

JADŁOSPIS w dniach 23.02-01.03.2026

PONIEDZIAŁEK 23.02.2026

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Ryż na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka z indyka 50 g (1- pszenica,6,7) sałata 20g herbata		Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet w sosie brokułowym 150g (1- pszenica,3,7,9) buraczki 150g herbata	Jogurt 1szt (7)	chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) polędwica sopocka 50g (1- pszenica,6) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 2207 kcal Białko ogółem 99.58 g Tłuszcz 69.71 g Węglowodany ogółem 316.37 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Ryż na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) szynka z indyka 50 g (1- pszenica,6,7) sałata 20g herbata		Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet w sosie brokułowym 150g (1- pszenica,3,7,9) buraczki 150g herbata	Jogurt 1szt (7)	chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) polędwica sopocka 50g (1- pszenica,6) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 2213 kcal Białko ogółem 99.54 g Tłuszcz 68.97 g Węglowodany ogółem 322.67 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Ryż na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka z indyka 50 g (1- pszenica,6,7) sałata 20g herbata		Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet w sosie brokułowym 150g (1- pszenica,3,7,9) buraczki 150g herbata	Jogurt 1szt (7)	chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) polędwica sopocka 50g (1- pszenica,6) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 2145 kcal Białko ogółem 99.54 g Tłuszcz 61.41 g Węglowodany ogółem 322.67 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka z indyka 80 g (1- pszenica,6,7) sałata 20g herbata	Jogurt 1szt (7)	Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet w sosie brokułowym 150g (1- pszenica,żyto,3,7,9) surówka z marchewki 150g herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) polędwica sopocka 50g (1- pszenica,6) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 1892 kcal Białko ogółem 86.34 g Tłuszcz 68.44 g Węglowodany ogółem 254.03 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Ryż na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka z indyka 50 g (1- pszenica,6,7) sałata 20g herbata	Jogurt 1szt (7)	Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet w sosie brokułowym 150g (1- pszenica,3,7,9) buraczki 150g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) jajko 1szt (3)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) polędwica sopocka 50g (1- pszenica,6) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 2326 kcal Białko ogółem 105.92 g Tłuszcz 80.06 g Węglowodany ogółem 316.77 g

WTOREK 24.02.2026

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) krakowska wędzona 50g (1- pszenica,6) pomidor 50g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Makaron pszenny gotowany 200g (1- pszenica,3) Gulasz z indyka 150 g (1- pszenica,7,9) seler 150g (7,9) herbata	Jabłko 1szt	chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 2293 kcal Białko ogółem 93.12 g Tłuszcz 78.35 g Węglowodany ogółem 329.77 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) krakowska wędzona 50g (1- pszenica,6) pomidor 50g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Makaron pszenny gotowany 200g (1- pszenica,3) Gulasz z indyka 150 g (1- pszenica,7,9) seler 150g (7,9) herbata	Jabłko 1szt	chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 2306 kcal Białko ogółem 93.39 g Tłuszcz 77.68 g Węglowodany ogółem 337.86 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) krakowska wędzona 50g (1- pszenica,6) pomidor 50g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Makaron pszenny gotowany 200g (1- pszenica,3) Gulasz z indyka 150 g (1- pszenica,7,9) seler 150g (7,9) herbata	Jabłko 1szt	chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 2180 kcal Białko ogółem 92.61 g Tłuszcz 64.52 g Węglowodany ogółem 336.80 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) krakowska wędzona 80g (1- pszenica,6) pomidor 50g herbata	Jabłko 1szt	Zupa ziemniaczana 250ml (9) Makaron razowy gotowany 200g (1- pszenica) Gulasz z indyka 150 g (1- żyto,7,9) seler 150g (7,9) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 1948 kcal Białko ogółem 79.29 g Tłuszcz 70.09 g Węglowodany ogółem 270.28 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) krakowska wędzona 50g (1- pszenica,6) pomidor 50g herbata	Jabłko 1szt	Zupa ziemniaczana 250ml (9) Makaron pszenny gotowany 200g (1- pszenica,3) Gulasz z indyka 150 g (1- pszenica,7,9) seler 150g (7,9) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka konserwowa 50g (1- pszenica,6,7)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 2395 kcal Białko ogółem 100.02 g Tłuszcz 85.32 g Węglowodany ogółem 333.41 g

ŚRODA 25.02.2026

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko 1szt (3) ogórek 50 g herbata		Zupa z ryżem brązowym 250ml (9) ziemniaki gotowane 200g kotlet rybny w sosie greckim 200g (1-pszenica,3,4,9,10) herbata	Banan 1szt	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z fasoli 50g (6) pasztet z kurczaka 50 g(1-pszenica,6,7) sałata 20g herbata	Wartość energetyczna 2233 kcal Białko ogółem 94.42 g Tłuszcz 69.19 g Węglowodany ogółem 329.41 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) jajko 1szt (3) ogórek 50 g herbata		Zupa z ryżem brązowym 250ml (9) ziemniaki gotowane 200g Schab w jarzynach 200g (1-pszenica,9) herbata	Banan 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50 g(1-pszenica,6,7) sałata 20g herbata	Wartość energetyczna 2034 kcal Białko ogółem 89.31 g Tłuszcz 63.84 g Węglowodany ogółem 299.09 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj 75g (3) ogórek 50 g herbata		Zupa z ryżem brązowym 250ml (9) ziemniaki gotowane 200g Schab w jarzynach 200g (1-pszenica,9) herbata	Banan 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasztet z kurczaka 50 g(1-pszenica,6,7) sałata 20g herbata	Wartość energetyczna 1978 kcal Białko ogółem 90.79 g Tłuszcz 56.60 g Węglowodany ogółem 299.92 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) jajko 1szt (3) ogórek 50 g herbata	Serek wiejski 1szt (7)	Zupa z ryżem brązowym 250ml (9) ziemniaki gotowane 200g Schab w jarzynach 200g (1-pszenica,9) herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z fasoli 50g (6) pasztet z kurczaka 50 g(1-pszenica,6,7) sałata 20g herbata	Wartość energetyczna 1832 kcal Białko ogółem 94.74 g Tłuszcz 67.00 g Węglowodany ogółem 233.60 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko 1szt (3) ogórek 50 g herbata	Banan 1szt	Zupa z ryżem brązowym 250ml (9) ziemniaki gotowane 200g Schab w jarzynach 200g (1-pszenica,9) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) serek krążek 2szt (7) rzodkiewka 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50 g(1-pszenica,6,7) sałata 20g herbata	Wartość energetyczna 2193 kcal Białko ogółem 94.14 g Tłuszcz 79.63 g Węglowodany ogółem 296.32 g

CZWARTEK 26.02.2026

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) ogórki kiszane 50g herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Filet smażony 100g (1-pszenica,3) Surówka z kapusty pekińskiej 150g Herbata	Mandarynka 1szt	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2027 kcal Białko ogółem 98.05 g Tłuszcz 69.40 g Węglowodany ogółem 273.57 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) ogórki kiszane 50g herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g pulpet drobiowy w sosie 150g (1-pszenica,3,7,9) Surówka z marchewki 150g herbata	Mandarynka 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2060 kcal Białko ogółem 98.08 g Tłuszcz 69.79 g Węglowodany ogółem 284.17 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) ogórki kiszane 50g herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Pulpet drobiowy b/sosu 90g (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z marchewki 150g herbata	Mandarynka 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 1968 kcal Białko ogółem 97.29 g Tłuszcz 60.93 g Węglowodany ogółem 281.09 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka gotowana 80g (1-pszenica,6,7) ogórki kiszane 50g herbata	Kisiel 200g	Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g pulpet drobiowy w sosie 150g (1-pszenica,żyto,3,7,9) Surówka z kapusty pekińskiej 150g herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 112g (7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 1784 kcal Białko ogółem 87.42 g Tłuszcz 60.75 g Węglowodany ogółem 240.75 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) ogórki kiszane 50g herbata	Mandarynka 1szt	Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g pulpet drobiowy w sosie 150g (1-pszenica,3,7,9) Surówka z marchewki 150g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) sałatka grecka 100g	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2168 kcal Białko ogółem 99.46 g Tłuszcz 81.26 g Węglowodany ogółem 281.68 g

PIĄTEK 27.02.2026

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka ze śledzia w oleju 40g (1- pszenica,3;4) pierś gotowana z indyka 50 g (1- pszenica,6,7) roszponka 20g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron razowy z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1- pszenica,9) brokuł gotowany 150 g herbata	Jabłko 1szt	chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) ogórek 50g miód 1szt herbata	Wartość energetyczna 2243 kcal Białko ogółem 98.38 g Tłuszcz 69.34 g Węglowodany ogółem 325.74 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) pierś gotowana z indyka 50 g (1- pszenica,6,7) roszponka 20g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron pszenny z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1- pszenica,3,9) brokuł gotowany 150 g herbata	Jabłko 1szt	chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) ogórek 50g miód 1szt herbata	Wartość energetyczna 2258 kcal Białko ogółem 93.35 g Tłuszcz 68.74 g Węglowodany ogółem 340.28 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pierś gotowana z indyka 50 g (1- pszenica,6,7) roszponka 20g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron pszenny z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1- pszenica,3,9) brokuł gotowany 150 g herbata	Jabłko 1szt	chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wiejski 1szt (7) ogórek 50g miód 1szt herbata	Wartość energetyczna 2190 kcal Białko ogółem 93.35 g Tłuszcz 61.18 g Węglowodany ogółem 340.28 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pierś gotowana z indyka 80 g(1- pszenica,6,7) roszponka 20g herbata	Marchewka z jabłkiem 100g	Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron razowy z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1- żyto,9) brokuł gotowany 150 g herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 1966 kcal Białko ogółem 86.72 g Tłuszcz 68.12 g Węglowodany ogółem 266.65 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pierś gotowana z indyka 50g (1- pszenica,6,7) roszponka 20g herbata	Jabłko 1szt	Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron pszenny z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1- pszenica,3,9) brokuł gotowany 150 g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) jajko 1 szt (3)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) ogórek 50g miód 1szt herbata	Wartość energetyczna 2371 kcal Białko ogółem 99.73 g Tłuszcz 79.83 g Węglowodany ogółem 334.38 g

SOBOTA 28.02.2026

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50 g (1- pszenica,6,7) sałata 20g herbata		Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy z ciecierzycą 200 g (1- pszenica,9) surówka z selera 150 g (7,9) herbata	Pomarańcza ½ szt	chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2324 kcal Białko ogółem 93.61 g Tłuszcz 74.65 g Węglowodany ogółem 340.05 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50 g (1- pszenica,6,7) sałata 20g herbata		Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy 200 g (1- pszenica,9) surówka z selera 150 g (7,9) herbata	Pomarańcza ½ szt	chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2281 kcal Białko ogółem 89.91 g Tłuszcz 74.59 g Węglowodany ogółem 338.55 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasztet z kurczaka 50 g (1- pszenica,6,7) sałata 20g herbata		Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy 200 g (1- pszenica,9) surówka z selera 150 g (7,9) herbata	Pomarańcza ½ szt	chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj 75g (3) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2142 kcal Białko ogółem 88.16 g Tłuszcz 59.89 g Węglowodany ogółem 338.59 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 80 g (1- pszenica,6,7) sałata 20g herbata	Jabłko 1szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy z ciecierzycą 200 g (1- żyto,9) surówka z selera 150 g (7,9) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 1962 kcal Białko ogółem 76.62 g Tłuszcz 68.12 g Węglowodany ogółem 283.37 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50 g (1- pszenica,6,7) sałata 20g herbata	Pomarańcza ½ szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy 200 g (1- pszenica,9) surówka z selera 150 g (7,9) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) szynka konserwowa 50g (6,7)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2370 kcal Białko ogółem 96.54 g Tłuszcz 82.23 g Węglowodany ogółem 334.10 g

NIEDZIELA 01.03.2026

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki żytnie na mleku 310ml (1-żyto,7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) ogórek 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) surówka z kapusty białej 150g herbata	Mus owocowy 1szt	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 2083 kcal Białko ogółem 91.09 g Tłuszcz 79.44 g Węglowodany ogółem 270.69 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki żytnie na mleku 310ml (1-żyto,7) chleb pszenno 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) ogórek 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) buraczki 150g herbata	Mus owocowy 1szt	chleb pszenno 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 2119 kcal Białko ogółem 92.33 g Tłuszcz 78.65 g Węglowodany ogółem 283.32 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki żytnie na mleku 310ml (1-żyto,7) chleb pszenno 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) ogórek 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka b/ skóry 180g (9) buraczki 150g herbata	Mus owocowy 1szt	chleb pszenno 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wypasiony ½ szt(7) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 2006 kcal Białko ogółem 92.33 g Tłuszcz 66.09 g Węglowodany ogółem 283.32 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka gotowana 80g (1-pszenica,6,7) ogórek 50g herbata	Kefir 1szt (7)	Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) surówka z kapusty białej 150g herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 1811 kcal Białko ogółem 84.29 g Tłuszcz 75.09 g Węglowodany ogółem 217.19 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki żytnie na mleku 310ml (1-żyto,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) ogórek 50g herbata	Mus owocowy 1szt	Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) buraczki 150g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) szynka z indyka 50 g (1-pszenica,6,7)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 2205 kcal Białko ogółem 99.46 g Tłuszcz 86.09 g Węglowodany ogółem 278.07 g

*do przygotowania warzyw został użyty olej rzepakowy

JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE, ZE WZGLĘDU NA DOSTĘPNOŚĆ PRODUKTÓW!!!

ROZPORZĄDZENIE PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011z dnia 25 października 2011 r.w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności, zmiany rozporządzeń Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 1924/2006 i (WE) nr 1925/2006 oraz uchylenia dyrektywy Komisji 87/250/EWG, dyrektywy Rady 90/496/EWG, dyrektywy Komisji 1999/10/WE, dyrektywy 2000/13/WE Parlamentu Europejskiego i Rady, dyrektyw Komisji 2002/67/WE i 2008/5/WE oraz rozporządzenia Komisji (WE) nr 608/2004

ALERGENY

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz,
2. Skorupiaki i produkty pochodne;
3. Jaja i produkty pochodne;
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), z wyjątkiem:
8. Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia
9. Seler i produkty pochodne;
10. Gorczyca i produkty pochodne;
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne;
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartośćSO2 dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców;
13. Łubin i produkty pochodne;
14. Mięczaki i produkty pochodne

OZNACZENIA WARTOŚCI

E- Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011(kcal),

B- Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,

T - Tłuszcz,

W - Węglowodany ogółem,