

Jadłospis	Piątek (2026-05-01)			
C01, Dieta podstawowa E: 2433.3 kcal , B: 109.76 g , T: 107.25 g , W: 276.2 g , Błonnik [g]: 33.83 , Cukier [g]: 67.8 , Sód [mg]: 2213.19 , Kwasy tł. nas. [g]: 48.66	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Twarożek ze szczypiorkiem 102g (07) Dżem 50g Sałata 10g Papryka 55g	Zupa pomidorowa z ryżem [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Ryba pieczona w sosie szpinakowym [P] 150g (04,09,07) Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Jabłko 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 60g (01) Masło 20g (07) Ser żółty 70g (07) Serek kanapkowy 60g (07) Ogórek 60g	Serek homo naturalny 150g (07)
C02, Dieta łatwostrawna E: 2440.07 kcal , B: 108.85 g , T: 105.92 g , W: 274.26 g , Błonnik [g]: 27.6 , Cukier [g]: 61.55 , Sód [mg]: 2176.67 , Kwasy tł. nas. [g]: 48.03	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Twarożek z koperkiem 100g (07) Dżem 60g Sałata 10g Pomidor bez skórki 50g	Zupa pomidorowa z ryżem [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowana ryba w sosie szpinakowym [G]: 150g (04,09,07,03) Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 150g Woda 250g Jabłko gotowane [G] 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Ser żółty 50g (07) Serek kanapkowy 70g (07) Pomidor bez skórki 60g	Serek homo naturalny 150g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Sobota (2026-05-02)			
C01, Dieta podstawowa	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 2389.14 kcal, B: 109.95 g, T: 81.26 g, W: 324.25 g, Błonnik [g]: 37.2, Cukier [g]: 91.49, Sód [mg]: 1984.86, Kwasy tł. nas. [g]: 22.21	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 300g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 100g (03) Pomidor 20g Ogórek kiszony 30g	Zupa jarzynowa z soczewicą [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Schab duszony w sosie koperkowym [D] 150g (09,07,01) Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Serek grani 50g (07) Paszтет drobiowy 50g Sałata 10g Papryka 50g	Galaretka z owocami 200g
C02, Dieta łatwostrawna	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 2359.08 kcal, B: 114.94 g, T: 62.5 g, W: 352.25 g, Błonnik [g]: 35.55, Cukier [g]: 93.74, Sód [mg]: 2078.48, Kwasy tł. nas. [g]: 19.76	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 300g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 70g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor bez skórki 60g	Zupa grysikowa [G] 300g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany schab w sosie koperkowym [G] 150g (09,07,01) Gotowane buraczki [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Serek grani 100g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 10g Pomidor bez skórki 50g	Galaretka z owocami 250g

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Niedziela (2026-05-03)			
C01, Dieta podstawowa	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 2255.48 kcal , B: 83.81 g , T: 86.75 g , W: 302.71 g , Błonnik [g]: 34.87 , Cukier [g]: 91.96 , Sód [mg]: 2678.21 , Kwasy tł. nas. [g]: 35.88	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 70g (07) Sałata 10g Pomidor 50g	Zupa ogórkowa z ryżem [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Pieczony kotlet jajeczny [P] 150g (03,01,07,12,10) Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 60g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 80g (01,07,06,09) Dżem 50g Ogórek 40g Rzodkiewka 20g	Kefir naturalny 200g (07)
C02, Dieta łatwostrawna	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 2257.3 kcal , B: 91.28 g , T: 82.4 g , W: 304.48 g , Błonnik [g]: 33.87 , Cukier [g]: 91.05 , Sód [mg]: 2166.66 , Kwasy tł. nas. [g]: 35.07	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 80g (07) Sałata 10g Pomidor bez skórki 50g	Zupa pietruszkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany filet z kurczaka w sosie marchewkowo cukiniowym [G] 150g (09) Gotowana marchewka [G] 150g Woda 250g Banan 200g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 80g (01,07,06,09) Dżem 60g Pomidor bez skórki 60g	Kefir naturalny 200g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-04)			
C01, Dieta podstawowa	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 2446.31 kcal, B: 105.8 g, T: 78.91 g, W: 341.17 g, Błonnik [g]: 35.92 , Cukier [g]: 81.66 , Sód [mg]: 2699.85 , Kwasy tł. nas. [g]: 24.95	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60g (03) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Sałata 10g Papryka 50g	Zupa curry z ciecierzycą i warzywami [G] 300g (09) Ryż gotowany [G] 250g Kurczak z warzywami po chińsku [D] 300g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 60g (01) Masło 20g (07) Ser żółty 50g (07) Pasta rybna 50g (04,03,07) Ogórek kiszony 60g	Jabłko 100g
C02, Dieta łatwostrawna	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 2542.55 kcal, B: 113.92 g, T: 84.03 g, W: 344.36 g, Błonnik [g]: 28.07 , Cukier [g]: 73.15 , Sód [mg]: 2376.61 , Kwasy tł. nas. [g]: 28.35	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 300g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (03) Wędlina. 70g (01,07,06,09) Sałata 10g Pomidor bez skórki 50g	Zupa koperkowa [G] 300g (09) Ryż gotowany [G] 250g Gotowany kurczak w lekkim białym sosie [G] 150g (09,07,01) Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Delikatna pasta rybna 50g (04,07) Ser żółty 70g (07) Pomidor bez skórki 60g	Jabłko gotowane [G] 100g

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Wtorek (2026-05-05)			
C01, Dieta podstawowa E: 2352.62 kcal, B: 109.22 g, T: 91.8 g, W: 289.56 g, Błonnik [g]: 36.93 , Cukier [g]: 77.88 , Sód [mg]: 2562.27 , Kwasy tł. nas. [g]: 29.16	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Twarożek z rzodkiewką 100g (07) Parówka. 60g (01,07,06,10,09) Sałata 10g Pomidor 50g	Zupa buraczkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Pieczona sztuka mięsa wieprzowego z pieczarkami w sosie własnym [P] 150g Surówka koperkowa z marchewką z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 60g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 100g (03,12,10) Rzodkiewka 20g Papryka 40g	Serek homo naturalny 150g (07)
C02, Dieta łatwostrawna E: 2264.38 kcal, B: 107.22 g, T: 75.42 g, W: 305.29 g, Błonnik [g]: 33.6 , Cukier [g]: 92.89 , Sód [mg]: 2490.23 , Kwasy tł. nas. [g]: 27.32	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Parówka. 60g (01,07,06,10,09) Twarożek 100g (07) Sałata 10g Pomidor bez skórki 50g	Zupa buraczkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie bazyliowym [G] 150g (09,07,01) Gotowana marchewka [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 70g (01,07,06,09) Dżem 60g Pomidor bez skórki 60g	Serek homo naturalny 150g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	środa (2026-05-06)			
C01, Dieta podstawowa E: 2392.62 kcal, B: 114.78 g , T: 89.33 g , W: 300.63 g , Błonnik [g]: 41.97 , Cukier [g]: 83.61 , Sód [mg]: 2510 , Kwasy tł. nas. [g]: 31.61	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 300g (07) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Pasta drobiowa 50g (07,12,10) Ser żółty 70g (07) Sałata 10g Ogórek 50g	Obiad Zupa kalafiorowa [G] 300g (09) Kasza bulgur gotowana [G] 250g (01) Duszony gulasz wieprzowy [D] 150g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 60g (01) Masło 20g (07) Kanapkowa pasta z fasoli 50g Wędlina. 70g (01,07,06,09) Pomidor 60g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)
C02, Dieta łatwostrawna E: 2486.76 kcal, B: 126.44 g , T: 80.12 g , W: 325.69 g , Błonnik [g]: 31.76 , Cukier [g]: 79.32 , Sód [mg]: 2265.26 , Kwasy tł. nas. [g]: 28.2	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 300g (07) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Ser żółty 50g (07) Delikatna pasta drobiowa 70g (07) Sałata 10g Pomidor bez skórki 50g	Obiad Zupa kalafiorowa [G] 300g (09) Kasza kuskus gotowana [G] 250g (01) Gotowany gulasz wieprzowy [G] 150g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Pomidorowa pasta twarogowa 60g (07) Wędlina. 70g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 60g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Czwartek (2026-05-07)			
C01, Dieta podstawowa	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 2277.91 kcal, B: 114.11 g , T: 81.99 g , W: 284.07 g , Błonnik [g]: 30.61 , Cukier [g]: 67.59 , Sód [mg]: 2042.51 , Kwasy tł. nas. [g]: 27.97	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Twarożek z warzywami 100g (07) Rzodkiewka 20g Papryka 40g	Zupa porowa z ziemniakami [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Duszone udko z kurczaka w sosie pietruszkowym [D] 150g (09,07,01) Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 60g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 70g (01,07,06,09) Sałatka makaronowa z warzywami i serem 150g (01,03,07) Sałata 10g Ogórek 50g	Serek homo naturalny 150g (07)
C02, Dieta łatwostrawna	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 2341.37 kcal, B: 111.79 g , T: 76.03 g , W: 314.75 g , Błonnik [g]: 28.07 , Cukier [g]: 61.15 , Sód [mg]: 1952.97 , Kwasy tł. nas. [g]: 25.84	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Delikatny twarożek z warzywami 100g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 50g Sałata 10g	Zupa marchewkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowane udko z kurczaka w sosie pietruszkowym [G] 150g (09,07,01) Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 80g (01,07,06,09) Miód pszczelej 60g Pomidor bez skórki 60g	Serek homo naturalny 150g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Piątek (2026-05-08)			
C01, Dieta podstawowa	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 2702.43 kcal, B: 113.54 g, T: 113.82 g, W: 326.32 g, Błonnik [g]: 35.83, Cukier [g]: 81.17, Sód [mg]: 2472.53, Kwasy tł. nas. [g]: 46.76	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 300g (07) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Jajko gotowane [G] 100g (03) Serek kanapkowy 60g (07) Pomidor 50g Sałata 10g	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Smażona ryba bez panierki [S] 150g (04) Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Jabłko 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 60g (01) Masło 20g (07) Dżem 50g Ser żółty 70g (07) Papryka 60g	Kefir naturalny 200g (07)
C02, Dieta łatwostrawna	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 2486.97 kcal, B: 94.39 g, T: 93.64 g, W: 334.52 g, Błonnik [g]: 35.88, Cukier [g]: 82.82, Sód [mg]: 2302.75, Kwasy tł. nas. [g]: 41.16	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 300g (07) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Jajko gotowane [G] 50g (03) Serek kanapkowy 60g (07) Pomidor bez skórki 50g Sałata 10g	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowana ryba w sosie warzywnym [G] 150g (04,09,07) Gotowana marchewka [G] 150g Jabłko gotowane [G] 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Dżem 60g Ser żółty 50g (07) Pomidor bez skórki 60g	Kefir naturalny 200g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki
Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Sobota (2026-05-09)			
C01, Dieta podstawowa	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 2304.52 kcal , B: 81.63 g , T: 90.22 g , W: 307.54 g , Błonnik [g]: 33.81 , Cukier [g]: 55.62 , Sód [mg]: 1972.71 , Kwasy tł. nas. [g]: 33.46	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 70g (07) Papryka 40g Rzodkiewka 20g	Zupa koperkowa [G] 300g (09) Kasza jęczmienna gotowana [G] 250g (01) Duszony gulasz drobiowy z marchewką [D] 150g (09,07,01) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 150g Jabłko 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 60g (01) Masło 20g (07) Miód pszczeli 50g Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 70g (03,07) Ogórek 60g	Jogurt naturalny 100g (07)
C02, Dieta łatwostrawna	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 2390.16 kcal , B: 87.12 g , T: 87.8 g , W: 323.59 g , Błonnik [g]: 32.48 , Cukier [g]: 49.13 , Sód [mg]: 1947.65 , Kwasy tł. nas. [g]: 32.99	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 70g (07) Sałata 10g Pomidor bez skórki 50g	Zupa koperkowa [G] 300g (09) Kasza kuskus gotowana [G] 250g (01) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 150g Gotowany gulasz drobiowy z marchewką [G] 150g (09,07,01) Jabłko gotowane [G] 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Miód pszczeli 50g Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 60g (03,07) Pomidor bez skórki 60g	Jogurt naturalny 100g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Niedziela (2026-05-10)			
C01, Dieta podstawowa	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 2506.42 kcal, B: 121.99 g, T: 86.47 g, W: 328.77 g, Błonnik [g]: 38.73, Cukier [g]: 79.19, Sód [mg]: 2063.55, Kwasy tł. nas. [g]: 29.37	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 300g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 70g (01,07,06,09) Kanapkowa pasta z ciecierzycy 50g Sałata 10g Pomidor 50g	Zupa krupnik [G] 300g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 300g Pieczone kotleciki wieprzowe mielone w sosie cebulowym [P] 150g (07,09,12,10) Gotowany kalafior skropiony olejem rzepakowym [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 60g (01) Masło 20g (07) Pasta rybna 50g (04,03,07) Wędlina. 70g (01,07,06,09) Papryka 60g	Serek homo naturalny 150g (07)
C02, Dieta łatwostrawna	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 2303.27 kcal, B: 114.04 g, T: 63.46 g, W: 333.82 g, Błonnik [g]: 32.84, Cukier [g]: 74.59, Sód [mg]: 1927.24, Kwasy tł. nas. [g]: 17.81	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 300g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Delikatna pasta drobiowa 50g (07) Wędlina. 70g (01,07,06,09) Sałata 10g Pomidor bez skórki 50g	Zupa grysikowa [G] 300g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 300g Gotowany pulpet wieprzowy w sosie selerowo pietruszkowym [G] 150g (09,07,01,03) Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 120g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 70g (01,07,06,09) Delikatna pasta rybna 50g (04,07) Pomidor bez skórki 60g	Jabłko gotowane [G] 100g

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Piątek (2026-05-01)			
D01, Dieta podstawowa E: 2136.75 kcal, B: 87.53 g, T: 100.06 g, W: 237.96 g, Błonnik [g]: 28.69 , Cukier [g]: 65.12 , Sód [mg]: 1774.52 , Kwasy tł. nas. [g]: 45.04	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Chleb pszenno-żytni. 90g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Twarożek ze szczypiorkiem 51g <u>(07)</u> Dżem 60g Sałata 10g Papryka 50g	Obiad Zupa pomidorowa z ryżem [G] 300g <u>(09)</u> Ziemniaki gotowane [G] 250g Ryba pieczona w sosie szpinakowym [P] 120g <u>(04,09,07)</u> Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Jabłko 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g <u>(01)</u> Chleb razowy. 30g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Ser żółty 50g <u>(07)</u> Serek kanapkowy 60g <u>(07)</u> Ogórek 60g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u>
D02, Dieta łatwostrawna E: 2112.89 kcal, B: 92.18 g, T: 96.33 g, W: 228.6 g, Błonnik [g]: 23.33 , Cukier [g]: 55.49 , Sód [mg]: 1827.78 , Kwasy tł. nas. [g]: 44.81	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Chleb pszenno-żytni. 90g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Twarożek z koperkiem 60g <u>(07)</u> Dżem 50g Sałata 10g Pomidor bez skórki 50g	Obiad Zupa pomidorowa z ryżem [G] 300g <u>(09)</u> Ziemniaki gotowane [G] 250g Gotowana ryba w sosie szpinakowym [G]: 120g <u>(04,09,07,03)</u> Gotowane warzywa [G] 150g Jabłko gotowane [G] 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Ser żółty 50g <u>(07)</u> Serek kanapkowy 60g <u>(07)</u> Pomidor bez skórki 60g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u>
D03, Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1981.35 kcal, B: 94.88 g, T: 101.17 g, W: 190.57 g, Błonnik [g]: 31.08 , Cukier [g]: 54.77 , Sód [mg]: 1889.1 , Kwasy tł. nas. [g]: 45.38	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Chleb razowy. 90g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Twarożek ze szczypiorkiem 70g <u>(07)</u> Wędlina. 50g <u>(01,07,06,09)</u> Sałata 10g Papryka 50g	Obiad Zupa pomidorowa z ryżem brązowym [G] 300g <u>(09)</u> Ziemniaki gotowane [G] 150g Ryba pieczona w sosie szpinakowym [P] 120g <u>(04,09,07)</u> Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Jabłko 150g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 90g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Ser żółty 50g <u>(07)</u> Serek kanapkowy 60g <u>(07)</u> Ogórek 60g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u>
D05, Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1800.11 kcal, B: 92.09 g, T: 62.88 g, W: 223.58 g, Błonnik [g]: 18.22 , Cukier [g]: 60.54 , Sód [mg]: 1558.53 , Kwasy tł. nas. [g]: 37.08	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Chleb pszenny. 90g <u>(01)</u> Serek kanapkowy 20g <u>(07)</u> Twarożek z koperkiem 60g <u>(07)</u> Dżem 60g Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa owocowa [G] 300g Ziemniaki gotowane [G] 250g Gotowana ryba w sosie szpinakowym [G]: 120g <u>(04,09,07,03)</u> Gotowane warzywa [G] 150g Jabłko gotowane [G] 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 90g <u>(01)</u> Wędlina. 60g <u>(01,07,06,09)</u> Serek kanapkowy 80g <u>(07)</u> Pomidor bez skórki 50g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u>

Jadłospis	Piątek (2026-05-01)			
D07, Dieta bogatobiałkowa	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 1755.93 kcal , B: 123.41 g , T: 61.61 g , W: 185.01 g , Błonnik [g]: 20.83 , Cukier [g]: 37.02 , Sód [mg]: 2014.94 , Kwasy tł. nas. [g]: 25.98	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 10g (07) Twarożek z koperkiem 100g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Zupa pomidorowa z ryżem [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 100g Gotowana ryba w sosie szpinakowym [G]: 200g (04,09,07,03) Gotowane warzywa [G] 150g Jabłko gotowane [G] 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 10g (07) Ser żółty 50g (07) Wędlina. 80g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 50g	Serek homo naturalny 150g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

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

Jadłospis	Sobota (2026-05-02)			
D01, Dieta podstawowa E: 2157.32 kcal, B: 95.18 g, T: 75.12 g, W: 293.43 g, Błonnik [g]: 34.22, Cukier [g]: 88.83, Sód [mg]: 1758.58, Kwasy tł. nas. [g]: 19.97	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor 30g Ogórek kiszony 30g	Zupa jarzynowa z soczewicą [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Duszona sztuka mięsa wieprzowego w sosie koperkowym [D] 120g (09,07,01) Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Serek grani 50g (07) Paszтет drobiowy 50g Sałata 10g Papryka 50g	Galaretka z owocami 200g
D02, Dieta łatwostrawna E: 2059.35 kcal, B: 96.24 g, T: 58.46 g, W: 302.72 g, Błonnik [g]: 30.87, Cukier [g]: 89.18, Sód [mg]: 1700.29, Kwasy tł. nas. [g]: 18.26	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor bez skórki 60g	Zupa grysikowa [G] 300g (09,01) Gotowany schab w sosie koperkowym [G] 120g (09,07,01) Ziemniaki gotowane [G] 250g Gotowane buraczki [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Serek grani 70g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 10g Pomidor bez skórki 50g	Galaretka z owocami 250g
D03, Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1872.56 kcal, B: 95.02 g, T: 86.04 g, W: 196.38 g, Błonnik [g]: 32.25, Cukier [g]: 59.87, Sód [mg]: 1780.65, Kwasy tł. nas. [g]: 27.29	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor 30g Ogórek kiszony 30g	Zupa jarzynowa z soczewicą [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 150g Schab duszony w sosie koperkowym [D] 120g (09,07,01) Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Jabłko 150g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 90g (01) Masło 20g (07) Serek grani 60g (07) Paszтет drobiowy 60g Sałata 10g Papryka 50g	Serek homo naturalny 150g (07)
D05, Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 2037.16 kcal, B: 114.09 g, T: 51.59 g, W: 291.24 g, Błonnik [g]: 23.41, Cukier [g]: 76.29, Sód [mg]: 1961.37, Kwasy tł. nas. [g]: 26.71	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenny. 90g (01) Serek kanapkowy 20g (07) Pasta z białek jaj z koperkiem 50g (03,07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 50g	Zupa grysikowa [G] 300g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 250g Gotowany schab w sosie koperkowym [G] 120g (09,07,01) Gotowane buraczki [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 90g (01) Serek kanapkowy 20g (07) Serek grani 70g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 55g	Serek homo naturalny 150g (07)

Jadłospis	Sobota (2026-05-02)			
D07, Dieta bogatobiałkowa E: 2089.39 kcal , B: 144.13 g , T: 55.79 g , W: 267.44 g , Błonnik [g]: 28.27 , Cukier [g]: 78.21 , Sód [mg]: 2326.91 , Kwasy tł. nas. [g]: 17.53	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 10g (07) Wędlina. 100g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 100g (03) Pomidor bez skórki 20g	Zupa grysikowa [G] 300g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 100g Gotowany schab w sosie koperkowym [G] 200g (09,07,01) Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 10g (07) Serek grani 150g (07) Wędlina. 80g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 55g	Jogurt skyr. 150g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

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

Jadłospis	Niedziela (2026-05-03)			
D01, Dieta podstawowa E: 1947.05 kcal, B: 70.39 g, T: 75.74 g, W: 261.28 g, Błonnik [g]: 29.83, Cukier [g]: 87.22, Sód [mg]: 2307.59, Kwasy tł. nas. [g]: 29.89	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 50g (07) Sałata 10g Pomidor 50g	Zupa ogórkowa z ryżem [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Pieczony kotlet jajeczny [P] 120g (03,01,07,12,10) Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Dżem 50g Ogórek 40g Rzodkiewka 20g	Kefir naturalny 200g (07)
D02, Dieta łatwostrawna E: 1993.11 kcal, B: 76.38 g, T: 77.04 g, W: 263.32 g, Błonnik [g]: 29.53, Cukier [g]: 89.15, Sód [mg]: 1811.02, Kwasy tł. nas. [g]: 30.14	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 60g (07) Sałata 10g Pomidor bez skórki 50g	Zupa pietruszkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Gotowany filet z kurczaka w sosie marchewkowo cukiniowym [G] 120g (09) Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Dżem 60g Pomidor bez skórki 60g	Kefir naturalny 200g (07)
D03, Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1944.18 kcal, B: 85.52 g, T: 98.15 g, W: 196.1 g, Błonnik [g]: 32.58, Cukier [g]: 61.12, Sód [mg]: 2848.21, Kwasy tł. nas. [g]: 42.52	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 90g (01) Masło 20g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 60g (07) Sałata 10g Pomidor 50g	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 150g Pieczony kotlet jajeczny [P] 150g (03,01,07,12,10) Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Jabłko 150g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Ser żółty 60g (07) Ogórek 40g Rzodkiewka 20g	Kefir naturalny 200g (07)
D05, Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 2010.67 kcal, B: 85.47 g, T: 59.07 g, W: 297.05 g, Błonnik [g]: 24.76, Cukier [g]: 101.67, Sód [mg]: 2069.31, Kwasy tł. nas. [g]: 30.39	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenny. 90g (01) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 80g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Zupa pietruszkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Gotowany filet z kurczaka w sosie marchewkowo cukiniowym [G] 120g (09) Gotowana marchewka [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 90g (01) Serek kanapkowy 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Dżem 60g Pomidor bez skórki 50g	Kefir naturalny 200g (07) Herbatniki bebe 40g (01,07,06)

Jadłospis	Niedziela (2026-05-03)			
D07, Dieta bogatobiałkowa E: 1805.78 kcal, B: 117.99 g, T: 41.39 g, W: 254.65 g, Błonnik [g]: 29.09, Cukier [g]: 88.85, Sód [mg]: 1761.23, Kwasy tł. nas. [g]: 10.51	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 10g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Twaróg 100g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Zupa pietruszkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g Gotowany filet z kurczaka w sosie marchewkowo cukiniowym [G] 200g (09) Gotowana marchewka [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 100g (01,07,06,09) Dżem 60g Pomidor bez skórki 50g	Jogurt skyr. 150g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-04)			
D01, Dieta podstawowa E: 2227.52 kcal, B: 99.6 g, T: 76.39 g, W: 296.07 g, Błonnik [g]: 31.3, Cukier [g]: 78.04, Sód [mg]: 2470.33, Kwasy tł. nas. [g]: 24.43	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (03) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Sałata 10g Papryka 50g	Obiad Zupa curry z ciecierzycą i warzywami [G] 300g (09) Ryż gotowany [G] 200g Kurczak z warzywami po chińsku [D] 300g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Ser żółty 50g (07) Pasta rybna 50g (04,03,07) Ogórek kiszony 60g	2 Kolacja Jabłko 100g
	D02, Dieta łatwostrawna E: 2086.05 kcal, B: 94.51 g, T: 72.04 g, W: 275.66 g, Błonnik [g]: 25.98, Cukier [g]: 72.27, Sód [mg]: 1962.83, Kwasy tł. nas. [g]: 24.02	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (03) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Sałata 10g Pomidor bez skórki 50g	Obiad Zupa koperkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Gotowany kurczak w lekkim białym sosie [G] 120g (09,07,01) Gotowane warzywa [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Ser żółty 50g (07) Delikatna pasta rybna 50g (04,07) Pomidor bez skórki 60g
D03, Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 2234 kcal, B: 93.48 g, T: 117.54 g, W: 213.75 g, Błonnik [g]: 37.15, Cukier [g]: 55.13, Sód [mg]: 2799.36, Kwasy tł. nas. [g]: 47.21	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 90g (01) Masło 20g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (03) Serek kanapkowy 60g (07) Sałata 10g Papryka 50g	Obiad Zupa curry z ciecierzycą i warzywami [G] 300g (09) Ryż brązowy gotowany [G] 150g Kurczak z warzywami po chińsku [D] 300g Jabłko 150g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 90g (01) Masło 20g (07) Ser żółty 50g (07) Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 100g (03,12,10) Ogórek kiszony 60g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-04)			2 Kola
D05, Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1925.09 kcal, B: 90.49 g, T: 48.31 g, W: 291.53 g, Błonnik [g]: 22.59, Cukier [g]: 81.72, Sód [mg]: 1897.47, Kwasy tł. nas. [g]: 24.73	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g (07,01) Chleb pszenny. 90g (01) Pasta z białek jaj z warzywami 50g (03) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa koperkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Gotowany kurczak w lekkim białym sosie [G] 120g (09,07,01) Gotowane warzywa [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 90g (01) Serek kanapkowy 80g (07) Delikatna pasta rybna 50g (04,07) Pomidor bez skórki 50g	Jabłko
	D07, Dieta bogatobiałkowa E: 2109.94 kcal, B: 123.31 g, T: 64.9 g, W: 267.3 g, Błonnik [g]: 23.15, Cukier [g]: 73.21, Sód [mg]: 2209.96, Kwasy tł. nas. [g]: 24.21	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 10g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (03) Twaróg 100g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa koperkowa [G] 300g (09) Ryż gotowany [G] 100g Gotowany kurczak w lekkim białym sosie [G] 200g (09,07,01) Gotowane warzywa [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 10g (07) Ser żółty 80g (07) Delikatna pasta rybna 60g (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

Jadłospis	Wtorek (2026-05-05)			
D01, Dieta podstawowa E: 2105.36 kcal, B: 93.23 g, T: 88.67 g, W: 248.26 g, Błonnik [g]: 31.76 , Cukier [g]: 72.6 , Sód [mg]: 2250.91 , Kwasy tł. nas. [g]: 28.12	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Twarożek z rzodkiewką 60g (07) Parówka. 60g (01,07,06,10,09) Sałata 10g Pomidor 50g	Obiad Zupa buraczkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Pieczona sztuka mięsa wieprzowego z pieczarkami w sosie własnym [P] 120g Surówka koperkowa z marchewką z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 100g (03,12,10) Rzodkiewka 20g Papryka 40g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)
D02, Dieta łatwostrawna E: 2115.55 kcal, B: 89.36 g, T: 73.64 g, W: 286.91 g, Błonnik [g]: 26.55 , Cukier [g]: 81.31 , Sód [mg]: 1981.16 , Kwasy tł. nas. [g]: 26.2	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Parówka. 60g (01,07,06,10,09) Twarożek 50g (07) Sałata 10g Pomidor bez skórki 50g	Obiad Zupa grysikowa [G] 300g (09,01) Ryż gotowany [G] 200g Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie bazyliowym [G] 120g (09,07,01) Gotowana marchewka [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Dżem 60g Pomidor bez skórki 60g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)
D03, Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1870.51 kcal, B: 100.13 g, T: 85.71 g, W: 189.33 g, Błonnik [g]: 31.8 , Cukier [g]: 61.15 , Sód [mg]: 2100 , Kwasy tł. nas. [g]: 28.45	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 90g (01) Masło 20g (07) Twarożek z rzodkiewką 60g (07) Parówka. 60g (01,07,06,10,09) Sałata 10g Pomidor 50g	Obiad Zupa buraczkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 150g Pieczona sztuka mięsa wieprzowego z pieczarkami w sosie własnym [P] 150g Surówka z białej kapusty i koperku z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Jabłko 150g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Pasta rybna 50g (04,03,07) Rzodkiewka 20g Papryka 40g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)
D05, Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 2029.1 kcal, B: 101.6 g, T: 50.39 g, W: 304.77 g, Błonnik [g]: 23.5 , Cukier [g]: 95.75 , Sód [mg]: 1939.06 , Kwasy tł. nas. [g]: 24.89	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenny. 90g (01) Serek kanapkowy 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Twarożek 70g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa grysikowa [G] 300g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 250g Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie bazyliowym [G] 120g (09,07,01) Gotowana marchewka [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 90g (01) Serek kanapkowy 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Dżem 60g Pomidor bez skórki 50g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07) Herbatniki bebe 40g (01,07,06)

Jadłospis	Wtorek (2026-05-05)			
D07, Dieta bogatobiałkowa	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 1900.31 kcal, B: 112.44 g, T: 59.84 g, W: 241.05 g, Błonnik [g]: 27.26, Cukier [g]: 90.23, Sód [mg]: 2396.75, Kwasy tł. nas. [g]: 22.96	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 10g (07) Parówka. 60g (01,07,06,10,09) Twarożek 100g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Zupa buraczkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 100g Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie bazyliowym [G] 200g (09,07,01) Gotowana marchewka [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 10g (07) Wędlina. 100g (01,07,06,09) Dżem 60g Pomidor bez skórki 50g	Serek homo naturalny 150g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy;
09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

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

Jadłospis	środa (2026-05-06)			
D01, Dieta podstawowa E: 2050.69 kcal, B: 94 g, T: 79.4 g, W: 255.29 g, Błonnik [g]: 35.25, Cukier [g]: 77.67, Sód [mg]: 2071.81, Kwasy tł. nas. [g]: 26.89	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Pasta drobiowa 50g (07,12,10) Ser żółty 50g (07) Sałata 10g Ogórek 50g	Obiad Zupa kalafiorowa [G] 300g (09) Kasza bulgur gotowana [G] 200g (01) Duszony gulasz wieprzowy [D] 120g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Kanapkowa pasta z fasoli 50g Wędlina. 50g (01,07,06,09) Pomidor 60g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)
D02, Dieta łatwostrawna E: 2166.62 kcal, B: 106.22 g, T: 70.42 g, W: 285.72 g, Błonnik [g]: 26.52, Cukier [g]: 76.91, Sód [mg]: 1973.89, Kwasy tł. nas. [g]: 26.31	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Ser żółty 50g (07) Delikatna pasta drobiowa 50g (07) Sałata 10g Pomidor bez skórki 50g	Obiad Zupa ryżowa [G] 300g (09) Kasza kuskus gotowana [G] 200g (01) Gotowany gulasz wieprzowy [G] 120g (09) Gotowane buraczki [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Pomidorowa pasta twarogowa 60g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 60g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)
D03, Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1822.31 kcal, B: 88.97 g, T: 82.72 g, W: 196.5 g, Błonnik [g]: 37.24, Cukier [g]: 59.37, Sód [mg]: 2220.39, Kwasy tł. nas. [g]: 28	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 90g (01) Masło 20g (07) Pasta drobiowa 50g (07,12,10) Ser żółty 70g (07) Sałata 10g Ogórek 50g	Obiad Zupa kalafiorowa [G] 300g (09) Kasza bulgur gotowana [G] 150g (01) Duszony gulasz wieprzowy [D] 120g (09) Surówka z buraczków surowych z dodatkiem oleju rzepakowego 150g Jabłko 150g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 90g (01) Masło 20g (07) Kanapkowa pasta z fasoli 60g Wędlina. 60g (01,07,06,09) Pomidor 60g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)
D05, Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1936.6 kcal, B: 97.63 g, T: 56.88 g, W: 268.57 g, Błonnik [g]: 20.56, Cukier [g]: 79.02, Sód [mg]: 1934.39, Kwasy tł. nas. [g]: 30.9	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 250g (07) Chleb pszenny. 90g (01) Serek kanapkowy 70g (07) Delikatna pasta drobiowa 50g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa ryżowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Gotowany gulasz wieprzowy [G] 120g (09) Gotowane buraczki [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 90g (01) Serek kanapkowy 20g (07) Pomidorowa pasta twarogowa 60g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 50g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)

Jadłospis	środa (2026-05-06)			
D07, Dieta bogatobiałkowa	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 2071.88 kcal , B: 131.96 g , T: 68.87 g , W: 242.31 g , Błonnik [g]: 24.1 , Cukier [g]: 79.38 , Sód [mg]: 2430.71 , Kwasy tł. nas. [g]: 28.49	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 10g (07) Ser żółty 80g (07) Delikatna pasta drobiowa 80g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Zupa ryżowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 100g Gotowany gulasz wieprzowy [G] 200g (09) Gotowane buraczki [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 10g (07) Pomidorowa pasta twarogowa 100g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 50g	Jogurt naturalny 100g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

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

Jadłospis	Czwartek (2026-05-07)			
D01, Dieta podstawowa E: 1961.69 kcal, B: 93.71 g, T: 75.85 g, W: 236.48 g, Błonnik [g]: 25.12, Cukier [g]: 61.25, Sód [mg]: 1605.4, Kwasy tł. nas. [g]: 26.17	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Twarożek z warzywami 60g (07) Rzodkiewka 20g Papryka 40g	Obiad Zupa porowa z ziemniakami [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Duszone udko z kurczaka w sosie pietruszkowym [D] 120g (09,07,01) Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałatka makaronowa z warzywami i serem 100g (01,03,07) Sałata 10g Ogórek 50g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)
D02, Dieta łatwostrawna E: 2036.26 kcal, B: 92.87 g, T: 68.31 g, W: 272.6 g, Błonnik [g]: 23.79, Cukier [g]: 58.6, Sód [mg]: 1590.51, Kwasy tł. nas. [g]: 24.53	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Delikatny twarożek z warzywami 60g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 50g Sałata 10g	Obiad Zupa marchewkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Gotowane udko z kurczaka w sosie pietruszkowym [G] 120g (09,07,01) Gotowane warzywa [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Miód pszczeli 60g Pomidor bez skórki 60g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)
D03, Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1839.72 kcal, B: 101.8 g, T: 83.51 g, W: 181.81 g, Błonnik [g]: 27.74, Cukier [g]: 50.61, Sód [mg]: 1612.46, Kwasy tł. nas. [g]: 26.85	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 70g (01,07,06,09) Twarożek z warzywami 70g (07) Rzodkiewka 20g Papryka 40g	Obiad Zupa porowa z ziemniakami [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 150g Duszone udko z kurczaka w sosie pietruszkowym [D] 120g (09,07,01) Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 150g Jabłko 150g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 70g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 50g (03) Sałata 10g Ogórek 50g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07) Słonecznik, nasiona, łuskane 15g
D05, Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 2088.41 kcal, B: 101.91 g, T: 54.33 g, W: 305.95 g, Błonnik [g]: 18.84, Cukier [g]: 70.87, Sód [mg]: 1844.71, Kwasy tł. nas. [g]: 25.22	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenny. 90g (01) Serek kanapkowy 20g (07) Delikatny twarożek z warzywami 60g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g	Obiad Zupa marchewkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Gotowane udko z kurczaka w sosie pietruszkowym [G] 120g (09,07,01) Gotowane warzywa [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 90g (01) Serek kanapkowy 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Miód pszczeli 60g Pomidor bez skórki 50g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07) Herbatniki bebe 40g (01,07,06)

Jadłospis	Czwartek (2026-05-07)			
D07, Dieta bogatobiałkowa	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 1916.87 kcal, B: 123.08 g, T: 60.23 g, W: 231.43 g, Błonnik [g]: 25.64, Cukier [g]: 70.71, Sód [mg]: 2188.59, Kwasy tł. nas. [g]: 22.79	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 10g (07) Delikatny twarożek z warzywami 100g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g	Zupa marchewkowa [G] 300g (09) Kasza kuskus gotowana [G] 100g (01) Gotowane udko z kurczaka w sosie pietruszkowym [G] 200g (09,07,01) Gotowane buraczki [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 10g (07) Wędlina. 80g (01,07,06,09) Twarożek wiejski, 2% tłuszczu 100g (07) Pomidor bez skórki 50g	Serek homo naturalny 150g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy;
09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

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

Jadłospis	Piątek (2026-05-08)			
D01, Dieta podstawowa E: 2301.37 kcal, B: 89.77 g, T: 100.29 g, W: 277.76 g, Błonnik [g]: 30.63 , Cukier [g]: 75.06 , Sód [mg]: 1990 , Kwasy tł. nas. [g]: 41.35	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 250g <u>(07)</u> Chleb pszenno-żytni. 90g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Jajko gotowane [G] 50g <u>(03)</u> Serek kanapkowy 60g <u>(07)</u> Pomidor 50g Sałata 10g	Obiad Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G] 300g <u>(09)</u> Ziemniaki gotowane [G] 250g Smażona ryba bez panierki [S] 120g <u>(04)</u> Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Jabłko 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g <u>(01)</u> Chleb razowy. 30g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Ser żółty 50g <u>(07)</u> Dżem 50g Papryka 60g	2 Kolacja Kefir naturalny 200g <u>(07)</u>
D02, Dieta łatwostrawna E: 2213.83 kcal, B: 85.04 g, T: 91.54 g, W: 273.48 g, Błonnik [g]: 25.83 , Cukier [g]: 68.6 , Sód [mg]: 1931.01 , Kwasy tł. nas. [g]: 40.47	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 250g <u>(07)</u> Chleb pszenno-żytni. 90g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Jajko gotowane [G] 50g <u>(03)</u> Serek kanapkowy 60g <u>(07)</u> Pomidor bez skórki 50g Sałata 10g	Obiad Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G] 300g <u>(09)</u> Ziemniaki gotowane [G] 250g Gotowana ryba w sosie warzywnym [G] 120g <u>(04,09,07)</u> Gotowane warzywa [G] 150g Jabłko gotowane [G] 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Ser żółty 50g <u>(07)</u> Dżem 50g Pomidor bez skórki 60g	2 Kolacja Kefir naturalny 200g <u>(07)</u>
D03, Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1994.31 kcal, B: 94.17 g, T: 103.39 g, W: 189.61 g, Błonnik [g]: 30.46 , Cukier [g]: 56.88 , Sód [mg]: 2179.63 , Kwasy tł. nas. [g]: 42.68	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Chleb razowy. 90g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Jajko gotowane [G] 50g <u>(03)</u> Pomidor 50g Sałata 10g Serek kanapkowy 60g <u>(07)</u>	Obiad Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G] 300g <u>(09)</u> Ziemniaki gotowane [G] 150g Smażona ryba bez panierki [S] 150g <u>(04)</u> Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Jabłko 150g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 90g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Wędlina. 50g <u>(01,07,06,09)</u> Ser żółty 70g <u>(07)</u> Papryka 60g	2 Kolacja Kefir naturalny 200g <u>(07)</u>
D05, Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 2031.7 kcal, B: 104.86 g, T: 68.36 g, W: 262.08 g, Błonnik [g]: 25.35 , Cukier [g]: 54.54 , Sód [mg]: 1983.71 , Kwasy tł. nas. [g]: 39.01	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g <u>(07)</u> Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 250g <u>(07)</u> Chleb pszenny. 90g <u>(01)</u> Serek kanapkowy 80g <u>(07)</u> Pasta z białek jaj z pietruszką 50g <u>(03,07)</u> Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g	Obiad Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G] 300g <u>(09)</u> Ziemniaki gotowane [G] 250g Gotowana ryba w sosie warzywnym [G] 120g <u>(04,09,07)</u> Gotowana marchewka [G] 150g Jabłko gotowane [G] 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 90g <u>(01)</u> Serek kanapkowy 20g <u>(07)</u> Twaróg 50g <u>(07)</u> Wędlina. 50g <u>(01,07,06,09)</u> Pomidor bez skórki 50g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u>

Jadłospis	Piątek (2026-05-08)			
D07, Dieta bogatobiałkowa	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 1923.99 kcal, B: 120.35 g, T: 61.24 g, W: 237.36 g, Błonnik [g]: 28.95, Cukier [g]: 56.73, Sód [mg]: 2310.35, Kwasy tł. nas. [g]: 23.05	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 10g (07) Jajko gotowane [G] 100g (03) Wędlina. 80g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 100g Gotowana ryba w sosie warzywnym [G] 200g (04,09,07) Gotowana marchewka [G] 150g Jabłko gotowane [G] 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 10g (07) Wędlina. 100g (01,07,06,09) Ser żółty 50g (07) Pomidor bez skórki 50g	Kefir naturalny 200g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy;
09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

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

Jadłospis	Sobota (2026-05-09)			
D01, Dieta podstawowa E: 1973.57 kcal, B: 68.13 g, T: 78.47 g, W: 262.15 g, Błonnik [g]: 28.42, Cukier [g]: 51.05, Sód [mg]: 1609.91, Kwasy tł. nas. [g]: 27.52	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 50g (07) Papryka 40g Rzodkiewka 20g	Obiad Zupa koperkowa [G] 300g (09) Kasza jęczmienna gotowana [G] 200g (01) Duszony gulasz drobiowy z marchewką [D] 120g (09,07,01) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 150g Woda 250g Jabłko 200g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Miód pszczeli 50g Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 50g (03,07) Ogórek 60g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)
D02, Dieta łatwostrawna E: 2015.56 kcal, B: 73.56 g, T: 72.44 g, W: 276.75 g, Błonnik [g]: 28.29, Cukier [g]: 49.25, Sód [mg]: 1650.77, Kwasy tł. nas. [g]: 27.04	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 50g (07) Sałata 10g Pomidor bez skórki 50g	Obiad Zupa koperkowa [G] 300g (09) Kasza kuskus gotowana [G] 200g (01) Gotowany gulasz drobiowy z marchewką [G] 120g (09,07,01) Gotowane buraczki [G] 150g Jabłko gotowane [G] 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Miód pszczeli 50g Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 50g (03,07) Pomidor bez skórki 60g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)
D03, Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1857.22 kcal, B: 77.93 g, T: 87.75 g, W: 203.65 g, Błonnik [g]: 31.01, Cukier [g]: 61.59, Sód [mg]: 1864.61, Kwasy tł. nas. [g]: 33.04	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 70g (07) Papryka 40g Rzodkiewka 20g	Obiad Zupa koperkowa [G] 300g (09) Kasza jęczmienna gotowana [G] 150g (01) Gotowany gulasz drobiowy z marchewką [G] 120g (09,07,01) Surówka z buraczków surowych z dodatkiem oleju rzepakowego 150g Jabłko 150g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 60g (03,07) Ogórek 60g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)
D05, Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1840.31 kcal, B: 77.9 g, T: 54.43 g, W: 270.79 g, Błonnik [g]: 22.47, Cukier [g]: 53.51, Sód [mg]: 1928.85, Kwasy tł. nas. [g]: 29.59	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenny. 90g (01) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 80g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa koperkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Gotowany gulasz drobiowy z marchewką [G] 120g (09,07,01) Gotowane buraczki [G] 150g Jabłko gotowane [G] 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 90g (01) Serek kanapkowy 20g (07) Pasta z białek jaj z warzywami 60g (03) Miód pszczeli 60g Pomidor bez skórki 50g	2 Kolacja Kefir naturalny 200g (07)

Jadłospis	Sobota (2026-05-09)			
D07, Dieta bogatobiałkowa	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 1876.02 kcal , B: 108.34 g , T: 73.97 g , W: 206.64 g , Błonnik [g]: 26.71 , Cukier [g]: 60.51 , Sód [mg]: 2350.71 , Kwasy tł. nas. [g]: 30.74	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 10g (07) Wędlina. 100g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 70g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Zupa koperkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 100g Gotowany gulasz drobiowy z marchewką [G] 250g (09,07,01) Gotowane buraczki [G] 150g Jabłko gotowane [G] 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 10g (07) Twarożek wiejski, 2% tłuszczu 100g (07) Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 80g (03,07) Pomidor bez skórki 50g	Jogurt naturalny 200g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

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

Jadłospis	Niedziela (2026-05-10)			
D01, Dieta podstawowa E: 2116.1 kcal, B: 102.82 g, T: 81.87 g, W: 257.89 g, Błonnik [g]: 33.79, Cukier [g]: 53.19, Sód [mg]: 1739.12, Kwasy tł. nas. [g]: 27.67	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Kanapkowa pasta z ciecierzycy 50g Sałata 10g Pomidor 50g	Zupa krupnik [G] 300g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 250g Pieczone kotleciki wieprzowe mielone w sosie pieczarkowo cebulowym [P] 120g (07,09,12,10) Gotowany kalafior skropiony olejem rzepakowym [G] 150g Jabłko 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Pasta rybna 50g (04,03,07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Papryka 60g	Serek homo naturalny 150g (07)
D02, Dieta łatwostrawna E: 1971.18 kcal, B: 94.84 g, T: 55.54 g, W: 285.39 g, Błonnik [g]: 28.04, Cukier [g]: 71.26, Sód [mg]: 1590.43, Kwasy tł. nas. [g]: 16.29	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Delikatna pasta drobiowa 50g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 10g Pomidor bez skórki 50g	Zupa grysikowa [G] 300g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 250g Gotowany pulpet wieprzowy w sosie selerowo pietruszkowym [G] 120g (09,07,01,03) Gotowane warzywa [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Delikatna pasta rybna 50g (04,07) Pomidor bez skórki 60g	Jabłko gotowane [G] 100g
D03, Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 1776.1 kcal, B: 96.64 g, T: 81.12 g, W: 180.51 g, Błonnik [g]: 33.42, Cukier [g]: 56.48, Sód [mg]: 1817.06, Kwasy tł. nas. [g]: 26.18	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb razowy. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Kanapkowa pasta z ciecierzycy 60g Sałata 10g Pomidor 50g	Zupa krupnik [G] 300g (09,01) Pieczone kotleciki wieprzowe mielone w sosie pieczarkowo cebulowym [P] 150g (07,09,12,10) Gotowany kalafior skropiony olejem rzepakowym [G] 200g Jabłko 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb razowy. 90g (01) Masło 20g (07) Pasta rybna 60g (04,03,07) Wędlina. 70g (01,07,06,09) Papryka 60g	Serek homo naturalny 150g (07)
D05, Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 1968.65 kcal, B: 102.51 g, T: 49.2 g, W: 289.19 g, Błonnik [g]: 23.17, Cukier [g]: 66.34, Sód [mg]: 1791.4, Kwasy tł. nas. [g]: 24.79	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenny. 90g (01) Serek kanapkowy 20g (07) Delikatna pasta drobiowa 50g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Zupa grysikowa [G] 300g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 250g Gotowany pulpet wieprzowy w sosie selerowo pietruszkowym [G] 120g (09,07,01,03) Gotowane warzywa [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenny. 90g (01) Serek kanapkowy 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Delikatna pasta rybna 50g (04,07) Pomidor bez skórki 50g	Serek homo naturalny 150g (07)

Jadłospis	Niedziela (2026-05-10)			
D07, Dieta bogatobiałkowa	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 1961.67 kcal, B: 124.97 g, T: 43.64 g, W: 277.22 g, Błonnik [g]: 26.79, Cukier [g]: 68.9, Sód [mg]: 1873.56, Kwasy tł. nas. [g]: 12.86	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 10g (07) Delikatna pasta drobiowa 50g (07) Wędlina. 100g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Zupa grysikowa [G] 300g (09,01) Kasza kuskus gotowana [G] 100g (01) Gotowany pulpet wieprzowy w sosie selerowo pietruszkowym [G] 200g (09,07,01,03) Gotowane warzywa [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 10g (07) Wędlina. 100g (01,07,06,09) Delikatna pasta rybna 50g (04,07) Pomidor bez skórki 50g	Jabłko gotowane [G] 100g

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Piątek (2026-05-01)			
P02/1, Dieta łatwostrawna (1-3 lat) E: 1161.87 kcal , B: 54.28 g , T: 50.08 g , W: 128.82 g , Błonnik [g]: 13.89 , Cukier [g]: 29.67 , Sód [mg]: 983.11 , Kwasy tł. nas. [g]: 22.71	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Twarożek z koperkiem 20g (07) Dżem 20g Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa pomidorowa z ryżem [G] 200g (09) Ziemniaki gotowane [G] 60g Gotowana ryba w sosie szpinakowym [G]: 60g (04,09,07,03) Gotowane warzywa [G] 100g Jabłko gotowane [G] 100g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Ser żółty 20g (07) Serek kanapkowy śmietankowy 20g (07) Pomidor bez skórki 50g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)
P01/2, Dieta podstawowa (4-9 lat) E: 1678.42 kcal , B: 74.53 g , T: 86.5 g , W: 163.5 g , Błonnik [g]: 21.82 , Cukier [g]: 47.08 , Sód [mg]: 1382.01 , Kwasy tł. nas. [g]: 37.24	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 20g (07) Twarożek ze szczypiorkiem 51g (07) Dżem 30g Sałata 5g Papryka 55g	Obiad Zupa pomidorowa z ryżem [G] 200g (09) Ziemniaki gotowane [G] 150g Ryba pieczona w sosie szpinakowym [P] 100g (04,09,07) Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Jabłko 150g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 30g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Ser żółty 50g (07) Serek kanapkowy 30g (07) Ogórek 50g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)
P01/3, Dieta podstawowa (10-18 lat) E: 2136.75 kcal , B: 87.53 g , T: 100.06 g , W: 237.96 g , Błonnik [g]: 28.69 , Cukier [g]: 65.12 , Sód [mg]: 1774.52 , Kwasy tł. nas. [g]: 45.04	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Twarożek ze szczypiorkiem 51g (07) Dżem 60g Sałata 10g Papryka 50g	Obiad Zupa pomidorowa z ryżem [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Ryba pieczona w sosie szpinakowym [P] 120g (04,09,07) Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Jabłko 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Ser żółty 50g (07) Serek kanapkowy 60g (07) Ogórek 60g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Sobota (2026-05-02)			
P02/1, Dieta łatwostrawna (1-3 lat) E: 1178.53 kcal, B: 53.39 g, T: 31.07 g, W: 181.14 g, Błonnik [g]: 19.38 , Cukier [g]: 56.47 , Sód [mg]: 1005.47 , Kwasy tł. nas. [g]: 9.65	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 150g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Wędlina. 20g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 25g (03) Pomidor bez skórki 20g	Obiad Zupa grysikowa [G] 200g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 60g Gotowany schab w sosie koperkowym [G] 60g (09,07,01) Gotowane buraczki [G] 100g Banan 100g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Serek grani 30g (07) Wędlina. 20g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 55g	2 Kolacja Galaretka z owocami 250g
P01/2, Dieta podstawowa (4-9 lat) E: 1734.13 kcal, B: 73.56 g, T: 67.72 g, W: 221.66 g, Błonnik [g]: 26.48 , Cukier [g]: 74.57 , Sód [mg]: 1388.53 , Kwasy tł. nas. [g]: 18.46	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 20g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor 20g Ogórek kiszony 30g	Obiad Zupa jarzynowa z soczewicą [G] 200g (09) Ziemniaki gotowane [G] 150g Duszona sztuka mięsa wieprzowego w sosie koperkowym [D] 100g (09,07,01) Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Banan 150g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 30g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Serek grani 50g (07) Paszтет drobiowy 20g Sałata 5g Papryka 45g	2 Kolacja Galaretka z owocami 200g
P01/3, Dieta podstawowa (10-18 lat) E: 2157.32 kcal, B: 95.18 g, T: 75.12 g, W: 293.43 g, Błonnik [g]: 34.22 , Cukier [g]: 88.83 , Sód [mg]: 1758.58 , Kwasy tł. nas. [g]: 19.97	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Jajko gotowane [G] 50g (03) Pomidor 30g Ogórek kiszony 30g	Obiad Zupa jarzynowa z soczewicą [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Duszona sztuka mięsa wieprzowego w sosie koperkowym [D] 120g (09,07,01) Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Serek grani 50g (07) Paszтет drobiowy 50g Sałata 10g Papryka 50g	2 Kolacja Galaretka z owocami 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 (2026-05-03)			
P02/1, Dieta łatwostrawna (1-3 lat) E: 1087.59 kcal, B: 42.93 g, T: 40.03 g, W: 147.88 g, Błonnik [g]: 18 , Cukier [g]: 49.07 , Sód [mg]: 1118.49 , Kwasy tł. nas. [g]: 16.38	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Galart z kurczaka 50g (09) Serek kanapkowy 30g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa pietruszkowa [G] 200g (09) Ziemniaki gotowane [G] 60g Gotowany filet z kurczaka w sosie marchewkowo cukiniowym [G] 60g (09) Gotowana marchewka [G] 100g Banan 100g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Wędlina. 20g (01,07,06,09) Dżem 20g Pomidor bez skórki 50g	2 Kolacja Kefir naturalny 200g (07)
P01/2, Dieta podstawowa (4-9 lat) E: 1628.7 kcal, B: 60.77 g, T: 72.83 g, W: 194.39 g, Błonnik [g]: 23.1 , Cukier [g]: 75.28 , Sód [mg]: 1844.82 , Kwasy tł. nas. [g]: 29.12	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 20g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 50g (07) Sałata 5g Pomidor 45g	Obiad Zupa ogórkowa z ryżem [G] 200g (09) Ziemniaki gotowane [G] 150g Pieczony kotlet jajeczny [P] 100g (03,01,07,12,10) Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Banan 150g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 30g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Dżem 50g Ogórek 40g Rzodkiewka 20g	2 Kolacja Kefir naturalny 200g (07)
P01/3, Dieta podstawowa (10-18 lat) E: 1947.05 kcal, B: 70.39 g, T: 75.74 g, W: 261.28 g, Błonnik [g]: 29.83 , Cukier [g]: 87.22 , Sód [mg]: 2307.59 , Kwasy tł. nas. [g]: 29.89	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Galart z kurczaka 100g (09) Serek kanapkowy 50g (07) Sałata 10g Pomidor 50g	Obiad Zupa ogórkowa z ryżem [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Pieczony kotlet jajeczny [P] 120g (03,01,07,12,10) Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Dżem 50g Ogórek 40g Rzodkiewka 20g	2 Kolacja Kefir naturalny 200g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy;
09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-04)			
P02/1, Dieta łatwostrawna (1-3 lat) E: 1162.97 kcal, B: 47.78 g, T: 35.96 g, W: 168.45 g, Błonnik [g]: 16.05 , Cukier [g]: 43.93 , Sód [mg]: 1077.89 , Kwasy tł. nas. [g]: 11.62	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 150g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 20g (03) Wędlina. 20g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa koperkowa [G] 200g (09) Ryż gotowany [G] 60g Gotowany kurczak w lekkim białym sosie [G] 60g (09,07,01) Gotowane warzywa [G] 100g Banan 100g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Ser żółty 20g (07) Delikatna pasta rybna 20g (04,07) Pomidor bez skórki 50g	2 Kolacja Jabłko gotowane [G] 100g
P01/2, Dieta podstawowa (4-9 lat) E: 1639.82 kcal, B: 64.66 g, T: 60.14 g, W: 218.07 g, Błonnik [g]: 23.02 , Cukier [g]: 64.34 , Sód [mg]: 1660.68 , Kwasy tł. nas. [g]: 19.45	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 20g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 20g (03) Wędlina. 30g (01,07,06,09) Sałata 5g Papryka 45g	Obiad Zupa curry z ciecierzycą i warzywami [G] 200g (09) Ryż gotowany [G] 120g Kurczak z warzywami po chińsku [D] 200g Banan 150g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 30g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Ser żółty 30g (07) Pasta rybna 20g (04,03,07) Ogórek kiszony 50g	2 Kolacja Jabłko 100g
P01/3, Dieta podstawowa (10-18 lat) E: 2227.52 kcal, B: 99.6 g, T: 76.39 g, W: 296.07 g, Błonnik [g]: 31.3 , Cukier [g]: 78.04 , Sód [mg]: 2470.33 , Kwasy tł. nas. [g]: 24.43	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z kaszą manną [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (03) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Sałata 10g Papryka 50g	Obiad Zupa curry z ciecierzycą i warzywami [G] 300g (09) Ryż gotowany [G] 200g Kurczak z warzywami po chińsku [D] 300g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Ser żółty 50g (07) Pasta rybna 50g (04,03,07) Ogórek kiszony 60g	2 Kolacja Jabłko 100g

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki
Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Wtorek (2026-05-05)			
P02/1, Dieta łatwostrawna (1-3 lat) E: 1047.96 kcal, B: 40.42 g, T: 34.34 g, W: 153.54 g, Błonnik [g]: 20.03, Cukier [g]: 54.34, Sód [mg]: 1429.89, Kwasy tł. nas. [g]: 9.63	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Parówka. 60g (01,07,06,10,09) Twarożek 20g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa buraczkowa [G] 200g (09) Ziemniaki gotowane [G] 60g Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie bazyliowym [G] 60g (09,07,01) Gotowana marchewka [G] 100g Banan 100g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Wędlina. 20g (01,07,06,09) Dżem 20g Pomidor bez skórki 50g	2 Kolacja Jabłko 100g
P01/2, Dieta podstawowa (4-9 lat) E: 1670.39 kcal, B: 74.7 g, T: 80.41 g, W: 172.64 g, Błonnik [g]: 23.27, Cukier [g]: 56.41, Sód [mg]: 1676.33, Kwasy tł. nas. [g]: 26.83	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 20g (07) Twarożek z rzodkiewką 20g (07) Parówka. 60g (01,07,06,10,09) Sałata 5g Pomidor 45g	Obiad Zupa buraczkowa [G] 200g (09) Ziemniaki gotowane [G] 150g Pieczona sztuka mięsa wieprzowego z pieczarkami w sosie własnym [P] 100g Surówka koperkowa z marchewką z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Banan 150g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 30g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 40g (03,12,10) Rzodkiewka 20g Papryka 40g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)
P01/3, Dieta podstawowa (10-18 lat) E: 2105.36 kcal, B: 93.23 g, T: 88.67 g, W: 248.26 g, Błonnik [g]: 31.76, Cukier [g]: 72.6, Sód [mg]: 2250.91, Kwasy tł. nas. [g]: 28.12	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Twarożek z rzodkiewką 60g (07) Parówka. 60g (01,07,06,10,09) Sałata 10g Pomidor 50g	Obiad Zupa buraczkowa [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Pieczona sztuka mięsa wieprzowego z pieczarkami w sosie własnym [P] 120g Surówka koperkowa z marchewką z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 100g (03,12,10) Rzodkiewka 20g Papryka 40g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki
Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	środa (2026-05-06)			
P02/1, Dieta łatwostrawna (1-3 lat) E: 1132.96 kcal, B: 53.85 g, T: 36.01 g, W: 155.2 g, Błonnik [g]: 16.85, Cukier [g]: 47.01, Sód [mg]: 1124.97, Kwasy tł. nas. [g]: 13.32	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 150g (07) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Ser żółty 20g (07) Delikatna pasta drobiowa 20g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa kalafiorowa [G] 200g (09) Kasza kuskus gotowana [G] 60g (01) Gotowany gulasz wieprzowy [G] 60g (09) Gotowane buraczki [G] 100g Banan 100g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Pomidorowa pasta twarogowa 20g (07) Wędlina. 20g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 50g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)
P01/2, Dieta podstawowa (4-9 lat) E: 1734.11 kcal, B: 78.07 g, T: 72.71 g, W: 199.98 g, Błonnik [g]: 21.57, Cukier [g]: 65.32, Sód [mg]: 1567.1, Kwasy tł. nas. [g]: 25.63	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 20g (07) Pasta drobiowa 20g (07,12,10) Ser żółty 50g (07) Sałata 5g Ogórek 45g	Obiad Zupa kalafiorowa [G] 200g (09) Kasza kuskus gotowana [G] 120g (01) Duszony gulasz wieprzowy [D] 100g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 150g Banan 150g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 30g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Kanapkowa pasta z fasoli 20g Wędlina. 50g (01,07,06,09) Pomidor 50g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)
P01/3, Dieta podstawowa (10-18 lat) E: 2050.69 kcal, B: 94 g, T: 79.4 g, W: 255.29 g, Błonnik [g]: 35.25, Cukier [g]: 77.67, Sód [mg]: 2071.81, Kwasy tł. nas. [g]: 26.89	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z ryżem [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Pasta drobiowa 50g (07,12,10) Ser żółty 50g (07) Sałata 10g Ogórek 50g	Obiad Zupa kalafiorowa [G] 300g (09) Kasza bulgur gotowana [G] 200g (01) Duszony gulasz wieprzowy [D] 120g (09) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Kanapkowa pasta z fasoli 50g Wędlina. 50g (01,07,06,09) Pomidor 60g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki
Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Czwartek (2026-05-07)			
P02/1, Dieta łatwostrawna (1-3 lat) E: 1157.94 kcal, B: 54.16 g, T: 43.4 g, W: 143.54 g, Błonnik [g]: 14.32, Cukier [g]: 32.85, Sód [mg]: 946.44, Kwasy tł. nas. [g]: 17.38	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Delikatny twarożek z warzywami 20g (07) Wędlina. 20g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g	Obiad Zupa marchewkowa [G] 200g (09) Ziemniaki gotowane [G] 60g Gotowane udko z kurczaka w sosie pietruszkowym [G] 60g (09,07,01) Gotowane warzywa [G] 100g Banan 100g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Wędlina. 20g (01,07,06,09) Miód pszczeli 20g Pomidor bez skórki 50g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)
P01/2, Dieta podstawowa (4-9 lat) E: 1558.08 kcal, B: 73.35 g, T: 70.15 g, W: 165.17 g, Błonnik [g]: 17.94, Cukier [g]: 47.66, Sód [mg]: 1163.43, Kwasy tł. nas. [g]: 24.63	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 20g (01,07,06,09) Twarożek z warzywami 40g (07) Rzodkiewka 20g Papryka 40g	Obiad Zupa porowa z ziemniakami [G] 200g (09) Ziemniaki gotowane [G] 150g Duszone udko z kurczaka w sosie pietruszkowym [D] 100g (09,07,01) Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 150g Banan 150g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 30g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałatka makaronowa z warzywami i serem 60g (01,03,07) Sałata 5g Ogórek 45g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)
P01/3, Dieta podstawowa (10-18 lat) E: 1961.69 kcal, B: 93.71 g, T: 75.85 g, W: 236.48 g, Błonnik [g]: 25.12, Cukier [g]: 61.25, Sód [mg]: 1605.4, Kwasy tł. nas. [g]: 26.17	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Twarożek z warzywami 60g (07) Rzodkiewka 20g Papryka 40g	Obiad Zupa porowa z ziemniakami [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Duszone udko z kurczaka w sosie pietruszkowym [D] 120g (09,07,01) Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G] 150g Banan 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałatka makaronowa z warzywami i serem 100g (01,03,07) Sałata 10g Ogórek 50g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Piątek (2026-05-08)			
P02/1, Dieta łatwostrawna (1-3 lat)	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 1201.76 kcal, B: 46.92 g, T: 44.4 g, W: 163.07 g, Błonnik [g]: 18.93 , Cukier [g]: 44.77 , Sód [mg]: 1187.82 , Kwasy tł. nas. [g]: 18.72	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 150g (07) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Jajko gotowane [G] 25g (03) Serek kanapkowy 20g (07) Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G] 200g (09) Ziemniaki gotowane [G] 60g Gotowana ryba w sosie warzywnym [G] 60g (04,09,07) Gotowana marchewka [G] 100g Jabłko gotowane [G] 100g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Ser żółty 20g (07) Dżem 20g Pomidor bez skórki 50g	Kefir naturalny 200g (07)
P01/2, Dieta podstawowa (4-9 lat)	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 1760.28 kcal, B: 67.47 g, T: 77.99 g, W: 211.4 g, Błonnik [g]: 23.5 , Cukier [g]: 63.57 , Sód [mg]: 1343.41 , Kwasy tł. nas. [g]: 28.67	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 20g (07) Jajko gotowane [G] 50g (03) Serek kanapkowy 30g (07) Pomidor 45g Sałata 5g	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G] 200g (09) Ziemniaki gotowane [G] 150g Smażona ryba bez panierki [S] 100g (04) Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Jabłko 150g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 30g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Dżem 40g Ser żółty 20g (07) Papryka 50g	Kefir naturalny 200g (07)
P01/3, Dieta podstawowa (10-18 lat)	Śniadanie	Obiad	Kolacja	2 Kolacja
E: 2301.37 kcal, B: 89.77 g, T: 100.29 g, W: 277.76 g, Błonnik [g]: 30.63 , Cukier [g]: 75.06 , Sód [mg]: 1990 , Kwasy tł. nas. [g]: 41.35	Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G] 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Jajko gotowane [G] 50g (03) Serek kanapkowy 60g (07) Pomidor 50g Sałata 10g	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G] 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 250g Smażona ryba bez panierki [S] 120g (04) Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego 150g Jabłko 200g Woda 250g	Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Ser żółty 50g (07) Dżem 50g Papryka 60g	Kefir naturalny 200g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Sobota (2026-05-09)			
P02/1, Dieta łatwostrawna (1-3 lat) E: 1052.87 kcal, B: 38.38 g, T: 35.96 g, W: 150.57 g, Błonnik [g]: 17.13 , Cukier [g]: 31.87 , Sód [mg]: 978.26 , Kwasy tł. nas. [g]: 12.94	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Wędlina. 20g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 20g (07) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa koperkowa [G] 200g (09) Kasza kuskus gotowana [G] 60g (01) Gotowany gulasz drobiowy z marchewką [G] 60g (09,07,01) Gotowane buraczki [G] 100g Jabłko gotowane [G] 100g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Miód pszczeli 20g Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 20g (03,07) Pomidor bez skórki 50g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)
P01/2, Dieta podstawowa (4-9 lat) E: 1643.36 kcal, B: 53.2 g, T: 71.49 g, W: 204.7 g, Błonnik [g]: 21.55 , Cukier [g]: 43.86 , Sód [mg]: 1203.92 , Kwasy tł. nas. [g]: 26.28	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 30g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 50g (07) Papryka 40g Rzodkiewka 20g	Obiad Zupa koperkowa [G] 200g (09) Kasza kuskus gotowana [G] 120g (01) Duszony gulasz drobiowy z marchewką [D] 100g (09,07,01) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 150g Jabłko 150g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 30g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Miód pszczeli 50g Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 30g (03,07) Ogórek 50g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)
P01/3, Dieta podstawowa (10-18 lat) E: 1973.47 kcal, B: 68.11 g, T: 78.47 g, W: 262.12 g, Błonnik [g]: 28.41 , Cukier [g]: 51.03 , Sód [mg]: 1609.75 , Kwasy tł. nas. [g]: 27.52	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 60g (01,07,06,09) Serek kanapkowy 50g (07) Papryka 40g Rzodkiewka 20g	Obiad Zupa koperkowa [G] 300g (09) Kasza jęczmienna gotowana [G] 200g (01) Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G] 150g Duszony gulasz drobiowy z marchewką [D] 120g (09,07,01) Woda 250g Jabłko 200g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Miód pszczeli 50g Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem 50g (03,07) Ogórek 60g	2 Kolacja Jogurt naturalny 100g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Niedziela (2026-05-10)			
P02/1, Dieta łatwostrawna (1-3 lat) E: 1130.93 kcal, B: 54.2 g, T: 30.11 g, W: 168.35 g, Błonnik [g]: 17.58, Cukier [g]: 43.71, Sód [mg]: 991.36, Kwasy tł. nas. [g]: 8.84	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 150g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Delikatna pasta drobiowa 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	Obiad Zupa grysikowa [G] 200g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 60g Gotowany pulpet wieprzowy w sosie selerowo pietruszkowym [G] 60g (09,07,01,03) Gotowane warzywa [G] 100g Banan 100g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 10g (07) Wędlina. 20g (01,07,06,09) Delikatna pasta rybna 20g (04,07) Pomidor bez skórki 50g	2 Kolacja Jabłko gotowane [G] 100g
P01/2, Dieta podstawowa (4-9 lat) E: 1680.53 kcal, B: 76.17 g, T: 73.94 g, W: 189.51 g, Błonnik [g]: 25.25, Cukier [g]: 45.33, Sód [mg]: 1150.41, Kwasy tł. nas. [g]: 26.25	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 20g (01,07,06,09) Kanapkowa pasta z ciecierzycy 20g Sałata 5g Pomidor 45g	Obiad Zupa krupnik [G] 200g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 150g Pieczone kotleciki wieprzowe mielone w sosie pieczarkowo cebulowym [P] 100g (07,09,12,10) Gotowany kalafior skropiony olejem rzepakowym [G] 150g Jabłko 150g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 30g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Pasta rybna 20g (04,03,07) Wędlina. 20g (01,07,06,09) Papryka 50g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)
P01/3, Dieta podstawowa (10-18 lat) E: 2116.05 kcal, B: 102.82 g, T: 81.87 g, W: 257.88 g, Błonnik [g]: 33.79, Cukier [g]: 53.18, Sód [mg]: 1739.07, Kwasy tł. nas. [g]: 27.67	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250g (07) Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G] 250g (07,01) Chleb pszenno-żytni. 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Kanapkowa pasta z ciecierzycy 50g Sałata 10g Pomidor 50g	Obiad Zupa krupnik [G] 300g (09,01) Ziemniaki gotowane [G] 250g Gotowany kalafior skropiony olejem rzepakowym [G] 150g Pieczone kotleciki wieprzowe mielone w sosie pieczarkowo cebulowym [P] 120g (07,09,12,10) Jabłko 200g Woda 250g	Kolacja Herbata bez cukru 250g Chleb pszenno-żytni. 60g (01) Chleb razowy. 30g (01) Masło 20g (07) Pasta rybna 50g (04,03,07) Wędlina. 50g (01,07,06,09) Papryka 60g	2 Kolacja Serek homo naturalny 150g (07)

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

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

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

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie