



Jadłospis	Piątek (2026-05-01)			
Dieta podstawowa	Śniadanie	Obiad	2 Kolacja	Kolacja
E: 1886.06 kcal, B: 104.86 g, T: 82.23 g, W: 198.67 g, Błonnik [g]: 28.03, Cukier [g]: 45.5, Sód [mg]: 2305.13, Kwasy tł. nas. [g]: 31.54	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Twarożek ze szczypiorkiem 61g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 55g	Zupa pomidorowa z ryżem [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Pulpet rybny pieczony w sosie szpinakowym [P] 120g (04,09,07) Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g Jabłko 200g	Serek homo naturalny 150g (07)	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Ser, tłoczyki tłusty 60g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Ogórek 50g
Dieta łatwostrawna	Śniadanie	Obiad	2 Kolacja	Kolacja
E: 1886.79 kcal, B: 109.85 g, T: 82.12 g, W: 184.16 g, Błonnik [g]: 19.81, Cukier [g]: 31.46, Sód [mg]: 2360.08, Kwasy tł. nas. [g]: 31.46	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Twarożek z koperkiem 60g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Zupa pomidorowa z ryżem [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany pulpet rybny w sosie szpinakowym [G] 120g (04,09,07,03) Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 200g Jabłko gotowane [G] 150g	Serek homo naturalny 150g (07)	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Ser, tłoczyki tłusty 60g (07) Wędlina wieprzowa. 60g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 50g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Obiad	2 Kolacja	Kolacja
E: 1939.41 kcal, B: 107.41 g, T: 91.29 g, W: 191.59 g, Błonnik [g]: 32.68, Cukier [g]: 50.26, Sód [mg]: 2284.78, Kwasy tł. nas. [g]: 32.51	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Twarożek ze szczypiorkiem 70g (07) Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 55g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 150g Pulpet rybny pieczony w sosie szpinakowym [P] 120g (04,09,07) Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g Jabłko 100g Słonecznik, nasiona, łuskane 20g	Serek homo naturalny 150g (07)	Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 100g (01) Masło 20g (07) Ser, tłoczyki tłusty 60g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Ogórek 50g
Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej	Śniadanie	Obiad	2 Kolacja	Kolacja
E: 1990.35 kcal, B: 107.59 g, T: 80.96 g, W: 226.15 g, Błonnik [g]: 30.5, Cukier [g]: 41.97, Sód [mg]: 2311.38, Kwasy tł. nas. [g]: 30.2	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 100g (01) Masło 20g (07) Twarożek ze szczypiorkiem 61g (07) Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 55g	Zupa pomidorowa z ryżem [G] 350g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Pulpet rybny pieczony w sosie szpinakowym [P] 150g (04,09,07) Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g Jabłko 150g	Serek homo naturalny 150g (07)	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Ser, tłoczyki tłusty 50g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Ogórek 50g



Jadłospis	Piątek (2026-05-01)			
	Śniadanie	Obiad	2 Kolacja	Kolacja
Dieta podstawowa dziecięca E: 1886.06 kcal, B: 104.86 g, T: 82.23 g, W: 198.67 g, Błonnik [g]: 28.03 , Cukier [g]: 45.5 , Sód [mg]: 2305.13 , Kwasy tł. nas. [g]: 31.54	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Twarożek ze szczypiorkiem 61g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 55g	Zupa pomidorowa z ryżem [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Pulpet rybny pieczony w sosie szpinakowym [P] 120g (04,09,07) Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g Jabłko 200g	Serek homo naturalny 150g (07)	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Ser, tł. 60g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Ogórek 50g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1884.93 kcal, B: 107.92 g, T: 66.34 g, W: 220.95 g, Błonnik [g]: 19.01 , Cukier [g]: 40.11 , Sód [mg]: 2083.36 , Kwasy tł. nas. [g]: 32.32	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenny. 100g (01) Masło 10g (07) Twarożek z koperkiem 60g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Zupa owocowa [G] 300g Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany pulpet rybny w sosie szpinakowym [G] 150g (04,09,07,03) Gotowane warzywa [G] 200g Jabłko gotowane [G] 200g	Serek homo naturalny 150g (07)	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 100g (01) Masło 10g (07) Wędlina wieprzowa. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 60g (07) Pomidor bez skórki 50g

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. 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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie



Jadłospis	Sobota (2026-05-02)			
Dieta podstawowa E: 2041.96 kcal, B: 91.46 g, T: 76.74 g, W: 263.9 g, Błonnik [g]: 32.76 , Cukier [g]: 81 , Sód [mg]: 1708.87 , Kwasy tł. nas. [g]: 19.89	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor 20g Ogórek kiszony 30g	Obiad Zupa jarzynowa z soczewicą [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Schab duszony w sosie koperkowym [D] 120g (09,07,01) Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g Banan 150g	2 Kolacja Galaretka z owocami 200g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Serek grani 50g (07) Pasztet drobiowy 50g Sałata 5g Papryka 45g
Dieta łatwostrawna E: 1946.8 kcal, B: 95.95 g, T: 57.73 g, W: 275.44 g, Błonnik [g]: 28.81 , Cukier [g]: 81.42 , Sód [mg]: 2046.19 , Kwasy tł. nas. [g]: 18.01	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor bez skórki 20g	Obiad Zupa grysikowa [G] 300g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany schab w sosie koperkowym [G] 120g (09,07,01) Gotowane buraczki [G] 200g Banan 150g	2 Kolacja Galaretka z owocami 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Serek grani 70g (07) Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 55g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1957.61 kcal, B: 99.17 g, T: 98.04 g, W: 186.15 g, Błonnik [g]: 31.46 , Cukier [g]: 54.6 , Sód [mg]: 1737.07 , Kwasy tł. nas. [g]: 29.14	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina wieprzowa. 60g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor 20g Ogórek kiszony 30g	Obiad Zupa jarzynowa z soczewicą [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 150g Schab duszony w sosie koperkowym [D] 120g (09,07,01) Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g Jabłko 100g Dynia, pestki, łuskane 20g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Serek grani 60g (07) Pasztet drobiowy 60g Sałata 5g Papryka 45g
Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 2177.95 kcal, B: 100.46 g, T: 79.25 g, W: 284.63 g, Błonnik [g]: 34.99 , Cukier [g]: 84.16 , Sód [mg]: 1796.72 , Kwasy tł. nas. [g]: 20.78	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 300g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor 20g Ogórek kiszony 30g	Obiad Zupa jarzynowa z soczewicą [G] 350g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Schab duszony w sosie koperkowym [D] 150g (09,07,01) Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g Banan 150g	2 Kolacja Galaretka z owocami 200g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Serek grani 50g (07) Pasztet drobiowy 50g Sałata 5g Papryka 45g



Jadłospis	Sobota (2026-05-02)			
Dieta podstawowa dziecięca E: 2041.96 kcal, B: 91.46 g, T: 76.74 g, W: 263.9 g, Błonnik [g]: 32.76 , Cukier [g]: 81 , Sód [mg]: 1708.87 , Kwasy tł. nas. [g]: 19.89	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor 20g Ogórek kiszony 30g	Obiad Zupa jarzynowa z soczewicą [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Schab duszony w sosie koperkowym [D] 120g (09,07,01) Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g Banan 150g	2 Kolacja Galaretką z owocami 200g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Serek grani 50g (07) Paszтет drobiowy 50g Sałata 5g Papryka 45g
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 2094.38 kcal, B: 114.68 g, T: 54.08 g, W: 300.2 g, Błonnik [g]: 25.22 , Cukier [g]: 81.65 , Sód [mg]: 2181.47 , Kwasy tł. nas. [g]: 21.97	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 300g (07,01) Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Pasta z białek jaj z koperkiem 50g (03,07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 50g	Obiad Zupa grysikowa [G] 300g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany schab w sosie koperkowym [G] 120g (09,07,01) Gotowane buraczki [G] 200g Banan 200g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. 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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie



Jadłospis	Niedziela (2026-05-03)			
Dieta podstawowa E: 1938.78 kcal, B: 80.72 g, T: 76.68 g, W: 246.68 g, Błonnik [g]: 29.4, Cukier [g]: 89.16, Sód [mg]: 2711.73, Kwasy tł. nas. [g]: 30.43	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 60g (07) Sałata 5g Pomidor 45g	Obiad Zupa ogórkowa z ryżem [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Panierowany kotlet drobiowy smażony [S] 120g (01,03,07) Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g Banan 200g	2 Kolacja Kefir naturalny 200g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Dżem 50g Ogórek 40g Rzodkiewka 10g
Dieta łatwostrawna E: 2035.69 kcal, B: 88.51 g, T: 90.19 g, W: 231.44 g, Błonnik [g]: 28.35, Cukier [g]: 75.73, Sód [mg]: 2239.95, Kwasy tł. nas. [g]: 37.47	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 60g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa pietruszkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany filec z kurczaka w sosie marchewkowo cukiniowym [G] 120g (09) Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g Banan 150g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Dżem 60g Pomidor bez skórki 50g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1940.94 kcal, B: 93.18 g, T: 98.03 g, W: 188.33 g, Błonnik [g]: 33.21, Cukier [g]: 60.72, Sód [mg]: 3220.96, Kwasy tł. nas. [g]: 39.55	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 60g (07) Sałata 5g Pomidor 45g	Obiad Zupa ogórkowa z ryżem brązowym [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 150g Gotowany filec z kurczaka w sosie marchewkowo cukiniowym [G] 120g (09) Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g Jabłko 150g Słonecznik, nasiona, łuskane 20g	2 Kolacja Kefir naturalny 200g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Ser, tłżycki tłusty 60g (07) Ogórek 40g Rzodkiewka 10g
Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 2087.44 kcal, B: 90.89 g, T: 79.99 g, W: 266.54 g, Błonnik [g]: 30.35, Cukier [g]: 78.71, Sód [mg]: 2844.05, Kwasy tł. nas. [g]: 30.87	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 100g (01) Masło 20g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 60g (07) Sałata 5g Pomidor 45g	Obiad Zupa ogórkowa z ryżem [G] 350g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Panierowany kotlet drobiowy smażony [S] 150g (01,03,07) Surówka koperkowa z marchewką z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g Banan 150g	2 Kolacja Kefir naturalny 200g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Dżem 50g Ogórek 40g Rzodkiewka 10g



Jadłospis	Niedziela (2026-05-03)			
Dieta podstawowa dziecięca E: 1938.78 kcal, B: 80.72 g, T: 76.68 g, W: 246.68 g, Błonnik [g]: 29.4 , Cukier [g]: 89.16 , Sód [mg]: 2711.73 , Kwasy tł. nas. [g]: 30.43	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 60g (07) Sałata 5g Pomidor 45g	Obiad Zupa ogórkowa z ryżem [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Panierowany kotlet drobiowy smażony [S] 120g (01,03,07) Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g Banan 200g	2 Kolacja Kefir naturalny 200g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Dżem 50g Ogórek 40g Rzodkiewka 10g
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1966.37 kcal, B: 83.19 g, T: 60.21 g, W: 286.23 g, Błonnik [g]: 25.87 , Cukier [g]: 94.32 , Sód [mg]: 2357.91 , Kwasy tł. nas. [g]: 25.08	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 10g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 60g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa pietruszkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany filet z kurczaka w sosie marchewkowo cukiniowym [G] 120g (09) Gotowana marchewka [G] 200g Banan 150g	2 Kolacja Kefir naturalny 200g (07) Herbatniki bebe 40g (01,07,06)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. 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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie



Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-04)			
<p>Dieta podstawowa</p> <p>E: 2115.42 kcal, B: 97.81 g, T: 74.59 g, W: 272.93 g, Błonnik [g]: 29.34, Cukier [g]: 68.91, Sód [mg]: 2719.58, Kwasy tł. nas. [g]: 23.6</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (03) Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 45g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa curry z ciecierzycą i warzywami [G] 300g (09) Ryż gotowany [G] 200g Kurczak z warzywami po chińsku [D] 300g Banan 150g</p>	<p>2 Kolacja</p> <p>Jabłko 100g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Pasta rybna 50g (04,03,07) Ser, tłusty 50g (07) Ogórek kiszony 50g</p>
<p>Dieta łatwostrawna</p> <p>E: 2098.95 kcal, B: 93.83 g, T: 75.85 g, W: 268.36 g, Błonnik [g]: 21.86, Cukier [g]: 60, Sód [mg]: 2306.83, Kwasy tł. nas. [g]: 23.62</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (03) Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa koperkowa [G] 300g (09) Ryż gotowany [G] 200g Gotowany kurczak w lekkim białym sosie [G] 120g (09,07,01) Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 200g Banan 150g</p>	<p>2 Kolacja</p> <p>Jabłko gotowane [G] 100g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Ser, tłusty 50g (07) Delikatna pasta rybna 50g (04,07) Pomidor bez skórki 50g</p>
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>E: 1912.47 kcal, B: 105.85 g, T: 88.38 g, W: 184.33 g, Błonnik [g]: 32.05, Cukier [g]: 44.91, Sód [mg]: 2812.44, Kwasy tł. nas. [g]: 31.37</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (03) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 45g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa curry z ciecierzycą i warzywami [G] 300g (09) Ryż brązowy gotowany [G] 150g Kurczak z warzywami po chińsku [D] 300g Jabłko 100g</p>	<p>2 Kolacja</p> <p>Serek homo naturalny 150g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Pasta rybna 60g (04,03,07) Ser, tłusty 50g (07) Ogórek kiszony 50g</p>



Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-04)			
<p>Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej</p> <p>E: 2359.8 kcal, B: 110.08 g, T: 85.85 g, W: 297.18 g, Błonnik [g]: 32.47, Cukier [g]: 72.74, Sód [mg]: 2815.72, Kwasy tł. nas. [g]: 25.12</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 300g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (03) Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 45g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa curry z ciecierzycą i warzywami [G] 350g (09) Ryż gotowany [G] 220g Kurczak z warzywami po chińsku [D] 350g Banan 150g</p>	<p>2 Kolacja</p> <p>Jabłko 100g Słonecznik, nasiona, łuskane 20g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Pasta rybna 50g (04,03,07) Ser, tłuszczyki tłusty 50g (07) Ogórek kiszony 50g</p>
<p>Dieta podstawowa dziecięca</p> <p>E: 2115.42 kcal, B: 97.81 g, T: 74.59 g, W: 272.93 g, Błonnik [g]: 29.34, Cukier [g]: 68.91, Sód [mg]: 2719.58, Kwasy tł. nas. [g]: 23.6</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (03) Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 45g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa curry z ciecierzycą i warzywami [G] 300g (09) Ryż gotowany [G] 200g Kurczak z warzywami po chińsku [D] 300g Banan 150g</p>	<p>2 Kolacja</p> <p>Jabłko 100g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Pasta rybna 50g (04,03,07) Ser, tłuszczyki tłusty 50g (07) Ogórek kiszony 50g</p>
<p>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 2083.57 kcal, B: 93.48 g, T: 61.52 g, W: 297.86 g, Błonnik [g]: 22.64, Cukier [g]: 74.63, Sód [mg]: 2253.71, Kwasy tł. nas. [g]: 27.37</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 300g (07,01) Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Pasta z białek jaj z warzywami 50g (03) Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa koperkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany kurczak w lekkim białym sosie [G] 120g (09,07,01) Gotowane warzywa [G] 200g Banan 150g</p>	<p>2 Kolacja</p> <p>Jabłko gotowane [G] 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 100g (01) Masło 10g (07) Serek kanapkowy 70g (07) Delikatna pasta rybna 50g (04,07) Pomidor bez skórki 50g</p>

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. 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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie



Jadłospis	Wtorek (2026-05-05)			
Dieta podstawowa E: 1912.71 kcal, B: 94.03 g, T: 80.14 g, W: 218.28 g, Błonnik [g]: 30.31 , Cukier [g]: 64.27 , Sód [mg]: 2128.42 , Kwasy tł. nas. [g]: 25.91	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Twarożek z rzodkiewką 60g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor 45g	Obiad Zupa buraczkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Pieczona sztuka mięsa wieprzowego z pieczarkami w sosie własnym [P] 120g Surówka koperkowa z marchewką z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g Banan 150g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09) Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 100g (03,12,10) Rzodkiewka 10g Papryka 40g
Dieta łatwostrawna E: 1807 kcal, B: 92.11 g, T: 62.19 g, W: 233.75 g, Błonnik [g]: 28.37 , Cukier [g]: 81.34 , Sód [mg]: 2099.71 , Kwasy tł. nas. [g]: 23.78	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Twarożek 60g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa buraczkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie bazyliowym [G] 120g (09,07,01) Gotowana marchewka [G] 200g Banan 150g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Dżem 60g Pomidor bez skórki 50g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1945.21 kcal, B: 99.79 g, T: 93.51 g, W: 192.41 g, Błonnik [g]: 34.22 , Cukier [g]: 57.25 , Sód [mg]: 2220.12 , Kwasy tł. nas. [g]: 27.13	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Twarożek z rzodkiewką 60g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor 45g	Obiad Zupa buraczkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 150g Pieczona sztuka mięsa wieprzowego z pieczarkami w sosie własnym [P] 120g Surówka koperkowa z marchewką z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g Jabłko 100g Słonecznik, nasiona, łuskane 30g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 100g (03,12,10) Rzodkiewka 10g Papryka 40g
Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 2001.5 kcal, B: 100.04 g, T: 82.34 g, W: 230.24 g, Błonnik [g]: 31.82 , Cukier [g]: 65.96 , Sód [mg]: 2192.55 , Kwasy tł. nas. [g]: 26.65	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Twarożek z rzodkiewką 60g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor 45g	Obiad Zupa buraczkowa [G] 350g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Pieczona sztuka mięsa wieprzowego z pieczarkami w sosie własnym [P] 150g Surówka koperkowa z marchewką z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g Banan 150g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09) Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 100g (03,12,10) Rzodkiewka 10g Papryka 40g



Jadłospis	Wtorek (2026-05-05)			
Dieta podstawowa dziecięca E: 1912.71 kcal, B: 94.03 g, T: 80.14 g, W: 218.28 g, Błonnik [g]: 30.31 , Cukier [g]: 64.27 , Sód [mg]: 2128.42 , Kwasy tł. nas. [g]: 25.91	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Twarożek z rzodkiewką 60g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor 45g	Obiad Zupa buraczkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Pieczona sztuka mięsa wieprzowego z pieczarkami w sosie własnym [P] 120g Surówka koperkowa z marchewką z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g Banan 150g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09) Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 100g (03,12,10) Rzodkiewka 10g Papryka 40g
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1993.1 kcal, B: 101.03 g, T: 51.69 g, W: 293.96 g, Błonnik [g]: 24.61 , Cukier [g]: 88.41 , Sód [mg]: 2247.66 , Kwasy tł. nas. [g]: 19.63	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Twarożek 70g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa grycikowa [G] 300g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie bazyliowym [G] 120g (09,07,01) Gotowana marchewka [G] 200g Banan 150g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07) Herbatniki bebe 40g (01,07,06)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. 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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie



Jadłospis	środa (2026-05-06)			
Dieta podstawowa E: 2084.11 kcal, B: 95.43 g, T: 83.96 g, W: 250.33 g, Błonnik [g]: 29.38 , Cukier [g]: 71.77 , Sód [mg]: 2215.45 , Kwasy tł. nas. [g]: 28.07	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Pasta drobiowa 50g (07,12,10) Ser, tyłżycki tłusty 60g (07) Sałata 5g Ogórek 45g	Obiad Zupa kalafiorowa [G] 300g (09) Kasza jęczmienna gotowana [G] 200g (01) Duszony gulasz wieprzowy [D] 120g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 200g Banan 150g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Kanapkowa pasta z fasoli 60g Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Pomidor 50g
Dieta łatwostrawna E: 2145.68 kcal, B: 111.6 g, T: 69.73 g, W: 277.13 g, Błonnik [g]: 27.22 , Cukier [g]: 71.18 , Sód [mg]: 2050.66 , Kwasy tł. nas. [g]: 25.76	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Ser, tyłżycki tłusty 50g (07) Delikatna pasta drobiowa 60g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa kalafiorowa [G] 300g (09) Kasza kuskus gotowana [G] 200g (01) Gotowany gulasz wieprzowy [G] 120g (09) Gotowane buraczki [G] 200g Banan 150g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Pomidorowa pasta twarogowa 60g (07) Wędlina wieprzowa. 60g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 50g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1965.11 kcal, B: 94.2 g, T: 93.97 g, W: 200.75 g, Błonnik [g]: 33.15 , Cukier [g]: 55.96 , Sód [mg]: 2212.6 , Kwasy tł. nas. [g]: 27.26	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Pasta drobiowa 60g (07,12,10) Ser, tyłżycki tłusty 60g (07) Sałata 5g Ogórek 45g	Obiad Zupa kalafiorowa [G] 300g (09) Kasza jęczmienna gotowana [G] 150g (01) Duszony gulasz wieprzowy [D] 120g (09) Surówka z buraczków surowych z dodatkiem oleju rzepakowego 200g Jabłko 100g Słonecznik, nasiona, łuskane 30g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Kanapkowa pasta z fasoli 60g Wędlina wieprzowa. 60g (01,07,06,09) Pomidor 50g
Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 2290.64 kcal, B: 105.77 g, T: 88.27 g, W: 283.62 g, Błonnik [g]: 32.78 , Cukier [g]: 74.84 , Sód [mg]: 2427.43 , Kwasy tł. nas. [g]: 29.45	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 300g (07) Chleb pszenno-żytni. 100g (01) Masło 20g (07) Pasta drobiowa 50g (07,12,10) Ser, tyłżycki tłusty 60g (07) Sałata 5g Ogórek 45g	Obiad Zupa kalafiorowa [G] 350g (09) Kasza jęczmienna gotowana [G] 220g (01) Duszony gulasz wieprzowy [D] 150g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 200g Banan 150g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Kanapkowa pasta z fasoli 60g Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Pomidor 50g



Jadłospis	środa (2026-05-06)			
Dieta podstawowa dziecięca E: 2084.11 kcal, B: 95.43 g, T: 83.96 g, W: 250.33 g, Błonnik [g]: 29.38 , Cukier [g]: 71.77 , Sód [mg]: 2215.45 , Kwasy tł. nas. [g]: 28.07	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Pasta drobiowa 50g (07,12,10) Ser, tł. 60g (07) Sałata 5g Ogórek 45g	Obiad Zupa kalafiorowa [G] 300g (09) Kasza jęczmienna gotowana [G] 200g (01) Duszony gulasz wieprzowy [D] 120g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 200g Banan 150g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Kanapkowa pasta z fasoli 60g Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Pomidor 50g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 2056.44 kcal, B: 107.63 g, T: 68.6 g, W: 262.21 g, Błonnik [g]: 21.03 , Cukier [g]: 74.52 , Sód [mg]: 2127.65 , Kwasy tł. nas. [g]: 31.61	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 300g (07) Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Ser żółty 50g (07) Serek kanapkowy 40g (07) Delikatna pasta drobiowa 50g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa ryżowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany gulasz wieprzowy [G] 120g (09) Gotowane buraczki [G] 200g Banan 150g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Pomidorowa pasta twarogowa 60g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 50g

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. 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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie



Jadłospis	Czwartek (2026-05-07)			
Dieta podstawowa	Śniadanie	Obiad	2 Kolacja	Kolacja
E: 1915.6 kcal, B: 96.12 g, T: 76.83 g, W: 219.08 g, Błonnik [g]: 23.43 , Cukier [g]: 61.86 , Sód [mg]: 2012.39 , Kwasy tł. nas. [g]: 26.06	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Twarożek z warzywami 60g (07) Rzodkiewka 10g Papryka 40g	Zupa porowa z ziemniakami [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Pieczone udko z kurczaka w sosie pomidorowym [P] 120g (09,07,01) Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 200g Banan 200g	Serek homo naturalny 150g (07)	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Sałatka makaronowa z warzywami i serem 100g (01,03,07) Sałata 5g Ogórek 45g
E: 1968.79 kcal, B: 93.17 g, T: 72.99 g, W: 242.93 g, Błonnik [g]: 20.88 , Cukier [g]: 47.96 , Sód [mg]: 1985.41 , Kwasy tł. nas. [g]: 24.62	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Delikatny twarożek z warzywami 60g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g	Zupa marchewkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowane udko z kurczaka w sosie pietruszkowym [G] 120g (09,07,01) Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 200g Banan 150g	Serek homo naturalny 150g (07)	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina wieprzowa. 60g (01,07,06,09) Miód pszczeli 60g Pomidor bez skórki 50g
E: 1943.46 kcal, B: 107.37 g, T: 93.52 g, W: 178.72 g, Błonnik [g]: 27.13 , Cukier [g]: 45.35 , Sód [mg]: 2062.79 , Kwasy tł. nas. [g]: 29.16	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Twarożek z warzywami 60g (07) Rzodkiewka 10g Papryka 40g	Zupa porowa z ziemniakami [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 150g Duszone udko z kurczaka w sosie pietruszkowym [D] 150g (09,07,01) Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 200g Jabłko 100g Dyń, pestki, łuskane 30g	Serek homo naturalny 150g (07)	Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 100g (01) Masło 20g (07) Wędlina wieprzowa. 60g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 50g (03) Sałata 5g Ogórek 45g
E: 1960.79 kcal, B: 102.13 g, T: 79.49 g, W: 218.38 g, Błonnik [g]: 23.73 , Cukier [g]: 52.86 , Sód [mg]: 2034.99 , Kwasy tł. nas. [g]: 26.77	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09) Twarożek z warzywami 60g (07) Rzodkiewka 10g Papryka 40g	Zupa porowa z ziemniakami [G] 350g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Duszone udko z kurczaka w sosie pietruszkowym [D] 150g (09,07,01) Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 200g Banan 150g	Serek homo naturalny 150g (07)	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina wieprzowa. 70g (01,07,06,09) Sałatka makaronowa z warzywami i serem 100g (01,03,07) Sałata 5g Ogórek 45g



Jadłospis	Czwartek (2026-05-07)			
Dieta podstawowa dziecięca E: 1915.6 kcal, B: 96.12 g, T: 76.83 g, W: 219.08 g, Błonnik [g]: 23.43 , Cukier [g]: 61.86 , Sód [mg]: 2012.39 , Kwasy tł. nas. [g]: 26.06	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Twarożek z warzywami 60g (07) Rzodkiewka 10g Papryka 40g	Obiad Zupa porowa z ziemniakami [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Pieczone udko z kurczaka w sosie pomidorowym [P] 120g (09,07,01) Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 200g Banan 200g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Sałatka makaronowa z warzywami i serem 100g (01,03,07) Sałata 5g Ogórek 45g
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 2042.14 kcal, B: 100.14 g, T: 55.52 g, W: 292.49 g, Błonnik [g]: 18.16 , Cukier [g]: 61.02 , Sód [mg]: 2092.41 , Kwasy tł. nas. [g]: 19.89	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Delikatny twarożek z warzywami 60g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g	Obiad Zupa marchewkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowane udko z kurczaka w sosie pietruszkowym [G] 120g (09,07,01) Gotowane warzywa [G] 200g Banan 150g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07) Herbatniki bebe 40g (01,07,06)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. 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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie



Jadłospis	Piątek (2026-05-08)			
<p>Dieta podstawowa</p> <p>E: 2019.75 kcal, B: 98.92 g, T: 80.7 g, W: 242.52 g, Błonnik [g]: 29.16, Cukier [g]: 52.97, Sód [mg]: 2353.88, Kwasy tł. nas. [g]: 26.56</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07)</p> <p>Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 250g (07)</p> <p>Chleb pszenno-żytni. 80g (01)</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Jajko gotowane [G] 50g (03)</p> <p>Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09)</p> <p>Pomidor 45g</p> <p>Sałata 5g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G] 300g (09)</p> <p>Ziemniaki gotowane [G] 200g</p> <p>Smażona ryba z panierką [S] 120g (04,01,03)</p> <p>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g</p> <p>Jabłko 150g</p>	<p>2 Kolacja</p> <p>Kefir naturalny 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Herbata bez cukru 250g</p> <p>Chleb pszenno-żytni. 40g (01)</p> <p>Chleb razowy. 40g (01)</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09)</p> <p>Ser, tylżycki tłusty 50g (07)</p> <p>Papryka 50g</p>
<p>Dieta łatwostrawna</p> <p>E: 1897.71 kcal, B: 94.22 g, T: 69.04 g, W: 239.79 g, Błonnik [g]: 29.52, Cukier [g]: 54.53, Sód [mg]: 2428.01, Kwasy tł. nas. [g]: 25.27</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07)</p> <p>Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 250g (07)</p> <p>Chleb pszenno-żytni. 80g (01)</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Jajko gotowane [G] 50g (03)</p> <p>Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09)</p> <p>Pomidor bez skórki 45g</p> <p>Sałata 5g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G] 300g (09)</p> <p>Ziemniaki gotowane [G] 200g</p> <p>Gotowana ryba w sosie warzywnym [G] 120g (04,09,07)</p> <p>Gotowana marchewka [G] 200g</p> <p>Jabłko gotowane [G] 150g</p>	<p>2 Kolacja</p> <p>Kefir naturalny 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Herbata bez cukru 250g</p> <p>Chleb pszenno-żytni. 80g (01)</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09)</p> <p>Ser, tylżycki tłusty 50g (07)</p> <p>Pomidor bez skórki 50g</p>
<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>E: 1876 kcal, B: 97.51 g, T: 86.39 g, W: 197.39 g, Błonnik [g]: 33.64, Cukier [g]: 57.67, Sód [mg]: 2476.88, Kwasy tł. nas. [g]: 28.62</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07)</p> <p>Chleb razowy. 80g (01)</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Jajko gotowane [G] 50g (03)</p> <p>Wędlina wieprzowa. 60g (01,07,06,09)</p> <p>Pomidor 45g</p> <p>Sałata 5g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G] 300g (09)</p> <p>Ziemniaki gotowane [G] 150g</p> <p>Gotowana ryba w sosie warzywnym [G] 150g (04,09,07)</p> <p>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g</p> <p>Jabłko 150g</p> <p>Dynia, pestki, łuskane 20g</p>	<p>2 Kolacja</p> <p>Kefir naturalny 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Herbata bez cukru 250g</p> <p>Chleb razowy. 100g (01)</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09)</p> <p>Ser, tylżycki tłusty 70g (07)</p> <p>Papryka 50g</p>



Jadłospis	Piątek (2026-05-08)			
<p>Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej</p> <p>E: 2165.95 kcal, B: 107.09 g, T: 83.75 g, W: 264.8 g, Błonnik [g]: 30.72, Cukier [g]: 55.73, Sód [mg]: 2455.61, Kwasy tł. nas. [g]: 27.24</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07)</p> <p>Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 300g (07)</p> <p>Chleb pszenno-żytni. 80g (01)</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Jajko gotowane [G] 50g (03)</p> <p>Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09)</p> <p>Pomidor 45g</p> <p>Sałata 5g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G] 350g (09)</p> <p>Ziemniaki gotowane [G] 250g</p> <p>Smażona ryba z panierką [S] 150g (04,01,03)</p> <p>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g</p> <p>Jabłko 150g</p>	<p>2 Kolacja</p> <p>Kefir naturalny 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Herbata bez cukru 250g</p> <p>Chleb pszenno-żytni. 40g (01)</p> <p>Chleb razowy. 40g (01)</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09)</p> <p>Ser, tyłzycy tłusty 50g (07)</p> <p>Papryka 50g</p>
<p>Dieta podstawowa dziecięca</p> <p>E: 2019.75 kcal, B: 98.92 g, T: 80.7 g, W: 242.52 g, Błonnik [g]: 29.16, Cukier [g]: 52.97, Sód [mg]: 2353.88, Kwasy tł. nas. [g]: 26.56</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07)</p> <p>Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 250g (07)</p> <p>Chleb pszenno-żytni. 80g (01)</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Jajko gotowane [G] 50g (03)</p> <p>Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09)</p> <p>Pomidor 45g</p> <p>Sałata 5g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G] 300g (09)</p> <p>Ziemniaki gotowane [G] 200g</p> <p>Smażona ryba z panierką [S] 120g (04,01,03)</p> <p>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g</p> <p>Jabłko 150g</p>	<p>2 Kolacja</p> <p>Kefir naturalny 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Herbata bez cukru 250g</p> <p>Chleb pszenno-żytni. 40g (01)</p> <p>Chleb razowy. 40g (01)</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09)</p> <p>Ser, tyłzycy tłusty 50g (07)</p> <p>Papryka 50g</p>
<p>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 1871.75 kcal, B: 106.99 g, T: 48.92 g, W: 264.41 g, Błonnik [g]: 26.62, Cukier [g]: 52.82, Sód [mg]: 2079.91, Kwasy tł. nas. [g]: 19.42</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07)</p> <p>Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 300g (07)</p> <p>Chleb pszenny. 80g (01)</p> <p>Masło 10g (07)</p> <p>Pasta z białek jaj z pietruszką 50g (03,07)</p> <p>Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09)</p> <p>Pomidor bez skórki 45g</p> <p>Sałata 5g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G] 300g (09)</p> <p>Ziemniaki gotowane [G] 300g</p> <p>Gotowana ryba w sosie warzywnym [G] 120g (04,09,07)</p> <p>Gotowana marchewka [G] 200g</p> <p>Jabłko gotowane [G] 150g</p>	<p>2 Kolacja</p> <p>Serek homo naturalny 150g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Herbata bez cukru 250g</p> <p>Chleb pszenny. 80g (01)</p> <p>Masło 10g (07)</p> <p>Twaróg 50g (07)</p> <p>Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09)</p> <p>Pomidor bez skórki 50g</p>

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. 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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie



Jadłospis	Sobota (2026-05-09)			
Dieta podstawowa E: 1993.79 kcal, B: 75.73 g, T: 83.27 g, W: 248.27 g, Błonnik [g]: 27.4, Cukier [g]: 48.69, Sód [mg]: 2071.43, Kwasy tł. nas. [g]: 30.26	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 60g (07) Papryka 40g Rzodkiewka 10g	Obiad Zupa szpinakowa z ryżem [G] 300g (09) Kasza gryczana gotowana [G] 200g Duszony gulasz drobiowy z marchewką [D] 120g (09,07,01) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 200g Jabłko 150g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Miód pszczeli 50g Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 60g (03,07) Ogórek 50g
Dieta łatwostrawna E: 1955.61 kcal, B: 76.12 g, T: 69.88 g, W: 264.13 g, Błonnik [g]: 26.59, Cukier [g]: 45.81, Sód [mg]: 2056.78, Kwasy tł. nas. [g]: 26.7	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 50g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa szpinakowa z ryżem [G] 300g (09) Kasza kuskus gotowana [G] 200g (01) Gotowany gulasz drobiowy z marchewką [G] 120g (09,07,01) Gotowane buraczki [G] 200g Jabłko gotowane [G] 150g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Miód pszczeli 50g Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 50g (03,07) Pomidor bez skórki 50g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1962.51 kcal, B: 93.69 g, T: 93.34 g, W: 202.21 g, Błonnik [g]: 32.34, Cukier [g]: 61.77, Sód [mg]: 2696.6, Kwasy tł. nas. [g]: 31.36	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 60g (07) Papryka 40g Rzodkiewka 10g	Obiad Zupa szpinakowa z ryżem brązowym [G] 300g (09) Kasza gryczana gotowana [G] 150g Duszony gulasz drobiowy z marchewką [D] 150g (09,07,01) Surówka z buraczków surowych z dodatkiem oleju rzepakowego 200g Jabłko 150g Słonecznik, nasiona, łuskane 20g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 60g (03,07) Ogórek 50g
Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 2156.3 kcal, B: 83.78 g, T: 85.32 g, W: 278.12 g, Błonnik [g]: 31.34, Cukier [g]: 51.68, Sód [mg]: 2262.47, Kwasy tł. nas. [g]: 30.57	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 100g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 60g (07) Papryka 40g Rzodkiewka 10g	Obiad Zupa szpinakowa z ryżem [G] 350g (09) Kasza gryczana gotowana [G] 220g Duszony gulasz drobiowy z marchewką [D] 150g (09,07,01) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 200g Jabłko 150g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 60g (01) Masło 20g (07) Miód pszczeli 50g Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 60g (03,07) Ogórek 50g



Jadłospis	Sobota (2026-05-09)			
Dieta podstawowa dziecięca E: 1993.79 kcal , B: 75.73 g , T: 83.27 g , W: 248.27 g , Błonnik [g]: 27.4 , Cukier [g]: 48.69 , Sód [mg]: 2071.43 , Kwasy tł. nas. [g]: 30.26	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 60g (07) Papryka 40g Rzodkiewka 10g	Obiad Zupa szpinakowa z ryżem [G] 300g (09) Kasza gryczana gotowana [G] 200g Duszony gulasz drobiowy z marchewką [D] 120g (09,07,01) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 200g Jabłko 150g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Miód pszczeli 50g Klasy czarna pasta jajeczna z koperkiem 60g (03,07) Ogórek 50g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1875.61 kcal , B: 78.02 g , T: 55.75 g , W: 276.93 g , Błonnik [g]: 23.27 , Cukier [g]: 51.9 , Sód [mg]: 2265.95 , Kwasy tł. nas. [g]: 24.37	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 10g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 60g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa koperkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany gulasz drobiowy z marchewką [G] 120g (09,07,01) Gotowane buraczki [G] 200g Jabłko gotowane [G] 150g	2 Kolacja Kefir naturalny 200g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 100g (01) Masło 10g (07) Pasta z białek jaj z warzywami 60g (03) Miód pszczeli 60g Pomidor bez skórki 50g

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. 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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie



Jadłospis	Niedziela (2026-05-10)			
Dieta podstawowa E: 1904.81 kcal, B: 84.82 g, T: 65.98 g, W: 259.08 g, Błonnik [g]: 33.72 , Cukier [g]: 70.07 , Sód [mg]: 1994.83 , Kwasy tł. nas. [g]: 17.81	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g <u>(07,01)</u> Chleb pszenno-żytni. 80g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Wędlina wieprzowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u> Kanapkowa pasta z ciecierzycy 50g Sałata 5g Pomidor 45g	Obiad Zupa krupnik [G] 300g <u>(09,01)</u> Ziemniaki gotowane [G] 200g Pieczona sztuka wieprzowa w sosie pieczarkowo cebulowym [P] 120g <u>(09)</u> Gotowany kalafior skropiony olejem rzepakowym [G] 200g Banan 150g	2 Kolacja Jabłko 100g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <u>(01)</u> Chleb razowy. 40g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Pasta rybna 50g <u>(04,03,07)</u> Wędlina drobiowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u> Papryka 50g
Dieta łatwostrawna E: 1902.44 kcal, B: 94.72 g, T: 60.26 g, W: 255.71 g, Błonnik [g]: 25.12 , Cukier [g]: 60.61 , Sód [mg]: 1911.93 , Kwasy tł. nas. [g]: 16.4	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g <u>(07,01)</u> Chleb pszenno-żytni. 80g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Delikatna pasta drobiowa 50g <u>(07)</u> Wędlina wieprzowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u> Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa grysikowa [G] 300g <u>(09,01)</u> Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie selerowo pietruszkowym [G] 120g <u>(09,07,01)</u> Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 200g Banan 150g	2 Kolacja Jabłko gotowane [G] 100g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 80g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Wędlina drobiowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u> Delikatna pasta rybna 50g <u>(04,07)</u> Pomidor bez skórki 50g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1889.91 kcal, B: 94.56 g, T: 82.48 g, W: 209.6 g, Błonnik [g]: 36.29 , Cukier [g]: 57.82 , Sód [mg]: 2284.77 , Kwasy tł. nas. [g]: 21.08	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Chleb razowy. 80g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Wędlina wieprzowa. 60g <u>(01,07,06,09)</u> Kanapkowa pasta z ciecierzycy 70g Sałata 5g Pomidor 45g	Obiad Zupa krupnik [G] 300g <u>(09,01)</u> Ziemniaki gotowane [G] 150g Pieczona sztuka wieprzowa w sosie pieczarkowo cebulowym [P] 150g <u>(09)</u> Gotowany kalafior skropiony olejem rzepakowym [G] 200g Jabłko 150g Dynia, pestki, łuskane 30g	2 Kolacja Kefir naturalny 200g <u>(07)</u>	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 100g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Pasta rybna 60g <u>(04,03,07)</u> Wędlina drobiowa. 60g <u>(01,07,06,09)</u> Papryka 50g



Jadłospis	Niedziela (2026-05-10)			
Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 2154.03 kcal, B: 98.85 g, T: 69.98 g, W: 300.59 g, Błonnik [g]: 38.08 , Cukier [g]: 72.74 , Sód [mg]: 2243.86 , Kwasy tł. nas. [g]: 19.54	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 300g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 100g (01) Masło 20g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Kanapkowa pasta z ciecierzycy 50g Sałata 5g Pomidor 45g	Obiad Zupa krupnik [G] 350g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 250g Pieczona sztuka mięsa wieprzowego z pieczarkami w sosie własnym [P] 150g Gotowany kalafior skropiony olejem rzepakowym [G] 200g Banan 150g	2 Kolacja Jabłko 100g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Pasta rybna 50g (04,03,07) Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09) Papryka 50g
Dieta podstawowa dziecięca E: 1904.81 kcal, B: 84.82 g, T: 65.98 g, W: 259.08 g, Błonnik [g]: 33.72 , Cukier [g]: 70.07 , Sód [mg]: 1994.83 , Kwasy tł. nas. [g]: 17.81	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Kanapkowa pasta z ciecierzycy 50g Sałata 5g Pomidor 45g	Obiad Zupa krupnik [G] 300g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 200g Pieczona sztuka wieprzowa w sosie pieczarkowo cebulowym [P] 120g (09) Gotowany kalafior skropiony olejem rzepakowym [G] 200g Banan 150g	2 Kolacja Jabłko 100g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Pasta rybna 50g (04,03,07) Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09) Papryka 50g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 2044.21 kcal, B: 119.44 g, T: 55.7 g, W: 274.59 g, Błonnik [g]: 20.43 , Cukier [g]: 55.74 , Sód [mg]: 1987.93 , Kwasy tł. nas. [g]: 21.38	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 300g (07,01) Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Delikatna pasta drobiowa 50g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa grysikowa [G] 300g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie selerowo pietruszkowym [G] 120g (09,07,01) Gotowane warzywa [G] 200g Banan 150g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Wędlina drobiowa. 50g (01,07,06,09) Delikatna pasta rybna 50g (04,07) Pomidor bez skórki 50g

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. 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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

