

JADŁOSPIS w dniach 06.04-12.04.2026

PONIEDZIAŁEK WIELKANOCNY 06.04.2026

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100 g (3,9,10) chrzan 10g filet pieczony z kurczaka 50g ciasto 80g (1-pszenica,3,7) ogórek 50g herbata		Pomidorowa z ryżem brązowym 250ml (7,9) Ziemniaki gotowane 200g Kotlet schabowy 100g (1-pszenica,3) surówka z selera 150g (7,9) Herbata	Jabłko 1szt	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) polędwica z indyka 50g (6,9) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 2129 kcal Białko ogółem 93.44 g Tłuszcz 68.58 g Nasycone kwasy tłuszczowe 9.95 g Węglowodany ogółem 312.73 g Błonnik 34.83 g Sód 1773.44 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100 g (3,9) filet pieczony z kurczaka 50g ciasto 80g (1-pszenica,3,7) ogórek 50g herbata		Pomidorowa z ryżem brązowym 250ml (7,9) Schab gotowany w sosie 150g (1-pszenica,7,9) Ziemniaki gotowane 200g surówka z selera 150g (7,9) herbata	Jabłko 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) polędwica z indyka 50g (6,9) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 2137 kcal Białko ogółem 92.72 g Tłuszcz 67.29 g Nasycone kwasy tłuszczowe 10.67 g Węglowodany ogółem 321.28 g Błonnik 28.22 g Sód 1679.29 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) sałatka jarzynowa 100 g (3,9) filet pieczony z kurczaka 50g ciasto 80g (1-pszenica,3,7) ogórek 50g herbata		Pomidorowa z ryżem brązowym 250ml (7,9) Schab gotowany w sosie 150g (1-pszenica,7,9) Ziemniaki gotowane 200g surówka z selera 150g (7,9) herbata	Jabłko 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) polędwica z indyka 50g (6,9) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 2005 kcal Białko ogółem 92.44 g Tłuszcz 52.73 g Nasycone kwasy tłuszczowe 12.77g Węglowodany ogółem 321.00 g Błonnik 28.22 g Sód 1679.29 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100 g (3,9,10) filet pieczony z kurczaka 50g ogórek 50g herbata	Jabłko 1szt	Pomidorowa z ryżem brązowym 250ml (7,9) Schab gotowany w sosie 150g (1-żyto,7,9) Ziemniaki gotowane 200g surówka z selera 150g (7,9) herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) polędwica z indyka 50g (6,9) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 1796 kcal Białko ogółem 84.74 g Tłuszcz 58.38 g Nasycone kwasy tłuszczowe 8.73g Węglowodany ogółem 257.95 g Błonnik 30.70 g Sód 1570.90 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100 g (3,9) filet pieczony z kurczaka 50g ciasto 80g (1-pszenica,3,7) ogórek 50g herbata	Jabłko 1szt	Pomidorowa z ryżem brązowym 250ml (7,9) Schab gotowany w sosie 150g (1-pszenica,7,9) Ziemniaki gotowane 200g surówka z selera 150g (7,9) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) serek wypasiony ½ szt (7)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) polędwica z indyka 50g (6,9) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 2299 kcal Białko ogółem 97.43 g Tłuszcz 85.85 g Nasycone kwasy tłuszczowe 19.91 g Węglowodany ogółem 310.02 g Błonnik 35.36 g Sód 1679.29 mg

WTOREK 07.04.2026

	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) krakowska parzona 50g (1- owies,6) ogórek kiszony 50g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Łazanki z kapustą kiszoną 250g (1- pszenica,3,6,9,10) herbata	Banan 1szt	chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko gotowane 1szt (3) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2202 kcal Białko ogółem 86.55 g Tłuszcz 67.14 g Nasycone kwasy tłuszczowe 11.08 g Węglowodany ogółem 334.64 g Błonnik 25.50 g Sód 2205.40 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki żytnie na mleku 310ml (1- żyto,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) krakowska parzona 50g (1- owies,6) ogórek kiszony 50g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Makaron pszenny duszony z mięsem i warzywami 250g(1- pszenica,3;9) herbata	Banan 1szt	chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) jajko gotowane 1szt (3) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2269 kcal Białko ogółem 95.66 g Tłuszcz 67.05 g Nasycone kwasy tłuszczowe 12.89 g Węglowodany ogółem 349.52 g Błonnik 20.31 g Sód 2049.00 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki żytnie na mleku 310ml (1- żyto,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa14g (7) krakowska parzona 50g (1- owies,6) ogórek kiszony 50g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Makaron pszenny duszony z mięsem i warzywami 250g(1- pszenica,3;9) herbata	Banan 1szt	chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj 75g (3) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2149 kcal Białko ogółem 96.86 g Tłuszcz 52.81 g Nasycone kwasy tłuszczowe 13.83g Węglowodany ogółem 350.07 g Błonnik 20.56 g Sód 2118.70 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) krakowska parzona 50g (1- owies,6) ogórek kiszony 50g herbata	Marchew z jabłkiem 100g	Zupa ziemniaczana 250ml (9) Makaron razowy duszony z mięsem i warzywami 250g(1- pszenica;9) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) jajko gotowane 1szt (3) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 1795 kcal Białko ogółem 84.52 g Tłuszcz 64.45 g Nasycone kwasy tłuszczowe 9.67g Węglowodany ogółem 240.50 g Błonnik 27.99 g Sód 1745.10 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki żytnie na mleku 310ml (1- żyto,7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) krakowska parzona 50g (1- owies,6) ogórek kiszony 50g herbata	Banan 1szt	Zupa ziemniaczana 250ml (9) Makaron pszenny duszony z mięsem i warzywami 250g(1- pszenica,3;9) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 14g (7) pasztet zapiekany drobiowy 50g (7,12)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko gotowane 1szt (3) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2408 kcal Białko ogółem 103.85 g Tłuszcz 91.51 g Nasycone kwasy tłuszczowe 16.58 g Węglowodany ogółem 338.34 g Błonnik 27.45 g Sód 2049.00 mg

ŚRODA 08.04.2026

	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) szynka z indyka 50g (6,7) ogórek 50 g herbata		Zupa krupnik 250ml (1-jęczmień,9) ziemniaki gotowane 200g Ryba smażona w sosie greckim 200g (1-pszenica,3,4,9,10) herbata	Kefir 1szt (7)	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z fasoli 50g (6) pasztet zapiekany drobiowy 50 g (7.12) sałata lodowa 20g herbata	Wartość energetyczna 2296 kcal Białko ogółem 112.25 g Tłuszcz 69.92 g Nasycone kwasy tłuszczowe 10.32g Węglowodany ogółem 328.78 g Błonnik 29.72 g Sód 1442.25 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) szynka z indyka 50g (6,7) ogórek 50 g herbata		Zupa krupnik 250ml (1-jęczmień,9) ziemniaki gotowane 200g Schab gotowany w jarzynach 200g (1-pszenica,9) herbata	Kefir 1szt (7)	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) pasztet zapiekany drobiowy 50 g (7.12) sałata lodowa 20g herbata	Wartość energetyczna 2199 kcal Białko ogółem 102.22 g Tłuszcz 75.20 g Nasycone kwasy tłuszczowe 11.22g Węglowodany ogółem 306.01 g Błonnik 19.65 g Sód 1282.90 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka z indyka 50g (6,7) ogórek 50 g herbata		Zupa krupnik 250ml (1-jęczmień,9) ziemniaki gotowane 200g Schab gotowany w jarzynach 200g (1-pszenica,9) herbata	Kefir 1szt (7)	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasztet zapiekany drobiowy 50 g (7.12) sałata lodowa 20g herbata	Wartość energetyczna 2067 kcal Białko ogółem 101.94 g Tłuszcz 60.64 g Nasycone kwasy tłuszczowe 13.32g Węglowodany ogółem 305.73 g Błonnik 19.65 g Sód 1282.90 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka z indyka 50g (6,7) ogórek 50 g herbata	Kefir 1szt (7)	Zupa krupnik 250ml (1-jęczmień,9) ziemniaki gotowane 200g Schab gotowany 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 zapiekany drobiowy 50 g (7.12) sałata lodowa 20g herbata	Wartość energetyczna 1991 kcal Białko ogółem 94.71 g Tłuszcz 75.05 g Nasycone kwasy tłuszczowe 8.69g Węglowodany ogółem 256.85 g Błonnik 23.23 g Sód 1338.30 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka z indyka 50g (6,7) ogórek 50 g herbata	Kefir 1szt (7)	Zupa krupnik 250ml (1-jęczmień,9) ziemniaki gotowane 200g Schab gotowany w jarzynach 200g (1-pszenica,9) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) połędwica sopocka 50g (6)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet zapiekany drobiowy 50 g (7.12) sałata lodowa 20g herbata	Wartość energetyczna 2284 kcal Białko ogółem 111.91 g Tłuszcz 83.76 g Nasycone kwasy tłuszczowe 13.16 g Węglowodany ogółem 292.83 g Błonnik 26.79 g Sód 1282.90 mg

CZWARTEK 09.04.2026

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) polędwica z indyka 50g (6,9) Pomidor 50g herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g stek wieprzowy smażony z cebulą 100g (1-pszenica) Surówka z kapusty pekińskiej 150g Herbata	Mandarynka 1szt	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) rukola 20g herbata	Wartość energetyczna 2075 kcal Białko ogółem 97.77 g Tłuszcz 75.05 g Nasycone kwasy tłuszczowe 12.15g Węglowodany ogółem 274.79 g Błonnik 27.04 g Sód 1911.00 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) polędwica z indyka 50g (6,9) Pomidor 50g herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g pulpet wieprzowy gotowany 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) rukola 20g herbata	Wartość energetyczna 2117 kcal Białko ogółem 97.29 g Tłuszcz 75.64 g Nasycone kwasy tłuszczowe 11.87g Węglowodany ogółem 289.40 g Błonnik 22.80 g Sód 1643.80 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) polędwica z indyka 50g (6,9) Pomidor 50g herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) pulpet wieprzowy gotowany w sosie 150g (1-pszenica,3,7,9) 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) rukola 20g herbata	Wartość energetyczna 1985 kcal Białko ogółem 97.01 g Tłuszcz 61.08 g Nasycone kwasy tłuszczowe 13.97g Węglowodany ogółem 289.12 g Błonnik 22.80 g Sód 1643.80 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) polędwica z indyka 50g (6,9) pomidor 50g herbata	Mandarynka 1szt	Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet wieprzowy gotowany w sosie 150g (1-pszenica, żyto,3,9) Surówka z kapusty pekińskiej 150g herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) rukola 20g herbata	Wartość energetyczna 1770 kcal Białko ogółem 82.88 g Tłuszcz 69.74 g Nasycone kwasy tłuszczowe 9.15 g Węglowodany ogółem 223.17 g Błonnik 21.70 g Sód 1819.80 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) polędwica z indyka 50g (6,9) Pomidor 50g herbata	Mandarynka 1szt	Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g pulpet wieprzowy gotowany w sosie 150g (1-pszenica,3,7,9) Surówka z marchewki 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) twaróg z koperkiem 75g (7) rukola 20g herbata	Wartość energetyczna 2210 kcal Białko ogółem 104.23 g Tłuszcz 86.45 g Nasycone kwasy tłuszczowe 14.21 g Węglowodany ogółem 276.22 g Błonnik 29.94 g Sód 1714.30 mg

PIĄTEK 10.04.2026

	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) szynka gotowana 50 g (6) sałata 20g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron razowy z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1- pszenica) 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 2350 kcal Białko ogółem 104.03 g Tłuszcz 71.96 g Nasycone kwasy tłuszczowe 13.54g Węglowodany ogółem 345.23 g Błonnik 35.62 g Sód 1248.61 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) szynka gotowana 50 g (6) sałata 20g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron pszenny z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1- pszenica,3) 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 2275 kcal Białko ogółem 98.68 g Tłuszcz 61.12 g Nasycone kwasy tłuszczowe 11.99g Węglowodany ogółem 360.47 g Błonnik 22.48 g Sód 1132.41 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka gotowana 50 g (6) sałata 20g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron pszenny z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1- pszenica,3) 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 2188 kcal Białko ogółem 98.40 g Tłuszcz 51.56 g Nasycone kwasy tłuszczowe 14.09g Węglowodany ogółem 360.19 g Błonnik 22.48 g Sód 1132.41 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka gotowana 50 g (6) sałata 20g herbata	Jabłko 1szt	Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron razowy z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1- żyto) 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 1869 kcal Białko ogółem 88.50 g Tłuszcz 58.94 g Nasycone kwasy tłuszczowe 8.58 g Węglowodany ogółem 268.08 g Błonnik 30.67 g Sód 1367.81 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka gotowana 50 g (6) sałata 20g herbata	Jabłko 1szt	Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron pszenny z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1- pszenica,3) brokuł gotowany 150 g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) krakowska parzona 50g (1- owies,6)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) ogórek 50g miód 1szt herbata	Wartość energetyczna 2350 kcal Białko ogółem 106.87 g Tłuszcz 68.88 g Nasycone kwasy tłuszczowe 13.48 g Węglowodany ogółem 348.39 g Błonnik 29.62 g Sód 1132.41 mg

SOBOTA 11.04.2026

	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 zapiekany drobiowy 50 g (7.12) roszponka 20g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) klops gotowany w sosie koperkowym 150g (1- pszenica,3,7,9) surówka z selera 150 g (7,9) herbata	Pomarańcza 1/2szt	chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko gotowane 1szt (3) pasta z ciecierzycy z ogórkiem kiszonym 50g (6) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2194 kcal Białko ogółem 82.03 g Tłuszcz 70.23 g Nasycone kwasy tłuszczowe 8.96g Węglowodany ogółem 331.93 g Błonnik 36.89 g Sód 1965.77 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) pasztet zapiekany drobiowy 50 g (7.12) roszponka 20g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) klops gotowany w sosie koperkowym 150g (1- pszenica,3,7,9) surówka z selera 150 g (7,9) herbata	Pomarańcza 1/2szt	chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) jajko gotowane 1szt (3) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2171 kcal Białko ogółem 81.60 g Tłuszcz 66.89 g Nasycone kwasy tłuszczowe 8.11g Węglowodany ogółem 337.16 g Błonnik 29.29 g Sód 1701.12 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasztet zapiekany drobiowy 50 g (7.12) roszponka 20g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) klops gotowany w sosie koperkowym 150g (1- pszenica,3,7,9) surówka z selera 150 g (7,9) herbata	Pomarańcza 1/2szt	chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj 75g (3) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2051 kcal Białko ogółem 82.80 g Tłuszcz 52.65 g Nasycone kwasy tłuszczowe 9.05g Węglowodany ogółem 337.71 g Błonnik 29.54 g Sód 1770.82 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasztet zapiekany drobiowy 50 g (7.12) roszponka 20g herbata	Kefir 1szt (7)	Zupa ziemniaczana 250ml (9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) klops gotowany w sosie koperkowym 150g (1- pszenica,żyto,3,7,9,10) surówka z selera 150 g (7,9) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) jajko gotowane 1szt (3) pasta z ciecierzycy z ogórkiem kiszonym 50g (6) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 1889 kcal Białko ogółem 80.33 g Tłuszcz 70.84 g Nasycone kwasy tłuszczowe 8.64 g Węglowodany ogółem 257.08 g Błonnik 27.41 g Sód 2365.67 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet zapiekany drobiowy 50 g (7.12) roszponka 20g herbata	Pomarańcza 1/2szt	Zupa ziemniaczana 250ml (9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) klops gotowany w sosie koperkowym 150g (1- pszenica,3,7,9) surówka z selera 150 g (7,9) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) połudwica z indyka 50g (6,9)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko gotowane 1szt (3) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2238 kcal Białko ogółem 87.79 g Tłuszcz 74.30 g Nasycone kwasy tłuszczowe 9.45 g Węglowodany ogółem 325.93 g Błonnik 36.43 g Sód 1701.12 mg

NIEDZIELA 12.04.2026

	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) polędwica sopocka 50g (6) ogórek kiszony 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka gotowane 180g (9) surówka z kapusty białej 150g herbata	Banan 1szt	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2260 kcal Białko ogółem 99.09 g Tłuszcz 83.65 g Nasycone kwasy tłuszczowe 20.23g Węglowodany ogółem 298.08 g Błonnik 22.92 g Sód 2018.95 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki żytnie na mleku 310ml (1-żyto,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) polędwica sopocka 50g (6) ogórek kiszony 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka gotowane 180g (9) buraczki 150g herbata	Banan 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2276 kcal Białko ogółem 99.35 g Tłuszcz 82.78 g Nasycone kwasy tłuszczowe 19.41g Węglowodany ogółem 309.65 g Błonnik 14.56 g Sód 1622.15 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki żytnie na mleku 310ml (1-żyto,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) polędwica sopocka 50g (6) ogórek kiszony 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka gotowane b/ skóry 180g (9) buraczki 150g herbata	Banan 1szt	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wypasiony ½ szt(7) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2144 kcal Białko ogółem 99.07 g Tłuszcz 68.22 g Nasycone kwasy tłuszczowe 21.51g Węglowodany ogółem 309.37 g Błonnik 14.56 g Sód 1622.15 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) polędwica sopocka 50g (6) ogórek kiszony 50g herbata	Kisiel 200g	Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka gotowane 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) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 1810 kcal Białko ogółem 84.67 g Tłuszcz 76.11 g Nasycone kwasy tłuszczowe 16.34 g Węglowodany ogółem 215.49 g Błonnik 14.90 g Sód 1694.85 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki żytnie na mleku 310ml (1-żyto,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) polędwica sopocka 50g (6) ogórek kiszony 50g herbata	Banan 1szt	Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka gotowane 180g (9) buraczki 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) serek wypasiony ½ szt (7) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2319 kcal Białko ogółem 101.29 g Tłuszcz 88.97 g Nasycone kwasy tłuszczowe 19.96 g Węglowodany ogółem 299.88 g Błonnik 22.94 g Sód 1632.05 mg

*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,