PODSTAWOWA (kod D01)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (kod D02)	DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (kod D03)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGANICZENIEM TŁUSZCZU (kod D05)
Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 250g (7) G Chleb zwykły – 80g (1) masło - 20g (7) ser żółty – 70g (7) miód – 25g pomidor – 50g sałata - 5g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 250g (7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło - 20g (7) miód – 25g wędlna drobiowa– 70g (9,10) pomidor – 50g (bez skórki) sałata - 5g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Chleb razowy – 80g (1) masło - 20g (7) ser żółty – 60g (7) wędlna drobiowa– 40g (9,10) pomidor – 50g sałata - 5g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 250g (7) G Chleb pszenny – 80g (1) masło - 10g (7) miód – 25g wędlna drobiowa– 70g (9,10) pomidor – 50g (bez skórki) sałata - 5g
Obiad Zupa fasolowa - 300g (7,9) G Makaron – 200g (1) G Sos ala boloński z mielonym mięsem wieprzowym, warzywami i olejem rzepakowym – 300g G	Obiad Zupa ziemniaczana - 300g (7,9) G Makaron – 200g (1) G Delikatny sos pomidorowy gotowany z mielonym mięsem wieprzowym – 120g G Gotowane warzywa– 300g G	Obiad Zupa fasolowa - 300g (7,9) G Makaron brązowy – 150g (1) G Sos ala boloński z mielonym mięsem wieprzowym, warzywami i olejem rzepakowym – 300g G	Obiad Zupa ziemniaczana - 300g (7,9) G Ziemniaki – 300g G Delikatny sos pomidorowy gotowany z mielonym mięsem wieprzowym – 120g G Gotowane warzywa– 300g G
Kolacja Herbata – 250g Chleb zwykły – 40g (1) Chleb razowy – 40g (1) masło - 20g (7) pasta rybna – 40g (1,4,7) wędlna wieprzowa– 30g (9,10) serek kanapkowy – 50g (7) ogórek kiszony– 60g	Kolacja Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło - 20g (7) delikatna pasta rybna – 40g (1,4,7) wędlna wieprzowa– 60g (9,10) pomidor bez skórki – 60g	Kolacja Herbata – 250g Chleb razowy – 80g (1) masło - 20g (7) pasta rybna – 40g (1,4,7) wędlna wieprzowa– 30g (9,10) serek kanapkowy – 50g (7) ogórek kiszony– 60g	Kolacja Herbata – 250g Chleb pszenny – 80g (1) masło - 10g (7) delikatna pasta rybna – 40g (1,4,7) wędlna wieprzowa– 60g (9,10) pomidor bez skórki – 60g
2 Kolacja Jogurt – 100g (7)	2 Kolacja Jogurt – 100g (7)	2 Kolacja Jogurt naturalny – 100g (7)	2 Kolacja Jogurt – 100g (7)
Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2280 Białko [g] – 113,6 Tłuszcz [g] – 72,2 NKT [g] – 20,9 Węglowodany [g] – 274,6 Cukry proste [g] – 57,9 Sód [mg] – 2005 Błonnik [g] – 48,2	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2307 Białko [g] – 104,0 Tłuszcz [g] – 54,1 NKT [g] – 15,9 Węglowodany [g] – 334,5 Cukry proste [g] – 57,6 Sód [mg] – 1964 Błonnik [g] – 35,8	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2164 Białko [g] – 117,6 Tłuszcz [g] – 70,2 NKT [g] – 19,6 Węglowodany [g] – 218,3 Cukry proste [g] – 43,9 Sód [mg] – 1955 Błonnik [g] – 49,2	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2188 Białko [g] – 104,0 Tłuszcz [g] – 49,6 NKT [g] – 15,2 Węglowodany [g] – 334,5 Cukry proste [g] – 57,6 Sód [mg] – 1964 Błonnik [g] – 35,8

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów: 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie