

Jadłospis	Sobota (2026-04-11)				
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1800.89 kcal, B: 101.08 g, T: 65.14 g, W: 214.66 g, Błonnik [g]: 23.66, Cukier [g]: 44.84, Sód [mg]: 1803.25	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Twarożek z koperkiem 60g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Jabłko gotowane [G] 200g	Zupa grysikowa [G] 300g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w lekkim białym sosie [G] 120g (09,07,01) Gotowana marchewka [G] 200g		Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 50g (07) Pomidor bez skórki 50g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1978.97 kcal, B: 107.81 g, T: 89.99 g, W: 201.75 g, Błonnik [g]: 36.95, Cukier [g]: 52.1, Sód [mg]: 1897.89	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Twarożek ze szczypiorkiem 51g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 55g	Jabłko 100g Słonecznik, nasiona, łuskane 15g	Zupa jarzynowa [G] 300g (09) Makaron razowy, gotowany [G] 150g Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w lekkim białym sosie [G] 120g (09,07,01) Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g		Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Ser żółty 50g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Ogórek 50g
Dieta podstawowa E: 1801.97 kcal, B: 88.09 g, T: 79.92 g, W: 196.99 g, Błonnik [g]: 25.52, Cukier [g]: 34.55, Sód [mg]: 1548.74	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Twarożek ze szczypiorkiem 51g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 55g	Jabłko 100g	Zupa jarzynowa [G] 300g (09) Łazanki wege z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 450g (01,03)		Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Ser żółty 50g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Ogórek 50g
Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 1801.97 kcal, B: 88.09 g, T: 79.92 g, W: 196.99 g, Błonnik [g]: 25.52, Cukier [g]: 34.55, Sód [mg]: 1548.74	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Twarożek ze szczypiorkiem 51g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 55g	Jabłko 100g	Zupa jarzynowa [G] 300g (09) Łazanki wege z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 450g (01,03)		Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Ser żółty 50g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Ogórek 50g

Jadłospis	Sobota (2026-04-11)				
Dieta podstawowa dziecięca	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 1801.97 kcal , B: 88.09 g , T: 79.92 g , W: 196.99 g , Błonnik [g]: 25.52 , Cukier [g]: 34.55 , Sód [mg]: 1548.74	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Twarożek ze szczypiorkiem 51g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 55g	Jabłko 100g	Zupa jarzynowa [G] 300g (09) Łazanki wege z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 450g (01,03)	Serek homo 150g (07)	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Ser żółty 50g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Ogórek 50g
Dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 1825.23 kcal , B: 88.73 g , T: 78.47 g , W: 205.45 g , Błonnik [g]: 27.5 , Cukier [g]: 46.39 , Sód [mg]: 1825.98	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Twarożek z koperkiem 60g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Jabłko gotowane [G] 100g	Zupa jarzynowa [G] 300g (09) Makaron z sosem jogurtowo truskawkowym [G] 320g (01,03,07) Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g		Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Ser żółty 50g (07) Wędlina. 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	Niedziela (2026-04-12)				
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1835.9 kcal, B: 91.13 g, T: 49.67 g, W: 268.95 g, Błonnik [g]: 26, Cukier [g]: 83.08, Sód [mg]: 1851.95	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Pasta z białek jaj z koperkiem 50g (03,07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 50g	Banan 200g	Zupa cukiniowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany pulpet warzywny z pietruszki, selera i marchewki w sosie szpinakowym [G] 120g (09,01,07) Gotowane buraczki [G] 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Serek grani 70g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 55g	
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1836 kcal, B: 76.79 g, T: 89.99 g, W: 199.19 g, Błonnik [g]: 34.57, Cukier [g]: 50.69, Sód [mg]: 1884.77	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor 20g Ogórek kiszony 30g	Jabłko 100g Dyńia, pestki, łuskane 15g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 150g Gotowany pulpet z ciecierzycy w sosie szpinakowym [G] 120g (01,07,09) Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Serek grani 60g (07) Pasztet drobiowy 50g Sałata 5g Papryka 45g	
Dieta podstawowa E: 1929.95 kcal, B: 72.72 g, T: 72.14 g, W: 267.05 g, Błonnik [g]: 34.18, Cukier [g]: 68.05, Sód [mg]: 1882.77	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor 20g Ogórek kiszony 30g	Banan 100g	Zupa pomidorowa z ryżem [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany pulpet z ciecierzycy w sosie szpinakowym [G] 120g (01,07,09) Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Serek grani 50g (07) Pasztet drobiowy 50g Sałata 5g Papryka 45g	
Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 1929.95 kcal, B: 72.72 g, T: 72.14 g, W: 267.05 g, Błonnik [g]: 34.18, Cukier [g]: 68.05, Sód [mg]: 1882.77	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor 20g Ogórek kiszony 30g	Banan 100g	Zupa pomidorowa z ryżem [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany pulpet z ciecierzycy w sosie szpinakowym [G] 120g (01,07,09) Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Serek grani 50g (07) Pasztet drobiowy 50g Sałata 5g Papryka 45g	

Jadłospis	Niedziela (2026-04-12)				
Dieta podstawowa dziecięca	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 1929.95 kcal , B: 72.72 g , T: 72.14 g , W: 267.05 g , Błonnik [g]: 34.18 , Cukier [g]: 68.05 , Sód [mg]: 1882.77	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor 20g Ogórek kiszony 30g	Banan 100g	Zupa pomidorowa z ryżem [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany pulpet z ciecierzycy w sosie szpinakowym [G] 120g (01,07,09) Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g	Galaretka z owocami 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Serek grani 50g (07) Paszтет drobiowy 50g Sałata 5g Papryka 45g
Dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 1806.79 kcal , B: 76.89 g , T: 54.75 g , W: 266.73 g , Błonnik [g]: 30.43 , Cukier [g]: 76.2 , Sód [mg]: 1687.8	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor bez skórki 20g	Banan 100g	Zupa pomidorowa z ryżem [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany pulpet warzywny z pietruszki, selera i marchewki w sosie szpinakowym [G] 120g (09,01,07) Gotowane buraczki [G] 200g		Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Serek grani 70g (07) Wędlina. 50g (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	Poniedziałek (2026-04-13)				
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1848.71 kcal, B: 83.74 g, T: 61.27 g, W: 251.59 g, Błonnik [g]: 21.18, Cukier [g]: 78.09, Sód [mg]: 1736.37	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 60g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Banan 100g	Zupa koperkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany schab w sosie koperkowym [G] 120g (09,07,01) Gotowany brokuł [G] 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Dżem 60g Pomidor bez skórki 50g	
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1883.4 kcal, B: 87.94 g, T: 96.37 g, W: 180.82 g, Błonnik [g]: 29.81, Cukier [g]: 54.82, Sód [mg]: 2060.24	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 50g (07) Sałata 5g Pomidor 45g	Jabłko 100g Słonecznik, nasiona, łuskane 15g	Zupa koperkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 150g Schab duszony w sosie koperkowym [D] 120g (09,07,01) Surówka z białej kapusty i marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Ser żółty 50g (07) Ogórek 40g Rzodkiewka 10g	
Dieta podstawowa E: 1799.02 kcal, B: 73.95 g, T: 76.12 g, W: 217.74 g, Błonnik [g]: 26.39, Cukier [g]: 69.45, Sód [mg]: 1682.69	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 50g (07) Sałata 5g Pomidor 45g	Banan 100g	Zupa koperkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Schab duszony w sosie koperkowym [D] 120g (09,07,01) Surówka z białej kapusty i marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Dżem 50g Ogórek 40g Rzodkiewka 10g	
Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 1799.02 kcal, B: 73.95 g, T: 76.12 g, W: 217.74 g, Błonnik [g]: 26.39, Cukier [g]: 69.45, Sód [mg]: 1682.69	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 50g (07) Sałata 5g Pomidor 45g	Banan 100g	Zupa koperkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Schab duszony w sosie koperkowym [D] 120g (09,07,01) Surówka z białej kapusty i marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Dżem 50g Ogórek 40g Rzodkiewka 10g	

Jadłospis	Poniedziałek (2026-04-13)				
Dieta podstawowa dziecięca	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 1799.02 kcal , B: 73.95 g , T: 76.12 g , W: 217.74 g , Błonnik [g]: 26.39 , Cukier [g]: 69.45 , Sód [mg]: 1682.69	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 50g (07) Sałata 5g Pomidor 45g	Banan 100g	Zupa koperkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Schab duszony w sosie koperkowym [D] 120g (09,07,01) Surówka z białej kapusty i marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g	Kefir 200g (07)	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Dżem 50g Ogórek 40g Rzodkiewka 10g
Dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 1799.91 kcal , B: 78.68 g , T: 73.53 g , W: 218.61 g , Błonnik [g]: 25.3 , Cukier [g]: 65.93 , Sód [mg]: 1635.37	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 60g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Banan 100g	Zupa koperkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany schab w sosie koperkowym [G] 120g (09,07,01) Gotowany brokuł [G] 200g		Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Wędlina. 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	Wtorek (2026-04-14)				
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1821.43 kcal, B: 85.97 g, T: 58.61 g, W: 243.85 g, Błonnik [g]: 17.72, Cukier [g]: 60.53, Sód [mg]: 2548.42	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g (07,01) Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Pasta z białek jaj z warzywami 50g (03) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Banan 100g	Rosół z makaronem [G] 300g (09,01,03) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie warzywnym [G] 120g (09,01) Gotowane warzywa [G] 200g		Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Serek kanapkowy 70g (07) Delikatna pasta rybna 50g (04,07) Pomidor bez skórki 50g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1928.89 kcal, B: 100.54 g, T: 100.08 g, W: 169.48 g, Błonnik [g]: 28.81, Cukier [g]: 46.06, Sód [mg]: 3079.81	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (03) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 45g	Jabłko 100g Dynia, pestki, łuskane 15g	Rosół z makaronem razowym [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 150g Pieczona sztuka mięsa wieprzowego w sosie własnym [P] 120g Surówka koperkowa z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g		Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Pasta rybna 50g (04,03,07) Ser żółty 50g (07) Ogórek kiszony 50g
Dieta podstawowa E: 1958.8 kcal, B: 89.29 g, T: 79.98 g, W: 232.94 g, Błonnik [g]: 26.14, Cukier [g]: 60.68, Sód [mg]: 3084.76	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (03) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 45g	Banan 100g	Rosół z makaronem [G] 300g (09,01,03) Ziemniaki gotowane [G] 200g Pieczona sztuka mięsa wieprzowego w sosie własnym [P] 120g Surówka koperkowa z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g		Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Pasta rybna 50g (04,03,07) Ser żółty 50g (07) Ogórek kiszony 50g

Jadłospis	Wtorek (2026-04-14)				
Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 1958.8 kcal, B: 89.29 g, T: 79.98 g, W: 232.94 g, Błonnik [g]: 26.14, Cukier [g]: 60.68, Sód [mg]: 3084.76	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (03) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 45g	Banan 100g	Rosół z makaronem [G] 300g (09,01,03) Ziemniaki gotowane [G] 200g Pieczona sztuka mięsa wieprzowego w sosie własnym [P] 120g Surówka koperkowa z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g		Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Pasta rybna 50g (04,03,07) Ser żółty 50g (07) Ogórek kiszony 50g
Dieta podstawowa dziecięca E: 1958.8 kcal, B: 89.29 g, T: 79.98 g, W: 232.94 g, Błonnik [g]: 26.14, Cukier [g]: 60.68, Sód [mg]: 3084.76	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (03) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 45g	Banan 100g	Rosół z makaronem [G] 300g (09,01,03) Ziemniaki gotowane [G] 200g Pieczona sztuka mięsa wieprzowego w sosie własnym [P] 120g Surówka koperkowa z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g	Jabłko 100g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Pasta rybna 50g (04,03,07) Ser żółty 50g (07) Ogórek kiszony 50g
Dieta łatwostrawna E: 1870.54 kcal, B: 90.91 g, T: 69.49 g, W: 227.63 g, Błonnik [g]: 20.28, Cukier [g]: 50.56, Sód [mg]: 2648.18	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (03) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Banan 100g	Rosół z makaronem [G] 300g (09,01,03) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie warzywnym [G] 120g (09,01) Gotowane warzywa [G] 200g		Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Ser żółty 50g (07) Delikatna pasta rybna 50g (04,07) Pomidor bez skórki 50g

Jadłospis	środa (2026-04-15)				
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1840.77 kcal, B: 89.89 g, T: 47.96 g, W: 272.41 g, Błonnik [g]: 20.23, Cukier [g]: 91.79, Sód [mg]: 1737.25	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Twarożek 70g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Banan 150g	Zupa ryżowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany gulasz z indyka w sosie cukiniowo marchewkowym [G] 120g (09) Gotowane buraczki [G] 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Dżem 60g Pomidor bez skórki 50g	
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1807.07 kcal, B: 91.6 g, T: 82.73 g, W: 190.2 g, Błonnik [g]: 36.31, Cukier [g]: 55.8, Sód [mg]: 1882.15	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Twarożek z rzodkiewką 60g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor 45g	Jabłko 100g Słonecznik, nasiona, łuskane 15g	Zupa szczawiowa [G] 300g (09) Kasza bulgur gotowana [G] 150g (01) Gotowany gulasz z indyka w sosie pieczarkowym [G] 120g (09) Surówka z buraczków surowych z dodatkiem oleju rzepakowego 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 100g (03,12,10) Rzodkiewka 10g Papryka 40g	
Dieta podstawowa E: 1822.33 kcal, B: 89.67 g, T: 77.11 g, W: 207.19 g, Błonnik [g]: 33.64, Cukier [g]: 51.8, Sód [mg]: 1821	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Twarożek z rzodkiewką 60g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor 45g	Banan 100g	Zupa szczawiowa [G] 300g (09) Kasza bulgur gotowana [G] 200g (01) Gotowany gulasz z indyka w sosie pieczarkowym [G] 120g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 100g (03,12,10) Rzodkiewka 10g Papryka 40g	
Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 1822.33 kcal, B: 89.67 g, T: 77.11 g, W: 207.19 g, Błonnik [g]: 33.64, Cukier [g]: 51.8, Sód [mg]: 1821	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Twarożek z rzodkiewką 60g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor 45g	Banan 100g	Zupa szczawiowa [G] 300g (09) Kasza bulgur gotowana [G] 200g (01) Gotowany gulasz z indyka w sosie pieczarkowym [G] 120g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 100g (03,12,10) Rzodkiewka 10g Papryka 40g	

Jadłospis	środa (2026-04-15)				
Dieta podstawowa dziecięca	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 1822.33 kcal , B: 89.67 g , T: 77.11 g , W: 207.19 g , Błonnik [g]: 33.64 , Cukier [g]: 51.8 , Sód [mg]: 1821	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Twarożek z rzodkiewką 60g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor 45g	Banan 100g	Zupa szczawiowa [G] 300g (09) Kasza bulgur gotowana [G] 200g (01) Gotowany gulasz z indyka w sosie pieczarkowym [G] 120g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 200g	Serek homo 150g (07)	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 100g (03,12,10) Rzodkiewka 10g Papryka 40g
Dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 1886.07 kcal , B: 88.85 g , T: 59.93 g , W: 255.87 g , Błonnik [g]: 24.7 , Cukier [g]: 67.43 , Sód [mg]: 1570.15	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Twarożek 50g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Banan 100g	Zupa ryżowa [G] 300g (09) Kasza kuskus gotowana [G] 200g (01) Gotowany gulasz z indyka w sosie cukiniowo marchewkowym [G] 120g (09) Gotowane buraczki [G] 200g		Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Wędlina. 50g (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	Czwartek (2026-04-16)				
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1830.39 kcal, B: 100.28 g, T: 66.14 g, W: 213.38 g, Błonnik [g]: 15.06, Cukier [g]: 49.42, Sód [mg]: 2065.32	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 250g (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	Banan 100g	Zupa pietruszkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowane udko z kurczaka w sosie bazyliowym [G] 120g (09,07,01) Gotowane warzywa [G] 200g	Podwieczorek	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Pomidorowa pasta twarogowa 60g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 50g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1806.72 kcal, B: 89.35 g, T: 88.09 g, W: 174.04 g, Błonnik [g]: 26.62, Cukier [g]: 42.25, Sód [mg]: 2092.64	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Pasta drobiowa 50g (07,12,10) Ser żółty 60g (07) Sałata 5g Ogórek 45g	Jabłko 100g Stonecznik, nasiona, łuskane 15g	Zupa pieczarkowa [G] 300g (09,07) Ziemniaki gotowane [G] 150g Pieczone udko z kurczaka [P] 120g Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 200g	Podwieczorek	Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Kanapkowa pasta z fasoli 60g Wędlina. 60g (01,07,06,09) Pomidor 50g
Dieta podstawowa E: 1907.63 kcal, B: 91.86 g, T: 80.77 g, W: 211.52 g, Błonnik [g]: 22.6, Cukier [g]: 50.33, Sód [mg]: 2051.74	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Pasta drobiowa 50g (07,12,10) Ser żółty 50g (07) Sałata 5g Ogórek 45g	Banan 100g	Zupa pieczarkowa [G] 300g (09,07) Ziemniaki gotowane [G] 200g Pieczone udko z kurczaka [P] 120g Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 200g	Podwieczorek	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Kanapkowa pasta z fasoli 50g Wędlina. 50g (01,07,06,09) Pomidor 50g

Jadłospis	Czwartek (2026-04-16)				
Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 1907.63 kcal, B: 91.86 g, T: 80.77 g, W: 211.52 g, Błonnik [g]: 22.6, Cukier [g]: 50.33, Sód [mg]: 2051.74	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Pasta drobiowa 50g (07,12,10) Ser żółty 50g (07) Sałata 5g Ogórek 45g	Banan 100g	Zupa pieczarkowa [G] 300g (09,07) Ziemniaki gotowane [G] 200g Pieczone udko z kurczaka [P] 120g Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Kanapkowa pasta z fasoli 50g Wędlina. 50g (01,07,06,09) Pomidor 50g	
Dieta podstawowa dziecięca E: 1907.63 kcal, B: 91.86 g, T: 80.77 g, W: 211.52 g, Błonnik [g]: 22.6, Cukier [g]: 50.33, Sód [mg]: 2051.74	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Pasta drobiowa 50g (07,12,10) Ser żółty 50g (07) Sałata 5g Ogórek 45g	Banan 100g	Zupa pieczarkowa [G] 300g (09,07) Ziemniaki gotowane [G] 200g Pieczone udko z kurczaka [P] 120g Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 200g	Jogurt 100g (07)	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Kanapkowa pasta z fasoli 50g Wędlina. 50g (01,07,06,09) Pomidor 50g
Dieta łatwostrawna E: 1873.47 kcal, B: 94.25 g, T: 76.27 g, W: 209.43 g, Błonnik [g]: 19.65, Cukier [g]: 49.79, Sód [mg]: 1924.51	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Ser żółty 50g (07) Delikatna pasta drobiowa 50g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Banan 100g	Zupa pietruszkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowane udko z kurczaka w sosie bazyliowym [G] 120g (09,07,01) Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Pomidorowa pasta twarogowa 60g (07) Wędlina. 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	Piątek (2026-04-17)				
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1804.46 kcal, B: 91.52 g, T: 44.74 g, W: 270.33 g, Błonnik [g]: 22.06, Cukier [g]: 62.79, Sód [mg]: 1555.73	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Delikatny twarożek z warzywami 60g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g	Banan 100g	Zupa owocowa [G] 300g Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany pulpet rybny w sosie pomidorowo koperkowym [G] 120g (04,09,07,03) Gotowana marchewka [G] 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Miód pszczeli 60g Pomidor bez skórki 50g	
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1830.39 kcal, B: 103.25 g, T: 89.62 g, W: 171.25 g, Błonnik [g]: 30.82, Cukier [g]: 46.27, Sód [mg]: 1591.69	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Twarożek z warzywami 60g (07) Rzodkiewka 10g Papryka 40g	Jabłko 100g Dynia, pestki, łuskane 30g	Zupa kalafiorowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 150g Gotowany pulpet rybny w sosie pomidorowo koperkowym [G] 120g (04,09,07,03) Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 50g (03) Sałata 5g Ogórek 45g	
Dieta podstawowa E: 1814.84 kcal, B: 92.94 g, T: 76.29 g, W: 206.12 g, Błonnik [g]: 27.4, Cukier [g]: 45.46, Sód [mg]: 1660.34	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Twarożek z warzywami 60g (07) Rzodkiewka 10g Papryka 40g	Banan 100g	Zupa kalafiorowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Smażona ryba z panierką [S] 120g (04,01,03) Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałatka makaronowa z warzywami i serem 100g (01,03,07) Sałata 5g Ogórek 45g	
Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 1814.84 kcal, B: 92.94 g, T: 76.29 g, W: 206.12 g, Błonnik [g]: 27.4, Cukier [g]: 45.46, Sód [mg]: 1660.34	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Twarożek z warzywami 60g (07) Rzodkiewka 10g Papryka 40g	Banan 100g	Zupa kalafiorowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Smażona ryba z panierką [S] 120g (04,01,03) Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałatka makaronowa z warzywami i serem 100g (01,03,07) Sałata 5g Ogórek 45g	

Jadłospis	Piątek (2026-04-17)				
Dieta podstawowa dziecięca	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 1814.84 kcal, B: 92.94 g, T: 76.29 g, W: 206.12 g, Błonnik [g]: 27.4, Cukier [g]: 45.46, Sód [mg]: 1660.34	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Twarożek z warzywami 60g (07) Rzodkiewka 10g Papryka 40g	Banan 100g	Zupa kalafiorowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Smażona ryba z panierką [S] 120g (04,01,03) Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g	Serek homo 150g (07)	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałatka makaronowa z warzywami i serem 100g (01,03,07) Sałata 5g Ogórek 45g
Dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 1796.05 kcal, B: 88.94 g, T: 59.39 g, W: 239.98 g, Błonnik [g]: 26.92, Cukier [g]: 47.48, Sód [mg]: 1656.36	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Delikatny twarożek z warzywami 60g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g	Banan 100g	Zupa kalafiorowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany pulpet rybny w sosie pomidorowo koperkowym [G] 120g (04,09,07,03) Gotowana marchewka [G] 200g		Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Wędlina. 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	Sobota (2026-04-18)				
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1811.82 kcal, B: 105.6 g, T: 49.53 g, W: 247.25 g, Błonnik [g]: 22.72, Cukier [g]: 58.93, Sód [mg]: 1633.71	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 250g (07) Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Pasta z białek jaj z pietruszką 50g (03,07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g	Jabłko gotowane [G] 200g	Zupa ziemniaczana [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany delikatny sos pomidorowy z z mielonym mięsem wieprzowym [G] 120g (07) Gotowane buraczki [G] 200g		Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Twaróg 50g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 50g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1911.99 kcal, B: 94.61 g, T: 87.33 g, W: 203.55 g, Błonnik [g]: 37.13, Cukier [g]: 55.81, Sód [mg]: 1932.44	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Jajko gotowane [G] 50g (03) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Pomidor 45g Sałata 5g	Jabłko 100g Dynia, pestki, łuskane 15g	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym [G] 300g (09) Makaron razowy, gotowany [G] 150g Sos boloński z mielonym mięsem wieprzowym [G] 120g Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g		Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Ser żółty 50g (07) Papryka 50g
Dieta podstawowa E: 2082.41 kcal, B: 100.07 g, T: 83.66 g, W: 246.56 g, Błonnik [g]: 28.41, Cukier [g]: 52.98, Sód [mg]: 2000.53	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Jajko gotowane [G] 50g (03) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Pomidor 45g Sałata 5g	Jabłko 100g	Zupa szpinakowa z ryżem [G] 300g (09) Makaron gotowany [G] 200g (01,03) Sos boloński z mielonym mięsem wieprzowym [G] 120g Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g		Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Ser żółty 50g (07) Papryka 50g

Jadłospis	Sobota (2026-04-18)				
Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 2082.41 kcal, B: 100.07 g, T: 83.66 g, W: 246.56 g, Błonnik [g]: 28.41 , Cukier [g]: 52.98 , Sód [mg]: 2000.53	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Jajko gotowane [G] 50g (03) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Pomidor 45g Sałata 5g	Jabłko 100g	Zupa szpinakowa z ryżem [G] 300g (09) Makaron gotowany [G] 200g (01,03) Sos boloński z mielonym mięsem wieprzowym [G] 120g Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g	Zupa szpinakowa z ryżem [G] 300g (09) Makaron gotowany [G] 200g (01,03) Sos boloński z mielonym mięsem wieprzowym [G] 120g Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g	Kefir 200g (07)
Dieta podstawowa dziecięca E: 2082.41 kcal, B: 100.07 g, T: 83.66 g, W: 246.56 g, Błonnik [g]: 28.41 , Cukier [g]: 52.98 , Sód [mg]: 2000.53	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Jajko gotowane [G] 50g (03) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Pomidor 45g Sałata 5g	Jabłko 100g	Zupa szpinakowa z ryżem [G] 300g (09) Makaron gotowany [G] 200g (01,03) Sos boloński z mielonym mięsem wieprzowym [G] 120g Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g	Zupa szpinakowa z ryżem [G] 300g (09) Makaron gotowany [G] 200g (01,03) Sos boloński z mielonym mięsem wieprzowym [G] 120g Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g	Kefir 200g (07)
Dieta łatwostrawna E: 2030.11 kcal, B: 99.38 g, T: 78.28 g, W: 245.4 g, Błonnik [g]: 26.62 , Cukier [g]: 47.81 , Sód [mg]: 1998.05	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Jajko gotowane [G] 50g (03) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g	Jabłko gotowane [G] 100g	Zupa szpinakowa z ryżem [G] 300g (09) Makaron gotowany [G] 200g (01,03) Gotowany delikatny sos pomidorowy z z mielonym mięsem wieprzowym [G] 120g (07) Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g	Zupa szpinakowa z ryżem [G] 300g (09) Makaron gotowany [G] 200g (01,03) Gotowany delikatny sos pomidorowy z z mielonym mięsem wieprzowym [G] 120g (07) Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 200g	

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 (2026-04-19)				
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1780.59 kcal , B: 76.26 g , T: 53.71 g , W: 254.29 g , Błonnik [g]: 16.66 , Cukier [g]: 39.18 , Sód [mg]: 1654.33	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 60g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Jabłko gotowane [G] 200g	Zupa grysikowa [G] 300g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany kurczak w lekkim sosie śmietanowym [G] 120g (09,07,01) Gotowane warzywa [G] 200g		Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Pasta z białek jaj z warzywami 60g (03) Miód pszczeli 60g Pomidor bez skórki 50g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1803.37 kcal , B: 83.41 g , T: 83.32 g , W: 195.12 g , Błonnik [g]: 30.59 , Cukier [g]: 46.68 , Sód [mg]: 1607.29	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 50g (07) Papryka 40g Rzodkiewka 10g	Jabłko 100g Słonecznik, nasiona, łuskane 20g	Zupa krupnik [G] 300g (09,01) Risotto z ryżu brązowego z kurczakiem i warzywami [G] 450g (09)		Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 60g (03,07) Ogórek 50g
Dieta podstawowa E: 1804.72 kcal , B: 68.72 g , T: 71.48 g , W: 232.73 g , Błonnik [g]: 22.72 , Cukier [g]: 34.93 , Sód [mg]: 1457.93	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 50g (07) Papryka 40g Rzodkiewka 10g	Jabłko 100g	Zupa krupnik [G] 300g (09,01) Risotto z kurczakiem i warzywami [G] 450g (09)		Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Miód pszczeli 50g Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 50g (03,07) Ogórek 50g
Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 1804.72 kcal , B: 68.72 g , T: 71.48 g , W: 232.73 g , Błonnik [g]: 22.72 , Cukier [g]: 34.93 , Sód [mg]: 1457.93	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 50g (07) Papryka 40g Rzodkiewka 10g	Jabłko 100g	Zupa krupnik [G] 300g (09,01) Risotto z kurczakiem i warzywami [G] 450g (09)		Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Miód pszczeli 50g Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 50g (03,07) Ogórek 50g

Jadłospis	Niedziela (2026-04-19)				
Dieta podstawowa dziecięca	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 1804.72 kcal , B: 68.72 g , T: 71.48 g , W: 232.73 g , Błonnik [g]: 22.72 , Cukier [g]: 34.93 , Sód [mg]: 1457.93	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 50g (07) Papryka 40g Rzodkiewka 10g	Jabłko 100g	Zupa krupnik [G] 300g (09,01) Risotto z kurczakiem i warzywami [G] 450g (09)	Jogurt 100g (07)	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Miód pszczeli 50g Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 50g (03,07) Ogórek 50g
Dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 1821.96 kcal , B: 70.02 g , T: 68.77 g , W: 243.85 g , Błonnik [g]: 21.83 , Cukier [g]: 28.53 , Sód [mg]: 1482.69	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 50g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Jabłko gotowane [G] 100g	Zupa grysikowa [G] 300g (09,01) Delikatne risotto z kurczakiem i warzywami [G] 450g (09,07)		Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (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	Poniedziałek (2026-04-20)				
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1853.95 kcal, B: 111.02 g, T: 52.76 g, W: 244.1 g, Błonnik [g]: 21.06, Cukier [g]: 57.16, Sód [mg]: 1720.74	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Delikatna pasta drobiowa 50g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Banan 100g	Zupa ryżowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany gulasz wieprzowy w sosie pietruszkowym [G] 120g (09,07,01) Gotowane buraczki [G] 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Delikatna pasta rybna 50g (04,07) Pomidor bez skórki 50g	
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1810.69 kcal, B: 87.46 g, T: 81.28 g, W: 197.77 g, Błonnik [g]: 32.23, Cukier [g]: 58.46, Sód [mg]: 2247.21	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Kanapkowa pasta z ciecierzycy 50g Sałata 5g Pomidor 45g	Jabłko 100g Dyńia, pestki, łuskane 30g	Zupa ogórkowa [G] 300g (09) Kasza gryczana gotowana [G] 150g Duszony gulasz wieprzowy z cebulką [D] 120g (09) Surówka z buraczków surowych z dodatkiem oleju rzepakowego 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 80g (01) Masło 20g (07) Pasta rybna 50g (04,03,07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Papryka 50g	
Dieta podstawowa E: 1939.1 kcal, B: 86.3 g, T: 69.86 g, W: 256.91 g, Błonnik [g]: 32.42, Cukier [g]: 66.83, Sód [mg]: 2182.05	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Kanapkowa pasta z ciecierzycy 50g Sałata 5g Pomidor 45g	Banan 100g	Zupa ogórkowa [G] 300g (09) Kasza gryczana gotowana [G] 200g Duszony gulasz wieprzowy z cebulką [D] 120g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Pasta rybna 50g (04,03,07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Papryka 50g	

Jadłospis	Poniedziałek (2026-04-20)				
Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej E: 1939.1 kcal, B: 86.3 g, T: 69.86 g, W: 256.91 g, Błonnik [g]: 32.42, Cukier [g]: 66.83, Sód [mg]: 2182.05	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Kanapkowa pasta z ciecierzycy 50g Sałata 5g Pomidor 45g	II Śniadanie Banan 100g	Obiad Zupa ogórkowa [G] 300g (09) Kasza gryczana gotowana [G] 200g Duszony gulasz wieprzowy z cebulką [D] 120g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 200g	Podwieczorek	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 40g Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Pasta rybna 50g (04,03,07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Papryka 50g
	Dieta podstawowa dziecięca E: 1939.1 kcal, B: 86.3 g, T: 69.86 g, W: 256.91 g, Błonnik [g]: 32.42, Cukier [g]: 66.83, Sód [mg]: 2182.05	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Kanapkowa pasta z ciecierzycy 50g Sałata 5g Pomidor 45g	II Śniadanie Banan 100g	Obiad Zupa ogórkowa [G] 300g (09) Kasza gryczana gotowana [G] 200g Duszony gulasz wieprzowy z cebulką [D] 120g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 200g	Podwieczorek Jabłko 100g
Dieta łatwostrawna E: 1881.42 kcal, B: 96.68 g, T: 51.68 g, W: 268.26 g, Błonnik [g]: 29.53, Cukier [g]: 63.73, Sód [mg]: 2136.96	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Delikatna pasta drobiowa 50g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	II Śniadanie Banan 100g	Obiad Zupa ogórkowa [G] 300g (09) Kasza kuskus gotowana [G] 200g (01) Gotowany gulasz wieprzowy w sosie pietruszkowym [G] 120g (09,07,01) Gotowane buraczki [G] 200g	Podwieczorek	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 80g Masło 20g (07) Wędlina. 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