

| Jadłospis | Niedziela (2026-05-31) | | | | |
|--|---|---|--|---|--|
| Dieta podstawowa E: 1808.77 kcal, B: 79.64 g, T: 77.44 g, W: 213.5 g, Błonnik [g]: 30.35, Cukier [g]: 48.22, Sód [mg]: 1811.2, Kwasy tł. nas. [g]: 30.22 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Twarożek ze szczypiorkiem 81g (07) Szyńka z piersi kurczaka 40g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 55g | II Śniadanie Kisiel 200g | Obiad Zupa krupnik [G] 300g (09,01) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany schab w sosie własnym [G] 120g Surówka z białej kapusty i marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 201g | Podwieczorek Jabłko 200g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Jajko gotowane [G] 50g (03) Serek kanapkowy 50g (07) Ogórek 50g |
| Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 2005.36 kcal, B: 109.68 g, T: 81.21 g, W: 224.49 g, Błonnik [g]: 30.94, Cukier [g]: 45.71, Sód [mg]: 2241.61, Kwasy tł. nas. [g]: 31.82 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Twarożek ze szczypiorkiem 70g (07) Szyńka z piersi kurczaka 30g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 55g | II Śniadanie Serek homo naturalny 150g (07) | Obiad Zupa krupnik [G] 350g (09,01) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany schab w sosie własnym [G] 150g Surówka z białej kapusty i marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 201g | Podwieczorek Jabłko 200g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Ser, twarogowy tłusty 30g (07) Szyńka wieprzowa, gotowana 60g Ogórek 50g |
| Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1848.73 kcal, B: 86.18 g, T: 56.89 g, W: 262.21 g, Błonnik [g]: 27.82, Cukier [g]: 50.02, Sód [mg]: 2231.27, Kwasy tł. nas. [g]: 32.46 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenny 100g (01) Masło ekstra 10g (07) Twarożek z koperkiem 80g (07) Szyńka z piersi kurczaka 30g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g | II Śniadanie Kisiel 200g | Obiad Zupa grysikowa [G] 301g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany schab w delikatnym sosie pomidorowym [G] 120g (09,07,01) Gotowana marchewka [G] 201g | Podwieczorek Jabłko gotowane [G] 200g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny 100g (01) Masło ekstra 10g (07) Szyńka wieprzowa, gotowana 30g Serek kanapkowy 70g (07) Pomidor bez skórki 50g |
| Dieta łatwostrawna E: 1820.12 kcal, B: 89.12 g, T: 59.84 g, W: 247.41 g, Błonnik [g]: 32.51, Cukier [g]: 49.56, Sód [mg]: 2278.09, Kwasy tł. nas. [g]: 21.36 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Twarożek z koperkiem 80g (07) Szyńka z piersi kurczaka 20g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g | II Śniadanie Kisiel 200g | Obiad Zupa grysikowa [G] 301g (09,01) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany schab w delikatnym sosie pomidorowym [G] 120g (09,07,01) Gotowana marchewka [G] 201g | Podwieczorek Jabłko gotowane [G] 200g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 100g (01) Masło ekstra 10g (07) Ser, twarogowy tłusty 30g (07) Szyńka wieprzowa, gotowana 70g Pomidor bez skórki 50g |

| Jadłospis | Niedziela (2026-05-31) | | | | |
|---|---|--|---|--|---|
| Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1816.64 kcal, B: 92.59 g, T: 80.57 g, W: 198.44 g, Błonnik [g]: 35.75 , Cukier [g]: 46.27 , Sód [mg]: 2169.08 , Kwasy tł. nas. [g]: 24.8 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb żytni razowy 80g (01) Masło ekstra 15g (07) Twarożek ze szczypiorkiem 70g (07) Szyńka z piersi kurczaka 40g (01,07,06,09) Sałata 5g Ogórek 55g | II Śniadanie Marchew 100g Hummus klasyczny 30g | Obiad Zupa krupnik [G] 300g (09,01) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 150g Gotowany schab w sosie własnym [G] 150g Surówka z białej kapusty i marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 201g | Podwieczorek Słonecznik, nasiona, łuskane 20g Jabłko 200g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb żytni razowy 60g (01) Masło ekstra 10g (07) Ser, tyłżycki tłusty 20g (07) Szyńka wieprzowa, gotowana 60g Ogórek 50g |
| | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Twarożek ze szczypiorkiem 81g (07) Szyńka z piersi kurczaka 40g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 55g | II Śniadanie Kisiel 200g | Obiad Zupa krupnik [G] 300g (09,01) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany schab w sosie własnym [G] 120g Surówka z białej kapusty i marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 201g | Podwieczorek Jabłko 200g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Jajko gotowane [G] 50g (03) Serek kanapkowy 50g (07) Ogórek 50g |
| Dieta papka E: 1924.92 kcal, B: 85.36 g, T: 72.85 g, W: 248.19 g, Błonnik [g]: 32.51 , Cukier [g]: 50.86 , Sód [mg]: 1919.99 , Kwasy tł. nas. [g]: 31.03 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Twarożek z koperkiem 80g (07) Wędlina drobiowa (zmielona) 20g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g | II Śniadanie Kisiel 200g | Obiad Zupa grysikowa [G] 301g (09,01) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] (pure) 300g Gotowany schab w delikatnym sosie pomidorowym [G] 120g (09,07,01) (zmielone) Gotowana marchewka [G] 201g | Podwieczorek Jabłko gotowane [G] 200g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 100g (01) Masło ekstra 10g (07) Wędlina wieprzowa (zmielona) 70g (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 | Poniedziałek (2026-06-01) | | | | |
|--|--|-------------------|---|--|--|
| Dieta podstawowa | Śniadanie | II Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja |
| <p>E: 2116.09 kcal, B: 89.79 g, T: 79.95 g, W: 273.9 g, Błonnik [g]: 28.86, Cukier [g]: 76.07, Sód [mg]: 1901.86, Kwasy tł. nas. [g]: 23.78</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka wieprzowa, gotowana 30g Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor 20g Ogórek 30g</p> | <p>Banan 150g</p> | <p>Zupa pomidorowa z ryżem [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Kasza gryczana gotowana [G] 200g Duszony gulasz drobiowy z ogórkiem kiszonym [D] 120g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 201g</p> | <p>Kefir naturalny 200g (07)</p> | <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Serek grani 50g (07) Paszтет drobiowy 50g Sałata 5g Papryka 45g</p> |
| <p>Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej</p> <p>E: 2190.97 kcal, B: 96.3 g, T: 81.96 g, W: 281.96 g, Błonnik [g]: 29.58, Cukier [g]: 78.37, Sód [mg]: 2003.14, Kwasy tł. nas. [g]: 24.38</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 300g (07,01) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka wieprzowa, gotowana 30g Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor 20g Ogórek 30g</p> | <p>Banan 150g</p> | <p>Zupa pomidorowa z ryżem [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Kasza gryczana gotowana [G] 200g Duszony gulasz drobiowy z ogórkiem kiszonym [D] 150g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 201g</p> | <p>Kefir naturalny 200g (07)</p> | <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Serek grani 50g (07) Paszтет drobiowy 50g Sałata 5g Papryka 45g</p> |
| <p>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 2063.79 kcal, B: 109.67 g, T: 54.41 g, W: 296.11 g, Błonnik [g]: 24.85, Cukier [g]: 83.17, Sód [mg]: 2276.22, Kwasy tł. nas. [g]: 27.48</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 300g (07,01) Chleb pszenny 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Pasta z białek jaj z koperkiem 50g (03,07) Szynka wieprzowa, gotowana 40g Pomidor bez skórki 50g</p> | <p>Banan 200g</p> | <p>Zupa ryżowa [G] 301g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany gulasz drobiowy [G] 120g (09,07,01) Gotowane buraczki [G] 201g</p> | <p>Serek homo naturalny 150g (07)</p> | <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Serek grani 70g (07) Szynka z piersi kurczaka 40g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 55g</p> |

| Jadłospis | Poniedziałek (2026-06-01) | | | | |
|--|--|--|---|--|---|
| Dieta łatwostrawna E: 2246.96 kcal, B: 110.93 g, T: 78.25 g, W: 284.31 g, Błonnik [g]: 27.58 , Cukier [g]: 69.93 , Sód [mg]: 2184.61 , Kwasy tł. nas. [g]: 29.77 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka wieprzowa, gotowana 40g Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor bez skórki 20g | II Śniadanie Banan 150g | Obiad Zupa pomidorowa z ryżem [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Kasza kuskus gotowana [G] 200g (01) Gotowany gulasz drobiowy [G] 120g (09,07,01) Gotowane buraczki [G] 201g | Podwieczorek Serek homo naturalny 150g (07) | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Serek grani 70g (07) Szynka z piersi kurczaka 40g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 55g |
| Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 2092.94 kcal, B: 95.73 g, T: 102.07 g, W: 213.63 g, Błonnik [g]: 32.93 , Cukier [g]: 53.78 , Sód [mg]: 1908.31 , Kwasy tł. nas. [g]: 31.47 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb żytni razowy 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka wieprzowa, gotowana 30g Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor 20g Ogórek 30g | II Śniadanie Jabłko 200g Dynia, pestki, łuskane 30g | Obiad Zupa pomidorowa z ryżem brązowym [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Kasza gryczana gotowana [G] 150g Duszony gulasz drobiowy z ogórkiem kiszonym [D] 120g (09) Surówka z buraczków surowych z dodatkiem oleju rzepakowego 201g | Podwieczorek Serek homo naturalny 150g (07) | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb żytni razowy 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Serek grani 60g (07) Pasztet drobiowy 60g Sałata 5g Papryka 45g |
| Dieta podstawowa dziecięca E: 2116.09 kcal, B: 89.79 g, T: 79.95 g, W: 273.9 g, Błonnik [g]: 28.86 , Cukier [g]: 76.07 , Sód [mg]: 1901.86 , Kwasy tł. nas. [g]: 23.78 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka wieprzowa, gotowana 30g Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor 20g Ogórek 30g | II Śniadanie Banan 150g | Obiad Zupa pomidorowa z ryżem [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Kasza gryczana gotowana [G] 200g Duszony gulasz drobiowy z ogórkiem kiszonym [D] 120g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 201g | Podwieczorek Kefir naturalny 200g (07) | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Serek grani 50g (07) Pasztet drobiowy 50g Sałata 5g Papryka 45g |

| Jadłospis | Poniedziałek (2026-06-01) | | | | |
|--|--|--------------|---|--------------------------------|--|
| Dieta papka | Śniadanie | II Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja |
| E: 2251.92 kcal, B: 109.24 g, T: 79.64 g, W: 284.17 g, Błonnik [g]: 27.68 , Cukier [g]: 70.12 , Sód [mg]: 2073.87 , Kwasy tł. nas. [g]: 29.24 | Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Wędlina wieprzowa (zmielona) 40g (01,07,06,09) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (03) Pomidor bez skórki 20g | Banan 150g | Zupa ryżowa [G] 301g (09) 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Kasza kuskus gotowana [G] 200g (01) Gotowany gulasz drobiowy [G] 120g (09,07,01) (zmielone) Gotowane buraczki [G] 201g | Serek homo naturalny 150g (07) | Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Serek grani 70g (07) Wędlina drobiowa (zmielona) 40g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 55g |

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 (2026-06-02) | | | | |
|--|---|--------------------------------------|--|--|---|
| Dieta podstawowa | Śniadanie | II Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja |
| E: 1815.5 kcal, B: 63.55 g, T: 74.53 g, W: 239.82 g, Błonnik [g]: 30.24, Cukier [g]: 84.77, Sód [mg]: 2155.09, Kwasy tł. nas. [g]: 30.12 | Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 60g (07) Sałata 5g Pomidor 45g | Mus owocowy 100% (smak dowolny) 100g | Zupa ogórkowa [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 200g Pieczony pulpet rybny w sosie porowym [P] 120g (04,09,07,03) Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 201g | Banan 200g | Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 40g (01,07,06,09) Dżem 50g Ogórek 40g Rzodkiewka 10g |
| Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 2025.64 kcal, B: 69.28 g, T: 75.89 g, W: 284.02 g, Błonnik [g]: 34.67, Cukier [g]: 101.65, Sód [mg]: 2228.47, Kwasy tł. nas. [g]: 30.33 | Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Galart z kurczaka 101g (09) Serek kanapkowy 60g (07) Sałata 5g Pomidor 45g | Mus owocowy 100% (smak dowolny) 200g | Zupa ogórkowa [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 300g Pieczony pulpet rybny w sosie porowym [P] 150g (04,09,07,03) Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 201g | Banan 200g | Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 60g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 30g (01,07,06,09) Dżem 60g Ogórek 40g Rzodkiewka 10g |
| Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1935.79 kcal, B: 78.06 g, T: 53.08 g, W: 292.97 g, Błonnik [g]: 20.58, Cukier [g]: 97.26, Sód [mg]: 2055.68, Kwasy tł. nas. [g]: 28.5 | Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 60g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g | Mus owocowy 100% (smak dowolny) 100g | Zupa ziemniaczana [G] 301g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany pulpet rybny w sosie koperkowym [G] 120g (0,3,04,09,07) Gotowane warzywa [G] 201g | Herbatniki bebe 40g (01,07,06) Banan 200g | Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 60g (01,07,06,09) Dżem 60g Pomidor bez skórki 50g |
| Dieta łatwostrawna E: 1882.31 kcal, B: 73.6 g, T: 69.68 g, W: 248.24 g, Błonnik [g]: 24.25, Cukier [g]: 74.76, Sód [mg]: 1990.4, Kwasy tł. nas. [g]: 29.2 | Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 60g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g | Mus owocowy 100% (smak dowolny) 100g | Zupa ziemniaczana [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany pulpet rybny w sosie koperkowym [G] 120g (0,3,04,09,07) Gotowane warzywa [G] 201g | Banan 150g | Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 60g (01,07,06,09) Dżem 60g Pomidor bez skórki 50g |

| Jadłospis | Wtorek (2026-06-02) | | | | |
|--|--|--|--|--|---|
| Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1983.8 kcal, B: 81.27 g, T: 113.16 g, W: 179.41 g, Błonnik [g]: 31.7 , Cukier [g]: 36.16 , Sód [mg]: 2200.09 , Kwasy tł. nas. [g]: 50.23 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Chleb żytni razowy 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Galart z kurczaka 100g <u>(09)</u> Serek kanapkowy 60g <u>(07)</u> Sałata 5g Pomidor 45g | II Śniadanie Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u> | Obiad Zupa ogórkowa [G] 301g <u>(09)</u> Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 150g Pieczony pulpet rybny w sosie porowym [P] 120g <u>(04,09,07,03)</u> Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 201g | Podwieczorek Jabłko 150g Słonecznik, nasiona, łuskane 20g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb żytni razowy 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Szynka z piersi kurczaka 20g <u>(01,07,06,09)</u> Serek kanapkowy 40g <u>(07)</u> Ogórek 40g Rzodkiewka 10g |
| | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Chleb pszenno-żytni 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Galart z kurczaka 100g <u>(09)</u> Serek kanapkowy 60g <u>(07)</u> Sałata 5g Pomidor 45g | II Śniadanie Mus owocowy 100% (smak dowolny) 100g | Obiad Zupa ogórkowa [G] 301g <u>(09)</u> Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 200g Pieczony pulpet rybny w sosie porowym [P] 120g <u>(04,09,07,03)</u> Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 201g | Podwieczorek Banan 200g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g <u>(01)</u> Chleb żytni razowy 40g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Szynka z piersi kurczaka 40g <u>(01,07,06,09)</u> Dżem 50g Ogórek 40g Rzodkiewka 10g |
| Dieta papka E: 1882.31 kcal, B: 73.6 g, T: 69.68 g, W: 248.24 g, Błonnik [g]: 24.25 , Cukier [g]: 74.76 , Sód [mg]: 1990.4 , Kwasy tł. nas. [g]: 29.2 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Chleb pszenno-żytni 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Galart z kurczaka 100g <u>(09)</u> Serek kanapkowy 60g <u>(07)</u> Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g | II Śniadanie Mus owocowy 100% (smak dowolny) 100g | Obiad Zupa ziemniaczana [G] 301g <u>(09)</u> Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] (pure) 300g Gotowany pulpet rybny w sosie koperkowym [G] 120g <u>(0,3,04,09,07)</u> <u>(zmielone)</u> Gotowane warzywa [G] 201g | Podwieczorek Banan 150g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Wędlina drobiowa (zmielona) 60g <u>(01,07,06,09)</u> Dżem 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 | środa (2026-06-03) | | | | |
|--|---|---------------------------------------|--|---|---|
| Dieta podstawowa E: 2237.63 kcal, B: 93.08 g, T: 86.3 g, W: 283.58 g, Błonnik [g]: 29.65 , Cukier [g]: 72.55 , Sód [mg]: 1982.3 , Kwasy tł. nas. [g]: 27.06 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g <u>(07,01)</u> Chleb pszenno-żytni 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g <u>(03)</u> Szyńka z piersi kurczaka 50g <u>(01,07,06,09)</u> Sałata 5g Papryka 45g | II Śniadanie Banan 150g | Obiad Zupa pieczarkowa [G] 301g <u>(09,07)</u> Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ryż gotowany [G] 200g Kurczak po meksykańsku z fasolą [D] 121g Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego 202g | Podwieczorek Baton owocowy kokos & orzech 35g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g <u>(01)</u> Chleb żytni razowy 40g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Pasta rybna 70g <u>(04,03,07)</u> Ser, tłżycki tłusty 30g <u>(07)</u> Ogórek 50g |
| Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 2320.59 kcal, B: 93.37 g, T: 87.95 g, W: 303.2 g, Błonnik [g]: 35.44 , Cukier [g]: 84.85 , Sód [mg]: 1832.6 , Kwasy tł. nas. [g]: 27.74 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Zupa mleczna z kaszą manną [G] 300g <u>(07,01)</u> Chleb pszenno-żytni 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g <u>(03)</u> Szyńka z piersi kurczaka 30g <u>(01,07,06,09)</u> Sałata 5g Papryka 45g | II Śniadanie Banan 200g | Obiad Zupa pieczarkowa [G] 301g <u>(09,07)</u> Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ryż brązowy gotowany [G] 200g Kurczak po meksykańsku z fasolą [D] 151g Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego 202g | Podwieczorek Baton owocowy kokos & orzech 35g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g <u>(01)</u> Chleb żytni razowy 40g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Pasta rybna 50g <u>(04,03,07)</u> Ser, tłżycki tłusty 30g <u>(07)</u> Ogórek 50g |
| Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 2067.72 kcal, B: 91.6 g, T: 55.81 g, W: 313.47 g, Błonnik [g]: 27.6 , Cukier [g]: 101.65 , Sód [mg]: 2088.33 , Kwasy tł. nas. [g]: 33.08 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Zupa mleczna z kaszą manną [G] 300g <u>(07,01)</u> Chleb pszenny 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Pasta z białek jaj z warzywami 50g <u>(03)</u> Szyńka z piersi kurczaka 50g <u>(01,07,06,09)</u> Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g | II Śniadanie Banan 200g | Obiad Zupa owocowa [G] 300g Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany filet z kurczaka w sosie kalafiorowym [G] 120g <u>(09,07)</u> Gotowane buraczki [G] 201g | Podwieczorek Jabłko gotowane [G] 200g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny 100g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Serek kanapkowy 70g <u>(07)</u> Delikatna pasta rybna 50g <u>(04,07)</u> Pomidor bez skórki 50g |

| Jadłospis | środa (2026-06-03) | | | | |
|--|--|--|--|--|---|
| Dieta łatwostrawna E: 2018.55 kcal, B: 91.42 g, T: 68.18 g, W: 272.26 g, Błonnik [g]: 25.97 , Cukier [g]: 77.08 , Sód [mg]: 2075.75 , Kwasy tł. nas. [g]: 25.3 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g <u>(07,01)</u> Chleb pszenno-żytni 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g <u>(03)</u> Szyńka z piersi kurczaka 50g <u>(01,07,06,09)</u> Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g | II Śniadanie Banan 150g | Obiad Zupa owocowa [G] 300g Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ryż gotowany [G] 200g Gotowany filet z kurczaka w sosie kalafiorowym [G] 120g <u>(09,07)</u> Gotowane buraczki [G] 201g | Podwieczorek Jabłko gotowane [G] 100g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Ser, tłżycki tłusty 50g <u>(07)</u> Delikatna pasta rybna 50g <u>(04,07)</u> Pomidor bez skórki 50g |
| Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 2030.26 kcal, B: 101.77 g, T: 102.62 g, W: 190.73 g, Błonnik [g]: 32.51 , Cukier [g]: 33.76 , Sód [mg]: 1996.07 , Kwasy tł. nas. [g]: 32.2 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Chleb żytni razowy 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g <u>(03)</u> Szyńka z piersi kurczaka 60g <u>(01,07,06,09)</u> Sałata 5g Papryka 45g | II Śniadanie Jabłko 100g Dynia, pestki, łuskane 20g | Obiad Zupa pieczarkowa [G] 301g <u>(09,07)</u> Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ryż brązowy gotowany [G] 150g Kurczak po meksykańsku z fasolą [D] 121g Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego 202g | Podwieczorek Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u> | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb żytni razowy 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Pasta rybna 80g <u>(04,03,07)</u> Ser, tłżycki tłusty 20g <u>(07)</u> Ogórek 50g |
| Dieta podstawowa dziecięca E: 2237.63 kcal, B: 93.08 g, T: 86.3 g, W: 283.58 g, Błonnik [g]: 29.65 , Cukier [g]: 72.55 , Sód [mg]: 1982.3 , Kwasy tł. nas. [g]: 27.06 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g <u>(07,01)</u> Chleb pszenno-żytni 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g <u>(03)</u> Szyńka z piersi kurczaka 50g <u>(01,07,06,09)</u> Sałata 5g Papryka 45g | II Śniadanie Banan 150g | Obiad Zupa pieczarkowa [G] 301g <u>(09,07)</u> Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ryż gotowany [G] 200g Kurczak po meksykańsku z fasolą [D] 121g Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego 202g | Podwieczorek Baton owocowy kokos & orzech 35g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g <u>(01)</u> Chleb żytni razowy 40g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Pasta rybna 70g <u>(04,03,07)</u> Ser, tłżycki tłusty 30g <u>(07)</u> Ogórek 50g |

| Jadłospis | środa (2026-06-03) | | | | |
|---|---|--------------|---|--------------------------|--|
| Dieta papka | Śniadanie | II Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja |
| E: 2080.45 kcal, B: 83.64 g, T: 77.94 g, W: 273.65 g, Błonnik [g]: 25.97 , Cukier [g]: 78.29 , Sód [mg]: 1882.85 , Kwasy tł. nas. [g]: 32.86 | Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (03) Wędlina drobiowa (zmielona) 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g | Banan 150g | Zupa owocowa [G] 300g Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ryż gotowany [G] 200g Gotowany filet z kurczaka w sosie kalafiorowym [G] 120g (09,07) (zmielone) Gotowane buraczki [G] 201g | Jabłko gotowane [G] 100g | Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Delikatna pasta rybna 50g (04,07) 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 | Czwartek (2026-06-04) | | | | |
|---|--|-------------------|--|---|---|
| Dieta podstawowa | Śniadanie | II Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja |
| <p>E: 2029.34 kcal, B: 103.01 g, T: 87.29 g, W: 223.44 g, Błonnik [g]: 31.43, Cukier [g]: 54.49, Sód [mg]: 2209.77, Kwasy tł. nas. [g]: 27.01</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Twarożek z rzodkiewką 60g (07) Szynka wieprzowa, gotowana 50g Sałata 5g Pomidor 45g</p> | <p>Banan 150g</p> | <p>Zupa jarzynowa z soczewicą [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 200g Pieczony kurczak z pieczarkami [P] 120g Surówka z białej kapusty, kukurydzy, koperku i marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g</p> | <p>Serek homo naturalny 150g (07)</p> | <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 50g (01,07,06,09) Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 100g (03,12,10) Sałatka z mixem sałat z olejem słonecznikowym 50g</p> |
| <p>Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej</p> <p>E: 2136.88 kcal, B: 110.29 g, T: 88.99 g, W: 239.94 g, Błonnik [g]: 32.91, Cukier [g]: 55.39, Sód [mg]: 2322.99, Kwasy tł. nas. [g]: 27.18</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Twarożek z rzodkiewką 60g (07) Szynka wieprzowa, gotowana 50g Sałata 5g Pomidor 45g</p> | <p>Banan 150g</p> | <p>Zupa jarzynowa z soczewicą [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 300g Pieczony kurczak z pieczarkami [P] 150g Surówka z białej kapusty, kukurydzy, koperku i marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g</p> | <p>Serek homo naturalny 150g (07)</p> | <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 50g (01,07,06,09) Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 100g (03,12,10) Sałatka z mixem sałat z olejem słonecznikowym 50g</p> |
| <p>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 2033.7 kcal, B: 87.27 g, T: 57.02 g, W: 306.26 g, Błonnik [g]: 25.56, Cukier [g]: 98.46, Sód [mg]: 2089.88, Kwasy tł. nas. [g]: 26.87</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenny 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka wieprzowa, gotowana 30g Twarożek 70g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g</p> | <p>Banan 200g</p> | <p>Zupa grysikowa [G] 301g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany kurczak w sosie pietruszkowym [G] 120g (09,07,01) Gotowana marchewka [G] 201g</p> | <p>Serek homo naturalny 150g (07) Herbatniki bebe 40g (01,07,06)</p> | <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 30g (01,07,06,09) Dżem 60g Pomidor bez skórki 50g</p> |

| Jadłospis | Czwartek (2026-06-04) | | | | |
|--|--|--|--|---|---|
| Dieta łatwostrawna E: 1973.1 kcal, B: 86.63 g, T: 73.04 g, W: 256.8 g, Błonnik [g]: 28.28, Cukier [g]: 85.18, Sód [mg]: 2224.18, Kwasy tł. nas. [g]: 27.72 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka wieprzowa, gotowana 30g Twarożek 70g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g | II Śniadanie Banan 200g | Obiad Zupa grysikowa [G] 301g (09,01) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany kurczak w sosie pietruszkowym [G] 120g (09,07,01) Gotowana marchewka [G] 201g | Podwieczorek Serek homo naturalny 150g (07) | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 60g (01,07,06,09) Dżem 60g Pomidor bez skórki 50g |
| Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 2061.84 kcal, B: 108.77 g, T: 100.66 g, W: 197.57 g, Błonnik [g]: 35.34, Cukier [g]: 36.07, Sód [mg]: 2210.87, Kwasy tł. nas. [g]: 28.23 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb żytni razowy 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Twarożek z rzodkiewką 60g (07) Szynka wieprzowa, gotowana 50g Sałata 5g Pomidor 45g | II Śniadanie Jabłko 100g Stonecznik, nasiona, łuskane 30g | Obiad Zupa jarzynowa z soczewicą [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 150g Pieczony kurczak z pieczarkami [P] 120g Surówka z białej kapusty, kukurydzy, koperku i marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g | Podwieczorek Serek homo naturalny 150g (07) | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb żytni razowy 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 60g (01,07,06,09) Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 100g (03,12,10) Sałatka z mixem sałat z olejem słonecznikowym 50g |
| Dieta podstawowa dziecięca E: 2029.34 kcal, B: 103.01 g, T: 87.29 g, W: 223.44 g, Błonnik [g]: 31.43, Cukier [g]: 54.49, Sód [mg]: 2209.77, Kwasy tł. nas. [g]: 27.01 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Twarożek z rzodkiewką 60g (07) Szynka wieprzowa, gotowana 50g Sałata 5g Pomidor 45g | II Śniadanie Banan 150g | Obiad Zupa jarzynowa z soczewicą [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 200g Pieczony kurczak z pieczarkami [P] 120g Surówka z białej kapusty, kukurydzy, koperku i marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g | Podwieczorek Serek homo naturalny 150g (07) | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 50g (01,07,06,09) Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 100g (03,12,10) Sałatka z mixem sałat z olejem słonecznikowym 50g |

| Jadłospis | Czwartek (2026-06-04) | | | | |
|---|--|--------------|--|--------------------------------|---|
| Dieta papka | Śniadanie | II Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja |
| E: 1962.6 kcal, B: 85.97 g, T: 72.29 g, W: 256.53 g, Błonnik [g]: 28.28, Cukier [g]: 85.21, Sód [mg]: 2079.58, Kwasy tł. nas. [g]: 27.35 | Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Wędlina wieprzowa (zmielona) 30g (01,07,06,09) Twarożek 70g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g | Banan 200g | Zupa grysikowa [G] 301g (09,01) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] (pure) 200g Gotowany kurczak w sosie pietruszkowym [G] 120g (09,07,01) (zmielone) Gotowana marchewka [G] 201g | Serek homo naturalny 150g (07) | Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Wędlina drobiowa (zmielona) 60g (01,07,06,09) Dżem 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 | Piątek (2026-06-05) | | | | |
|---|---|---|--|-------------------|--|
| Dieta podstawowa | Śniadanie | II Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja |
| <p>E: 2113.97 kcal, B: 85.45 g, T: 93.73 g, W: 249.02 g, Błonnik [g]: 29.37, Cukier [g]: 66.68, Sód [mg]: 1993.04, Kwasy tł. nas. [g]: 35.09</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Pasta drobiowa 70g (07,12,10) Ser, tłusty 30g (07) Sałata 5g Ogórek 45g</p> | <p>Budyń bez cukru 200g (07,03)</p> | <p>Zupa cukiniowa [G] 300g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 200g Smażona ryba z panierką [S] 120g (04,01,03) Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 201g</p> | <p>Banan 150g</p> | <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Kanapkowa pasta z fasoli 60g Serek kanapkowy 40g (07) Pomidor 50g</p> |
| <p>Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej</p> <p>E: 2390.39 kcal, B: 98.41 g, T: 95.69 g, W: 302.43 g, Błonnik [g]: 32.92, Cukier [g]: 83.82, Sód [mg]: 2156.59, Kwasy tł. nas. [g]: 34.62</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 300g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Pasta drobiowa 70g (07,12,10) Ser, tłusty 30g (07) Sałata 5g Ogórek 45g</p> | <p>Budyń bez cukru 300g (07,03)</p> | <p>Zupa cukiniowa [G] 300g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 300g Smażona ryba z panierką [S] 150g (04,01,03) Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 201g</p> | <p>Banan 200g</p> | <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 60g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Kanapkowa pasta z fasoli 60g Serek kanapkowy 30g (07) Pomidor 50g</p> |
| <p>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 1880.85 kcal, B: 94.23 g, T: 52.77 g, W: 263.71 g, Błonnik [g]: 18.21, Cukier [g]: 76.28, Sód [mg]: 1967.29, Kwasy tł. nas. [g]: 28.86</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 300g (07) Chleb pszenny 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Serek kanapkowy 40g (07) Delikatna pasta drobiowa 50g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g</p> | <p>Budyń bez cukru 201g (07,03)</p> | <p>Zupa cukiniowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany pulpet rybny w sosie warzywnym [G] 120g (04,09,07,03) Gotowane warzywa [G] 201g</p> | <p>Banan 200g</p> | <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Pomidorowa pasta twarogowa 60g (07) Szynka wieprzowa, gotowana 50g Pomidor bez skórki 50g</p> |

| Jadłospis | Piątek (2026-06-05) | | | | |
|--|---|---|--|---|---|
| Dieta łatwostrawna E: 1904.26 kcal, B: 96.84 g, T: 65.35 g, W: 239.88 g, Błonnik [g]: 21.43 , Cukier [g]: 73.5 , Sód [mg]: 2001.65 , Kwasy tł. nas. [g]: 24.43 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Zupa mleczna z ryżem [G] 250g <u>(07)</u> Chleb pszenno-żytni 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Ser, tyłżycki tłusty 30g <u>(07)</u> Delikatna pasta drobiowa 60g <u>(07)</u> Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g | II Śniadanie Budyń bez cukru 200g <u>(07,03)</u> | Obiad Zupa cukiniowa [G] 300g <u>(09)</u> Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany pulpet rybny w sosie warzywnym [G] 120g <u>(04,09,07,03)</u> Gotowane warzywa [G] 201g | Podwieczorek Banan 200g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Pomidorowa pasta twarogowa 60g <u>(07)</u> Szynka wieprzowa, gotowana 60g Pomidor bez skórki 50g |
| Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1923.89 kcal, B: 77.97 g, T: 102.55 g, W: 192.03 g, Błonnik [g]: 35.34 , Cukier [g]: 40.73 , Sód [mg]: 2142.2 , Kwasy tł. nas. [g]: 41 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Chleb żytni razowy 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Pasta drobiowa 60g <u>(07,12,10)</u> Ser, tyłżycki tłusty 60g <u>(07)</u> Sałata 5g Ogórek 45g | II Śniadanie Papryka czerwona 100g Hummus klasyczny 30g | Obiad Zupa cukiniowa [G] 300g <u>(09)</u> Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 150g Gotowany pulpet rybny w sosie warzywnym [G] 120g <u>(04,09,07,03)</u> Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 201g | Podwieczorek Jogurt naturalny 100g <u>(07)</u> Jabłko 100g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb żytni razowy 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Kanapkowa pasta z fasoli 60g Serek kanapkowy 60g <u>(07)</u> Pomidor 50g |
| Dieta podstawowa dziecięca E: 2113.97 kcal, B: 85.45 g, T: 93.73 g, W: 249.02 g, Błonnik [g]: 29.37 , Cukier [g]: 66.68 , Sód [mg]: 1993.04 , Kwasy tł. nas. [g]: 35.09 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Zupa mleczna z ryżem [G] 250g <u>(07)</u> Chleb pszenno-żytni 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Pasta drobiowa 70g <u>(07,12,10)</u> Ser, tyłżycki tłusty 30g <u>(07)</u> Sałata 5g Ogórek 45g | II Śniadanie Budyń bez cukru 200g <u>(07,03)</u> | Obiad Zupa cukiniowa [G] 300g <u>(09)</u> Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 200g Smażona ryba z panierką [S] 120g <u>(04,01,03)</u> Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 201g | Podwieczorek Banan 150g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g <u>(01)</u> Chleb żytni razowy 40g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Kanapkowa pasta z fasoli 60g Serek kanapkowy 40g <u>(07)</u> Pomidor 50g |

| Jadłospis | Piątek (2026-06-05) | | | | |
|---|--|-------------------------------------|---|--------------|--|
| Dieta papka | Śniadanie | II Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja |
| E: 2012.56 kcal, B: 93.3 g, T: 78.61 g, W: 240.75 g, Błonnik [g]: 21.43, Cukier [g]: 74.79, Sód [mg]: 1691.75, Kwasy tł. nas. [g]: 34.23 | Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Delikatna pasta drobiowa 60g (07) Serek kanapkowy 60g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g | Budyń bez cukru 200g (07,03) | Zupa cukiniowa [G] 300g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] (pure) 200g Gotowany pulpet rybny w sosie warzywnym [G] 120g (04,09,07,03) (zmielone) Gotowane warzywa [G] 201g | Banan 200g | Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Pomidorowa pasta twarogowa 60g (07) Wędlina wieprzowa (zmielona) 60g (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 | Sobota (2026-06-06) | | | | |
|---|---|-------------------|--|---|---|
| Dieta podstawowa | Śniadanie | II Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja |
| <p>E: 2116.72 kcal, B: 103.08 g, T: 86.26 g, W: 245.24 g, Błonnik [g]: 28.59, Cukier [g]: 70.02, Sód [mg]: 2124.58, Kwasy tł. nas. [g]: 29.21</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Chleb pszenno-żytni 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Szynka z piersi kurczaka 60g <u>(01,07,06,09)</u> Twarożek z warzywami 60g <u>(07)</u> Rzodkiewka 10g Papryka 40g</p> | <p>Banan 200g</p> | <p>Zupa buraczkowa [G] 301g <u>(09)</u> Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Makaron gotowany [G] 200g <u>(01,03)</u> Sos boloński z mielonym mięsem wieprzowym [G] 120g Surówka colesław z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g <u>(03,12)</u></p> | <p>Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u></p> | <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g <u>(01)</u> Chleb żytni razowy 40g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Szynka wieprzowa, gotowana 50g Sałatka makaronowa z warzywami i serem 100g <u>(01,03,07)</u> Sałatka z mixem sałat z olejem słonecznikowym 50g</p> |
| <p>Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej</p> <p>E: 2150.12 kcal, B: 105.02 g, T: 88.8 g, W: 246.11 g, Błonnik [g]: 28.8, Cukier [g]: 70.41, Sód [mg]: 2012.66, Kwasy tł. nas. [g]: 29.89</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Chleb pszenno-żytni 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Szynka z piersi kurczaka 30g <u>(01,07,06,09)</u> Twarożek z warzywami 60g <u>(07)</u> Rzodkiewka 10g Papryka 40g</p> | <p>Banan 200g</p> | <p>Zupa buraczkowa [G] 301g <u>(09)</u> Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Makaron gotowany [G] 200g <u>(01,03)</u> Sos boloński z mielonym mięsem wieprzowym [G] 150g Surówka colesław z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g <u>(03,12)</u></p> | <p>Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u></p> | <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g <u>(01)</u> Chleb żytni razowy 40g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Szynka wieprzowa, gotowana 70g Sałatka makaronowa z warzywami i serem 100g <u>(01,03,07)</u> Sałatka z mixem sałat z olejem słonecznikowym 50g</p> |
| <p>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 2086.97 kcal, B: 97.73 g, T: 51.7 g, W: 319.28 g, Błonnik [g]: 23.08, Cukier [g]: 84.88, Sód [mg]: 2151.1, Kwasy tł. nas. [g]: 25.05</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Chleb pszenny 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Delikatny twarożek z warzywami 60g <u>(07)</u> Szynka z piersi kurczaka 60g <u>(01,07,06,09)</u> Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g</p> | <p>Banan 200g</p> | <p>Zupa koperkowa [G] 301g <u>(09)</u> Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany delikatny sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym [G] 120g <u>(07)</u> Gotowane buraczki [G] 201g</p> | <p>Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u> Herbatniki bebe 40g <u>(01,07,06)</u></p> | <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Szynka wieprzowa, gotowana 30g Miód pszczeli 60g Pomidor bez skórki 50g</p> |

| Jadłospis | Sobota (2026-06-06) | | | | |
|--|--|--|---|---|--|
| Dieta łatwostrawna E: 2051.3 kcal, B: 100.54 g, T: 66.77 g, W: 273.9 g, Błonnik [g]: 24.46 , Cukier [g]: 65.29 , Sód [mg]: 2292.22 , Kwasy tł. nas. [g]: 26.4 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Delikatny twarożek z warzywami 60g (07) Szynka z piersi kurczaka 60g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g | II Śniadanie Banan 150g | Obiad Zupa buraczkowa [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Makaron gotowany [G] 200g (01,03) Gotowany delikatny sos pomidorowy z z mielonym mięsem wieprzowym [G] 120g (07) Gotowane buraczki [G] 201g | Podwieczorek Serek homo naturalny 150g (07) | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka wieprzowa, gotowana 60g Miód pszczeli 60g Pomidor bez skórki 50g |
| Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 2137.22 kcal, B: 107.35 g, T: 97.21 g, W: 224.73 g, Błonnik [g]: 39.95 , Cukier [g]: 52.34 , Sód [mg]: 2063.73 , Kwasy tł. nas. [g]: 30.93 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb żytni razowy 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 30g (01,07,06,09) Twarożek z warzywami 80g (07) Rzodkiewka 10g Papryka 40g | II Śniadanie Jabłko 100g Dynia, pestki, łuskane 20g | Obiad Zupa buraczkowa [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Makaron razowy, gotowany [G] 150g Sos boloński z mielonym mięsem wieprzowym [G] 120g Surówka colesław z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g (03,12) | Podwieczorek Serek homo naturalny 150g (07) Jabłko 100g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb żytni razowy 100g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka wieprzowa, gotowana 60g Jajko gotowane [G] 50g (03) Sałatka z mixem sałat z olejem słonecznikowym 50g |
| Dieta podstawowa dziecięca E: 2116.72 kcal, B: 103.08 g, T: 86.26 g, W: 245.24 g, Błonnik [g]: 28.59 , Cukier [g]: 70.02 , Sód [mg]: 2124.58 , Kwasy tł. nas. [g]: 29.21 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 60g (01,07,06,09) Twarożek z warzywami 60g (07) Rzodkiewka 10g Papryka 40g | II Śniadanie Banan 200g | Obiad Zupa buraczkowa [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Makaron gotowany [G] 200g (01,03) Sos boloński z mielonym mięsem wieprzowym [G] 120g Surówka colesław z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g (03,12) | Podwieczorek Serek homo naturalny 150g (07) | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka wieprzowa, gotowana 50g Sałatka makaronowa z warzywami i serem 100g (01,03,07) Sałatka z mixem sałat z olejem słonecznikowym 50g |

| Jadłospis | Sobota (2026-06-06) | | | | |
|---|--|--------------|--|--------------------------------|---|
| Dieta papka | Śniadanie | II Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja |
| E: 2030.3 kcal, B: 99.22 g, T: 65.27 g, W: 273.36 g, Błonnik [g]: 24.46, Cukier [g]: 65.35, Sód [mg]: 2003.02, Kwasy tł. nas. [g]: 25.66 | Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Delikatny twarożek z warzywami 60g (07) Wędlina drobiowa (zmielona) 60g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g | Banan 150g | Zupa buraczkowa [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Makaron gotowany [G] 200g (01,03) Gotowany delikatny sos pomidorowy z z mielonym mięsem wieprzowym [G] 120g (07) (zmielone) Gotowane buraczki [G] 201g | Serek homo naturalny 150g (07) | Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Wędlina wieprzowa (zmielona) 60g (01,07,06,09) 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 (2026-06-07) | | | | |
|--|--|--------------------|---|---------------------------------|---|
| Dieta podstawowa | Śniadanie | II Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja |
| <p>E: 2014.07 kcal, B: 81.27 g, T: 84.95 g, W: 247.57 g, Błonnik [g]: 33.53, Cukier [g]: 58.44, Sód [mg]: 2239.26, Kwasy tł. nas. [g]: 33.09</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Jajko gotowane [G] 50g (03) Szynka wieprzowa, gotowana 30g Pomidor 45g Sałata 5g</p> | <p>Kisiel 200g</p> | <p>Zupa z fasolki szparagowej [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 200g Duszona łopatka w sosie koperkowym [D] 120g (09,07,01) Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 201g</p> | <p>Jabłko 200g</p> | <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 30g (01,07,06,09) Ser, tyłżycki tłusty 30g (07) Papryka 50g Serek kanapkowy 30g (07)</p> |
| <p>Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej</p> <p>E: 2106.6 kcal, B: 90.51 g, T: 77.45 g, W: 279.55 g, Błonnik [g]: 36.06, Cukier [g]: 63.62, Sód [mg]: 2223.08, Kwasy tł. nas. [g]: 27.02</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 300g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Jajko gotowane [G] 50g (03) Szynka wieprzowa, gotowana 50g Pomidor 45g Sałata 5g</p> | <p>Kisiel 300g</p> | <p>Zupa z fasolki szparagowej [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 300g Duszona łopatka w sosie koperkowym [D] 150g (09,07,01) Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 201g</p> | <p>Jabłko 200g</p> | <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 30g (01,07,06,09) Ser, tyłżycki tłusty 30g (07) Papryka 50g</p> |
| <p>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 1798.63 kcal, B: 94.52 g, T: 39.6 g, W: 280.25 g, Błonnik [g]: 28.46, Cukier [g]: 60.09, Sód [mg]: 2304.3, Kwasy tł. nas. [g]: 18.9</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 300g (07) Chleb pszenny 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Pasta z białek jaj z pietruszką 60g (03,07) Szynka wieprzowa, gotowana 50g Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g</p> | <p>Kisiel 200g</p> | <p>Zupa ziemniaczana [G] 301g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowana łopatka w sosie koperkowym [G] 120g (09,07,01) Gotowana marchewka [G] 201g</p> | <p>Jabłko gotowane [G] 200g</p> | <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Twaróg 50g (07) Szynka z piersi kurczaka 50g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 50g</p> |

| Jadłospis | Niedziela (2026-06-07) | | | | |
|---|--|--|--|--|---|
| Dieta łatwostrawna E: 1892.56 kcal, B: 81.3 g, T: 69.75 g, W: 250.23 g, Błonnik [g]: 31.35, Cukier [g]: 56.24, Sód [mg]: 2180.24, Kwasy tł. nas. [g]: 25.2 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Jajko gotowane [G] 50g (03) Szynka wieprzowa, gotowana 30g Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g | II Śniadanie Kisiel 200g | Obiad Zupa ziemniaczana [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowana łopatka w sosie koperkowym [G] 120g (09,07,01) Gotowana marchewka [G] 201g | Podwieczorek Jabłko gotowane [G] 200g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 40g (01,07,06,09) Ser, tyłżycki tłusty 30g (07) Pomidor bez skórki 50g |
| Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1806.87 kcal, B: 76.43 g, T: 93.5 g, W: 182.52 g, Błonnik [g]: 34.61, Cukier [g]: 38.47, Sód [mg]: 2366.65, Kwasy tł. nas. [g]: 37.04 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb żytni razowy 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Jajko gotowane [G] 50g (03) Szynka wieprzowa, gotowana 30g Pomidor 45g Sałata 5g | II Śniadanie Marchew 100g Hummus klasyczny 30g | Obiad Zupa z fasolki szparagowej [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 150g Duszona łopatka w sosie koperkowym [D] 120g (09,07,01) Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 201g | Podwieczorek Kefir naturalny 200g (07) | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb żytni razowy 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 50g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 60g (07) Papryka 50g |
| Dieta podstawowa dziecięca E: 2014.07 kcal, B: 81.27 g, T: 84.95 g, W: 247.57 g, Błonnik [g]: 33.53, Cukier [g]: 58.44, Sód [mg]: 2239.26, Kwasy tł. nas. [g]: 33.09 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Jajko gotowane [G] 50g (03) Szynka wieprzowa, gotowana 30g Pomidor 45g Sałata 5g | II Śniadanie Kisiel 200g | Obiad Zupa z fasolki szparagowej [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 200g Duszona łopatka w sosie koperkowym [D] 120g (09,07,01) Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 201g | Podwieczorek Jabłko 200g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 30g (01,07,06,09) Ser, tyłżycki tłusty 30g (07) Papryka 50g Serek kanapkowy 30g (07) |

| Jadłospis | Niedziela (2026-06-07) | | | | |
|---|--|--------------|---|--------------------------|---|
| Dieta papka | Śniadanie | II Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja |
| E: 2032.29 kcal, B: 78.73 g, T: 85.76 g, W: 251.84 g, Błonnik [g]: 31.43, Cukier [g]: 57.82, Sód [mg]: 2120, Kwasy tł. nas. [g]: 35.55 | Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Wędlina wieprzowa (zmielona) 30g (01,07,06,09) Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 60g (03,07) Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g | Kisiel 200g | Zupa ziemniaczana [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] (pure) 200g Gotowana łopatka w sosie koperkowym [G] 120g (09,07,01) (zmielone) Gotowana marchewka [G] 201g | Jabłko gotowane [G] 200g | Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Wędlina drobiowa (zmielona) 40g (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 | Poniedziałek (2026-06-08) | | | | |
|---|--|--------------------------|--|-----------------------------------|---|
| Dieta podstawowa | Śniadanie | II Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja |
| E: 2057 kcal , B: 75.52 g , T: 92.97 g , W: 242.81 g , Błonnik [g]: 27.18 , Cukier [g]: 45.31 , Sód [mg]: 2070.56 , Kwasy tł. nas. [g]: 35.26 | Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 60g (07) Papryka 40g Rzodkiewka 10g | Jabłko 150g | Zupa brokułowa [G] 300g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Kasza jęczmienna gotowana [G] 200g (01) Duszony gulasz wieprzowy [D] 120g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 201g | Jogurt naturalny 100g (07) | Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Miód pszczeli 50g Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 60g (03,07) Ogórek 50g |
| Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 2147.2 kcal , B: 72 g , T: 93.45 g , W: 269.6 g , Błonnik [g]: 30.98 , Cukier [g]: 50.64 , Sód [mg]: 1877.82 , Kwasy tł. nas. [g]: 35.31 | Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 100g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 30g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 60g (07) Papryka 40g Rzodkiewka 10g | Jabłko 200g | Zupa brokułowa [G] 300g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Kasza jęczmienna gotowana [G] 200g (01) Duszony gulasz wieprzowy [D] 120g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 201g | Jogurt naturalny 100g (07) | Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g (01) Chleb żytni razowy 60g (01) Masło ekstra 10g (07) Miód pszczeli 50g Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 60g (03,07) Ogórek 50g |
| Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1935.32 kcal , B: 74.95 g , T: 62.43 g , W: 279.97 g , Błonnik [g]: 23.62 , Cukier [g]: 56.06 , Sód [mg]: 1957.65 , Kwasy tł. nas. [g]: 33.05 | Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 30g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 60g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g | Jabłko gotowane [G] 200g | Zupa pietruszkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany gulasz wieprzowy [G] 120g (09) Gotowane buraczki [G] 201g | Kefir naturalny 200g (07) | Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 100g (01) Masło ekstra 10g (07) Pasta z białek jaj z warzywami 60g (03) Miód pszczeli 60g Pomidor bez skórki 50g |
| Dieta łatwostrawna E: 2078.92 kcal , B: 74.61 g , T: 87.27 g , W: 257.6 g , Błonnik [g]: 26.56 , Cukier [g]: 46.46 , Sód [mg]: 1850.71 , Kwasy tł. nas. [g]: 36.76 | Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 30g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 70g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g | Jabłko gotowane [G] 150g | Zupa brokułowa [G] 300g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Kasza kuskus gotowana [G] 200g (01) Gotowany gulasz wieprzowy [G] 120g (09) Gotowane buraczki [G] 201g | Jogurt naturalny 100g (07) | Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Miód pszczeli 50g Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 50g (03,07) Pomidor bez skórki 50g |

| Jadłospis | Poniedziałek (2026-06-08) | | | | |
|---|---|--|--|--|---|
| Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1963.42 kcal, B: 81.79 g, T: 103.95 g, W: 189.81 g, Błonnik [g]: 30.24 , Cukier [g]: 41.74 , Sód [mg]: 2157.96 , Kwasy tł. nas. [g]: 36.7 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb żytni razowy 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 40g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 60g (07) Papryka 40g Rzodkiewka 10g | II Śniadanie Jabłko 100g Stonecznik, nasiona, łuskane 20g | Obiad Zupa brokułowa [G] 300g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Kasza jęczmienna gotowana [G] 150g (01) Duszony gulasz wieprzowy [D] 120g (09) Surówka z buraczków surowych z dodatkiem oleju rzepakowego 201g | Podwieczorek Jogurt naturalny 100g (07) | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb żytni razowy 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 30g (01,07,06,09) Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 81g (03,07) Ogórek 50g |
| | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 60g (07) Papryka 40g Rzodkiewka 10g | II Śniadanie Jabłko 150g | Obiad Zupa brokułowa [G] 300g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Kasza jęczmienna gotowana [G] 200g (01) Duszony gulasz wieprzowy [D] 120g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 201g | Podwieczorek Jogurt naturalny 100g (07) | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Miód pszczeli 50g Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 60g (03,07) Ogórek 50g |
| Dieta papka E: 2078.92 kcal, B: 74.61 g, T: 87.27 g, W: 257.6 g, Błonnik [g]: 26.56 , Cukier [g]: 46.46 , Sód [mg]: 1850.71 , Kwasy tł. nas. [g]: 36.76 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Wędlina drobiowa (zmielona) 30g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 70g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g | II Śniadanie Jabłko gotowane [G] 150g | Obiad Zupa brokułowa [G] 300g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Kasza kuskus gotowana [G] 200g (01) Gotowany gulasz wieprzowy [G] 120g (09) (zmielone) Gotowane buraczki [G] 201g | Podwieczorek Jogurt naturalny 100g (07) | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Miód pszczeli 50g Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 50g (03,07) 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 | Wtorek (2026-06-09) | | | | |
|--|---|-------------------|---|--|---|
| Dieta podstawowa | Śniadanie | II Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja |
| <p>E: 2104.36 kcal, B: 73.4 g, T: 92.27 g, W: 264.4 g, Błonnik [g]: 40.15, Cukier [g]: 73.61, Sód [mg]: 2217.66, Kwasy tł. nas. [g]: 24.36</p> | <p>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 ekstra 10g <u>(07)</u> Szynka wieprzowa, gotowana 30g Kanapkowa pasta z ciecierzycy 70g Sałata 5g Pomidor 45g</p> | <p>Banan 150g</p> | <p>Zupa kapuśniak ze świeżej kapusty [G] 301g <u>(09)</u> Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 200g Pieczone udko z kurczaka w sosie paprykowym [P] 120g <u>(09,07,01)</u> Surówka z selera i jabłka z dodatkiem oleju słonecznikowego 202g <u>(09)</u></p> | <p>Jabłko 100g</p> | <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g <u>(01)</u> Chleb żytni razowy 40g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Makrela, wędzona 30g <u>(04)</u> Sałatka z buraka, fety, rukoli i słonecznika 70g <u>(07)</u> Papryka 50g</p> |
| <p>Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej</p> <p>E: 2232.77 kcal, B: 80.42 g, T: 93.85 g, W: 286.8 g, Błonnik [g]: 41.43, Cukier [g]: 76.95, Sód [mg]: 2232.66, Kwasy tł. nas. [g]: 25.27</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 300g <u>(07,01)</u> Chleb pszenno-żytni 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Szynka wieprzowa, gotowana 30g Kanapkowa pasta z ciecierzycy 50g Sałata 5g Pomidor 45g</p> | <p>Banan 150g</p> | <p>Zupa kapuśniak ze świeżej kapusty [G] 301g <u>(09)</u> Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 300g Pieczone udko z kurczaka w sosie paprykowym [P] 150g <u>(09,07,01)</u> Surówka z selera i jabłka z dodatkiem oleju słonecznikowego 202g <u>(09)</u></p> | <p>Jabłko 100g</p> | <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g <u>(01)</u> Chleb żytni razowy 40g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Makrela, wędzona 30g <u>(04)</u> Sałatka z buraka, fety, rukoli i słonecznika 70g <u>(07)</u> Papryka 50g</p> |
| <p>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 2100.17 kcal, B: 115.57 g, T: 61.12 g, W: 279.61 g, Błonnik [g]: 20.13, Cukier [g]: 66.06, Sód [mg]: 2149.23, Kwasy tł. nas. [g]: 29.1</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 300g <u>(07,01)</u> Chleb pszenny 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Delikatna pasta drobiowa 50g <u>(07)</u> Szynka wieprzowa, gotowana 50g Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g</p> | <p>Banan 200g</p> | <p>Zupa ryżowa [G] 301g <u>(09)</u> Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowane udko z kurczaka w sosie bazyliowym [G] 120g <u>(09,07,01)</u> Gotowane warzywa [G] 201g</p> | <p>Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u></p> | <p>Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 10g <u>(07)</u> Szynka z piersi kurczaka 50g <u>(01,07,06,09)</u> Delikatna pasta rybna 50g <u>(04,07)</u> Pomidor bez skórki 50g</p> |

| Jadłospis | Wtorek (2026-06-09) | | | | |
|--|--|--|--|--|---|
| Dieta łatwostrawna E: 1942.45 kcal, B: 91.78 g, T: 64.02 g, W: 259.58 g, Błonnik [g]: 25.09, Cukier [g]: 61.27, Sód [mg]: 2122.13, Kwasy tł. nas. [g]: 20.15 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni 100g (01) Masło ekstra 10g (07) Delikatna pasta drobiowa 50g (07) Szynka wieprzowa, gotowana 50g Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g | II Śniadanie Banan 150g | Obiad Zupa ryżowa [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowane udko z kurczaka w sosie bazyliowym [G] 120g (09,07,01) Gotowane warzywa [G] 201g | Podwieczorek Jabłko gotowane [G] 100g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka z piersi kurczaka 50g (01,07,06,09) Delikatna pasta rybna 50g (04,07) Pomidor bez skórki 50g |
| Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1951.66 kcal, B: 71.77 g, T: 103.92 g, W: 201.66 g, Błonnik [g]: 40.09, Cukier [g]: 47.48, Sód [mg]: 2219.46, Kwasy tł. nas. [g]: 26.6 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb żytni razowy 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka wieprzowa, gotowana 30g Kanapkowa pasta z ciecierzycy 70g Sałata 5g Pomidor 45g | II Śniadanie Jabłko 150g Dynia, pestki, łuskane 30g | Obiad Zupa kapuśniak ze świeżej kapusty [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 150g Pieczone udko z kurczaka w sosie paprykowym [P] 120g (09,07,01) Surówka z selera i jabłka z dodatkiem oleju słonecznikowego 202g (09) | Podwieczorek Kefir naturalny 200g (07) | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb żytni razowy 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Makrela, wędzona 30g (04) Sałatka z buraka, fety, rukoli i słonecznika 70g (07) Papryka 50g |
| Dieta podstawowa dziecięca E: 2104.36 kcal, B: 73.4 g, T: 92.27 g, W: 264.4 g, Błonnik [g]: 40.15, Cukier [g]: 73.61, Sód [mg]: 2217.66, Kwasy tł. nas. [g]: 24.36 | Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Szynka wieprzowa, gotowana 30g Kanapkowa pasta z ciecierzycy 70g Sałata 5g Pomidor 45g | II Śniadanie Banan 150g | Obiad Zupa kapuśniak ze świeżej kapusty [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] 200g Pieczone udko z kurczaka w sosie paprykowym [P] 120g (09,07,01) Surówka z selera i jabłka z dodatkiem oleju słonecznikowego 202g (09) | Podwieczorek Jabłko 100g | Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 40g (01) Chleb żytni razowy 40g (01) Masło ekstra 10g (07) Makrela, wędzona 30g (04) Sałatka z buraka, fety, rukoli i słonecznika 70g (07) Papryka 50g |

| Jadłospis | Wtorek (2026-06-09) | | | | |
|---|---|--------------|--|--------------------------|---|
| Dieta papka | Śniadanie | II Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja |
| E: 1924.95 kcal, B: 90.68 g, T: 62.77 g, W: 259.13 g, Błonnik [g]: 25.09 , Cukier [g]: 61.32 , Sód [mg]: 1881.13 , Kwasy tł. nas. [g]: 19.53 | Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni 100g (01) Masło ekstra 10g (07) Delikatna pasta drobiowa 50g (07) Wędlina wieprzowa (zmielona) 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g | Banan 150g | Zupa ryżowa [G] 301g (09) Olej rzepakowy (dodatek do zupy) 20g Ziemniaki gotowane [G] (pure) 200g Gotowane udko z kurczaka w sosie bazyliowym [G] 120g (09,07,01) Gotowane warzywa [G] 201g | Jabłko gotowane [G] 100g | Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni 80g (01) Masło ekstra 10g (07) Wędlina drobiowa (zmielona) 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