

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-04)				
<p><b>Podstawowa 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>1793.76</b> kcal, B: <b>73.54</b> g, T: <b>58.92</b> g, W: <b>244.07</b> g, Błonnik [g]: <b>23.57</b>, Cukier [g]: <b>33.82</b>, Sód [mg]: <b>2741.32</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>28.26</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Zupa mleczna - płatki ryżowe N 250g (07)</b> Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g (01) Masło ekstra 14g (07) Szynka z indyka N 50g (07,06) Sałata 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa Krupnik N 250g (01,09)</b> <b>Łazanki N 250g (01,03,10,09)</b></p>	<p><b>Podwieczorek</b></p> <p>Jogurt naturalny N 150g (07)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g (01) Masło ekstra 14g (07) Polędwica sopocka N 50g (06) Ogórek świeży (długi) 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	
<p><b>Łatwostrawna 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>1820.79</b> kcal, B: <b>80.84</b> g, T: <b>57.95</b> g, W: <b>246.84</b> g, Błonnik [g]: <b>17.64</b>, Cukier [g]: <b>36.23</b>, Sód [mg]: <b>2507.5</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>27.15</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Zupa mleczna - płatki ryżowe N 250g (07)</b> Chleb pszenny N 100g (01,06) Masło ekstra 14g (07) Szynka z indyka N 50g (07,06) Sałata 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa Krupnik N 250g (01,09)</b> <b>Makaron pszenny duszony z mięsem i warzywami N 250g (09,01,03)</b></p>	<p><b>Podwieczorek</b></p> <p>Jogurt naturalny N 150g (07)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny N 100g (01,06) Masło ekstra 14g (07) Polędwica sopocka N 50g (06) Ogórek świeży (długi) 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	
<p><b>Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>1686.95</b> kcal, B: <b>80.64</b> g, T: <b>43.25</b> g, W: <b>246.64</b> g, Błonnik [g]: <b>17.64</b>, Cukier [g]: <b>36.07</b>, Sód [mg]: <b>2504.98</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>13.93</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Zupa mleczna - płatki ryżowe N 250g (07)</b> Chleb pszenny N 100g (01,06) margaryna kanapkowa N 14g Szynka z indyka N 50g (07,06) Sałata 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa Krupnik N 250g (01,09)</b> <b>Makaron pszenny duszony z mięsem i warzywami N 250g (09,01,03)</b></p>	<p><b>Podwieczorek</b></p> <p>Jogurt naturalny N 150g (07)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny N 100g (01,06) margaryna kanapkowa N 14g Polędwica sopocka N 50g (06) Ogórek świeży (długi) 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	
<p><b>dieta łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>1725.18</b> kcal, B: <b>83.51</b> g, T: <b>61.42</b> g, W: <b>210.01</b> g, Błonnik [g]: <b>32.5</b>, Cukier [g]: <b>21.59</b>, Sód [mg]: <b>2842.98</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>26.98</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p>Chleb żytni - razowy N 105g (01) Masło ekstra 14g (07) Szynka z indyka N 80g (07,06) Sałata 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II śniadanie</b></p> <p>Jogurt naturalny N 150g (07)</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa Krupnik N 250g (01,09)</b> <b>Makaron pełnoziarnisty z mięsem i warzywami N 250g (09,01)</b></p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb żytni - razowy N 105g (01) Masło ekstra 14g (07) Polędwica sopocka N 80g (06) Ogórek świeży (długi) 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-04)				
<b>Bogatobiałkowa 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>1984.89 kcal</b> , B: <b>83.01 g</b> , T: <b>72.62 g</b> , W: <b>249.79 g</b> , Błonnik [g]: <b>24.93</b> , Cukier [g]: <b>36.4</b> , Sód [mg]: <b>2888.4</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>29.43</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Zupa mleczna - płatki ryżowe N 250g (07)</b> Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g (01) Masło ekstra 14g (07) Szyńka z indyka N 50g (07,06) Sałata 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Jogurt naturalny N 150g (07)	<b>Obiad</b>  <b>Zupa Krupnik N 250g (01,09)</b> <b>Makaron pszenny duszony z mięsem i warzywami N 250g (09,01,03)</b>	<b>Podwieczorek</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g (01) margaryna kanapkowa N 10g <b>sałatka grecka N 100g</b>	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g (01) Masło ekstra 14g (07) Polędwica sopocka N 50g (06) Ogórek świeży (długi) 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g
<b>Dzieci 10-18 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>2001.36 kcal</b> , B: <b>78.08 g</b> , T: <b>60.46 g</b> , W: <b>293.12 g</b> , Błonnik [g]: <b>22.25</b> , Cukier [g]: <b>41.13</b> , Sód [mg]: <b>2573.92</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>28.37</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Zupa mleczna - płatki ryżowe N 250g (07)</b> Bułka pszenna zwykła 160g (01) Masło ekstra 14g (07) Szyńka z indyka N 50g (07,06) Sałata 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Kiwi 80g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa Krupnik N 250g (01,09)</b> <b>Łazanki N 250g (01,03,10,09)</b>	<b>Podwieczorek</b>  Jogurt naturalny N 150g (07)	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g (01) Masło ekstra 14g (07) Polędwica sopocka N 50g (06) Ogórek świeży (długi) 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g
<b>Dzieci 4-9 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>1690.56 kcal</b> , B: <b>68.55 g</b> , T: <b>58.84 g</b> , W: <b>228.83 g</b> , Błonnik [g]: <b>18.85</b> , Cukier [g]: <b>39.54</b> , Sód [mg]: <b>2011.72</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>28.02</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Zupa mleczna - płatki ryżowe N 250g (07)</b> Bułka pszenna zwykła 80g (01) Masło ekstra 14g (07) Szyńka z indyka N 50g (07,06) Sałata 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Kiwi 80g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa Krupnik N 250g (01,09)</b> <b>Łazanki N 250g (01,03,10,09)</b>	<b>Podwieczorek</b>  Jogurt naturalny N 150g (07)	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g (01) Masło ekstra 14g (07) Polędwica sopocka N 50g (06) Ogórek świeży (długi) 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g

Jadłospis	Wtorek (2026-05-05)				
<b>Podstawowa 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>1865.84</b> kcal, B: <b>68.7</b> g, T: <b>65.36</b> g, W: <b>256.83</b> g, Błonnik [g]: <b>32.71</b> , Cukier [g]: <b>61.73</b> , Sód [mg]: <b>2815.11</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>29.61</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>zupa mleczna - płatki żytnie</b> 250g ( <u>01,07</u> ) Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g ( <u>01</u> ) Masło ekstra 14g ( <u>07</u> ) szynka wieprzowa gotowana N 50g ( <u>07,06</u> ) Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ziemniaczana N</b> 250g ( <u>09</u> ) Ziemniaki, gotowane 200g <b>Gulasz drobiowy N</b> 150g ( <u>09,01</u> ) <b>Surówka z kapusty czerwonej N</b> 150g	<b>Podwieczorek</b>  Jabłko 160g	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g ( <u>01</u> ) Masło ekstra 14g ( <u>07</u> ) Ser Wypasiony N 60g ( <u>07</u> ) Rukola 20g Dżem owocowy N - Niskostodzony 25g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	
<b>Łatwostrawna 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>1850.28</b> kcal, B: <b>67.37</b> g, T: <b>64.88</b> g, W: <b>258.36</b> g, Błonnik [g]: <b>25.4</b> , Cukier [g]: <b>65.58</b> , Sód [mg]: <b>2471.33</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>28.85</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>zupa mleczna - płatki żytnie</b> 250g ( <u>01,07</u> ) Chleb pszenny N 100g ( <u>01,06</u> ) Masło ekstra 14g ( <u>07</u> ) szynka wieprzowa gotowana N 50g ( <u>07,06</u> ) Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ziemniaczana N</b> 250g ( <u>09</u> ) Ziemniaki, gotowane 200g <b>Gulasz drobiowy N</b> 150g ( <u>09,01</u> ) <b>Surówka z buraków N</b> 150g	<b>Podwieczorek</b>  Jabłko 160g	<b>Kolacja</b>  Chleb pszenny N 100g ( <u>01,06</u> ) Masło ekstra 14g ( <u>07</u> ) Ser Wypasiony N 60g ( <u>07</u> ) Rukola 20g Dżem owocowy N - Niskostodzony 25g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	
<b>Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>1716.44</b> kcal, B: <b>67.17</b> g, T: <b>50.18</b> g, W: <b>258.16</b> g, Błonnik [g]: <b>25.4</b> , Cukier [g]: <b>65.42</b> , Sód [mg]: <b>2468.81</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>15.63</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>zupa mleczna - płatki żytnie</b> 250g ( <u>01,07</u> ) Chleb pszenny N 100g ( <u>01,06</u> ) margaryna kanapkowa N 14g szynka wieprzowa gotowana N 50g ( <u>07,06</u> ) Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ziemniaczana N</b> 250g ( <u>09</u> ) Ziemniaki, gotowane 200g <b>Gulasz drobiowy N</b> 150g ( <u>09,01</u> ) <b>Surówka z buraków N</b> 150g	<b>Podwieczorek</b>  Jabłko 160g	<b>Kolacja</b>  Chleb pszenny N 100g ( <u>01,06</u> ) margaryna kanapkowa N 14g Ser Wypasiony N 60g ( <u>07</u> ) Rukola 20g Dżem owocowy N - Niskostodzony 25g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	
<b>dieta łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>1651.37</b> kcal, B: <b>62.68</b> g, T: <b>61.35</b> g, W: <b>217.71</b> g, Błonnik [g]: <b>35.82</b> , Cukier [g]: <b>38.19</b> , Sód [mg]: <b>2370.54</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>27.03</b>	<b>Śniadanie</b>  Chleb żytni - razowy N 105g ( <u>01</u> ) Masło ekstra 14g ( <u>07</u> ) szynka wieprzowa gotowana N 80g ( <u>07,06</u> ) Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Jabłko 160g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ziemniaczana N</b> 250g ( <u>09</u> ) Ziemniaki, gotowane 200g <b>Gulasz drobiowy C</b> 150g ( <u>09,01</u> ) <b>Surówka z kapusty czerwonej N</b> 150g	<b>Kolacja</b>  Chleb żytni - razowy N 105g ( <u>01</u> ) Masło ekstra 14g ( <u>07</u> ) Ser Wypasiony N 60g ( <u>07</u> ) Rukola 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	

Jadłospis	Wtorek (2026-05-05)				
<b>Bogatobiałkowa 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>1953.68 kcal</b> , B: <b>74.14 g</b> , T: <b>70.85 g</b> , W: <b>260.59 g</b> , Błonnik [g]: <b>31.76</b> , Cukier [g]: <b>64.86</b> , Sód [mg]: <b>3315.33</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>30.92</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>zupa mleczna - płatki żytnie</b> 250g <b>(01,07)</b> Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> szynka wieprzowa gotowana N 50g <b>(07,06)</b> Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Jabłko 160g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ziemniaczana N</b> 250g <b>(09)</b> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Gulasz drobiowy N</b> 150g <b>(09,01)</b> <b>Surówka z buraków N</b> 150g	<b>Podwieczorek</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g <b>(01)</b> margaryna kanapkowa N 10g Polędwica miodowa N 50g <b>(06,09)</b>	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Ser Wypasiony N 60g <b>(07)</b> Rukola 20g Dżem owocowy N - Niskosłodzony 25g Herbata czarna, napar bez cukru 250g
<b>Dzieci 10-18 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>2293.54 kcal</b> , B: <b>79.45 g</b> , T: <b>69.93 g</b> , W: <b>347.4 g</b> , Błonnik [g]: <b>30.41</b> , Cukier [g]: <b>61.97</b> , Sód [mg]: <b>3409.61</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>30.26</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>zupa mleczna - płatki żytnie</b> 250g <b>(01,07)</b> Bułka pszenna zwykła 160g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> szynka wieprzowa gotowana N 50g <b>(07,06)</b> Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Paluszki solone 70g <b>(01)</b>	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ziemniaczana N</b> 250g <b>(09)</b> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Gulasz drobiowy N</b> 150g <b>(09,01)</b> <b>Surówka z kapusty czerwonej N</b> 150g	<b>Podwieczorek</b>  Jabłko 160g	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Ser Wypasiony N 60g <b>(07)</b> Rukola 20g Dżem owocowy N - Niskosłodzony 25g Herbata czarna, napar bez cukru 250g
<b>Dzieci 4-9 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>1982.74 kcal</b> , B: <b>69.92 g</b> , T: <b>68.31 g</b> , W: <b>283.11 g</b> , Błonnik [g]: <b>27.01</b> , Cukier [g]: <b>60.38</b> , Sód [mg]: <b>2847.41</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>29.91</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>zupa mleczna - płatki żytnie</b> 250g <b>(01,07)</b> Bułka pszenna zwykła 80g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> szynka wieprzowa gotowana N 50g <b>(07,06)</b> Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Paluszki solone 70g <b>(01)</b>	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ziemniaczana N</b> 250g <b>(09)</b> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Gulasz drobiowy N</b> 150g <b>(09,01)</b> <b>Surówka z kapusty czerwonej N</b> 150g	<b>Podwieczorek</b>  Jabłko 160g	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Ser Wypasiony N 60g <b>(07)</b> Rukola 20g Dżem owocowy N - Niskosłodzony 25g Herbata czarna, napar bez cukru 250g

Jadłospis	środa (2026-05-06)				
<p><b>Podstawowa 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>2015.9</b> kcal, B: <b>77.96</b> g, T: <b>68.52</b> g, W: <b>277.97</b> g, Błonnik [g]: <b>34.13</b>, Cukier [g]: <b>54.74</b>, Sód [mg]: <b>2936.44</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>25.5</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Zupa mleczna kasza manna N</b> 250g <b>(01,07)</b> Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Jaja kurze całe, gotowane 55g <b>(03)</b> Ogórek świeży (długi) 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa z ryżem brązowym N</b> 250g <b>(09)</b> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Ryba smażona w sosie greckim - N</b> 200g <b>(04,01,03,09,12,10)</b></p>	<p><b>Podwieczerek</b></p> <p>Banan 130g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> <b>Pasta z fasoli N</b> 50g <b>(06)</b> Paszтет biały z filetem z kurczaka N 50g <b>(07,12)</b> Sałata lodowa 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	
<p><b>Łatwostrawna 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>1821.29</b> kcal, B: <b>65.29</b> g, T: <b>63.72</b> g, W: <b>253.56</b> g, Błonnik [g]: <b>22.18</b>, Cukier [g]: <b>53.52</b>, Sód [mg]: <b>2188.48</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>24.93</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Zupa mleczna kasza manna N</b> 250g <b>(01,07)</b> Chleb pszenny N 100g <b>(01,06)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Jaja kurze całe, gotowane 55g <b>(03)</b> Ogórek świeży (długi) 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa z ryżem brązowym N</b> 250g <b>(09)</b> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Schab gotowany w jarzynach N</b> 150g <b>(09,01)</b></p>	<p><b>Podwieczerek</b></p> <p>Banan 130g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny N 100g <b>(01,06)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Paszтет biały z filetem z kurczaka N 50g <b>(07,12)</b> Sałata lodowa 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	
<p><b>Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>1689.05</b> kcal, B: <b>65.84</b> g, T: <b>48.82</b> g, W: <b>253.52</b> g, Błonnik [g]: <b>22.18</b>, Cukier [g]: <b>53.36</b>, Sód [mg]: <b>2248.41</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>10.39</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Zupa mleczna kasza manna N</b> 250g <b>(01,07)</b> Chleb pszenny N 100g <b>(01,06)</b> margaryna kanapkowa N 14g <b>pasta z białek jaj N</b> 75g <b>(03)</b> Ogórek świeży (długi) 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa z ryżem brązowym N</b> 250g <b>(09)</b> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Schab gotowany w jarzynach N</b> 150g <b>(09,01)</b></p>	<p><b>Podwieczerek</b></p> <p>Banan 130g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny N 100g <b>(01,06)</b> margaryna kanapkowa N 14g Paszтет biały z filetem z kurczaka N 50g <b>(07,12)</b> Sałata lodowa 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	
<p><b>dieta łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>2036.76</b> kcal, B: <b>73.35</b> g, T: <b>78.02</b> g, W: <b>268.65</b> g, Błonnik [g]: <b>40.72</b>, Cukier [g]: <b>56.29</b>, Sód [mg]: <b>2695.47</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>26.73</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p>Chleb żytni - razowy N 105g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Jaja kurze całe, gotowane 110g <b>(03)</b> Ogórek świeży (długi) 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II śniadanie</b></p> <p>Kisiel owocowy, przygotowany 200g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa z ryżem brązowym N</b> 250g <b>(09)</b> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Schab gotowany w jarzynach N</b> 150g <b>(09,01)</b></p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb żytni - razowy N 105g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> <b>Pasta z fasoli N</b> 50g <b>(06)</b> Paszтет biały z filetem z kurczaka N 80g <b>(07,12)</b> Sałata lodowa 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	

Jadłospis	środa (2026-05-06)				
<b>Bogatobiałkowa 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>2026.19</b> kcal, B: <b>83.06</b> g, T: <b>75.74</b> g, W: <b>256.54</b> g, Błonnik [g]: <b>28.54</b> , Cukier [g]: <b>52.1</b> , Sód [mg]: <b>2602.98</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>31.45</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Zupa mleczna kasza manna N</b> 250g <b>(01,07)</b> Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Jaja kurze całe, gotowane 55g <b>(03)</b> Ogórek świeży (długi) 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Banan 130g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa z ryżem brązowym N</b> 250g <b>(09)</b> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Schab gotowany w jarzynach N</b> 150g <b>(09,01)</b>	<b>Podwieczorek</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g <b>(01)</b> margaryna kanapkowa N 10g Serek wiejski N 150g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Pasztet biały z filetem z kurczaka N 50g <b>(07,12)</b> Sałata lodowa 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g
<b>Dzieci 10-18 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>2094.57</b> kcal, B: <b>75.96</b> g, T: <b>63.23</b> g, W: <b>314.68</b> g, Błonnik [g]: <b>28.8</b> , Cukier [g]: <b>66.12</b> , Sód [mg]: <b>2643.57</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>25.09</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Zupa mleczna kasza manna N</b> 250g <b>(01,07)</b> Bułka pszenna zwykła 160g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Jaja kurze całe, gotowane 55g <b>(03)</b> Ogórek świeży (długi) 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Gruszka 135g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa z ryżem brązowym N</b> 250g <b>(09)</b> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Ryba smażona w sosie greckim - N</b> 201g <b>(04,01,03,09,12,10)</b>	<b>Podwieczorek</b>  Banan 130g	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Pasztet biały z filetem z kurczaka N 50g <b>(07,12)</b> Sałata lodowa 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g
<b>Dzieci 4-9 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>1783.77</b> kcal, B: <b>66.43</b> g, T: <b>61.61</b> g, W: <b>250.39</b> g, Błonnik [g]: <b>25.4</b> , Cukier [g]: <b>64.53</b> , Sód [mg]: <b>2081.37</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>24.74</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Zupa mleczna kasza manna N</b> 250g <b>(01,07)</b> Bułka pszenna zwykła 80g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Jaja kurze całe, gotowane 55g <b>(03)</b> Ogórek świeży (długi) 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Gruszka 135g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa z ryżem brązowym N</b> 250g <b>(09)</b> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Ryba smażona w sosie greckim - N</b> 201g <b>(04,01,03,09,12,10)</b>	<b>Podwieczorek</b>  Banan 130g	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Pasztet biały z filetem z kurczaka N 50g <b>(07,12)</b> Sałata lodowa 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g

Jadłospis	Czwartek (2026-05-07)				
<p><b>Podstawowa 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: 1740.6 kcal, B: 74.1 g, T: 56.92 g, W: 236.19 g, Błonnik [g]: 29.14, Cukier [g]: 41.08, Sód [mg]: 3522.25, Kwasy tł. nas. [g]: 24.31</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>zupa mleczna - płatki orkiszowe</b> 250g (01,07) Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g (01) Masło ekstra 14g (07) Polędwica miodowa N 50g (06,09) Ogórek kiszony 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa pomidorowa z makaronem N</b> 250g (09,07,01,03) Ziemniaki, gotowane 200g <b>Stek wieprzowy smażony z cebulą</b> 100g (01) <b>Surówka z kapusty pekińskiej N</b> 150g</p>	<p><b>Podwieczorek</b></p> <p>Mandarynki 70g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g (01) Masło ekstra 14g (07) <b>twaróg z koperkiem N</b> 75g (07) Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	
<p><b>Łatwostrawna 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: 1759.93 kcal, B: 76.76 g, T: 53.86 g, W: 250.42 g, Błonnik [g]: 25.95, Cukier [g]: 47.35, Sód [mg]: 3345.82, Kwasy tł. nas. [g]: 24.88</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>zupa mleczna - płatki orkiszowe</b> 250g (01,07) Chleb pszenny N 100g (01,06) Masło ekstra 14g (07) Polędwica miodowa N 50g (06,09) Ogórek kiszony 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa pomidorowa z makaronem N</b> 250g (09,07,01,03) Ziemniaki, gotowane 200g <b>Pulpet wieprzowy gotowany w sosie N</b> 150g (03,09,01,07) <b>Surówka z marchewki N</b> 150g</p>	<p><b>Podwieczorek</b></p> <p>Mandarynki 70g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny N 100g (01,06) Masło ekstra 14g (07) <b>twaróg z koperkiem N</b> 75g (07) Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	
<p><b>Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: 1626.09 kcal, B: 76.56 g, T: 39.16 g, W: 250.22 g, Błonnik [g]: 25.95, Cukier [g]: 47.19, Sód [mg]: 3343.3, Kwasy tł. nas. [g]: 11.66</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>zupa mleczna - płatki orkiszowe</b> 250g (01,07) Chleb pszenny N 100g (01,06) margaryna kanapkowa N 14g Polędwica miodowa N 50g (06,09) Ogórek kiszony 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa pomidorowa z makaronem N</b> 250g (09,07,01,03) Ziemniaki, gotowane 200g <b>Pulpet wieprzowy gotowany w sosie N</b> 150g (03,09,01,07) <b>Surówka z marchewki N</b> 150g</p>	<p><b>Podwieczorek</b></p> <p>Mandarynki 70g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny N 100g (01,06) margaryna kanapkowa N 14g <b>twaróg z koperkiem N</b> 75g (07) Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	
<p><b>dieta łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: 1649.08 kcal, B: 75.08 g, T: 53.45 g, W: 222.74 g, Błonnik [g]: 36.45, Cukier [g]: 28.74, Sód [mg]: 3840.29, Kwasy tł. nas. [g]: 24.21</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p>Chleb żytni - razowy N 105g (01) Masło ekstra 14g (07) Polędwica miodowa N 80g (06,09) Ogórek kiszony 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II śniadanie</b></p> <p>Marchew 100g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa pomidorowa z makaronem N</b> 250g (09,07,01,03) Ziemniaki, gotowane 200g <b>Pulpet wieprzowy gotowany w sosie C</b> 150g (03,09,01,07) <b>Surówka z kapusty pekińskiej N</b> 151g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb żytni - razowy N 105g (01) Masło ekstra 14g (07) <b>twaróg z koperkiem N</b> 116g (07) Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	

Jadłospis	Czwartek (2026-05-07)				
<b>Bogatobiałkowa 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>1977.41 kcal</b> , B: <b>93.15 g</b> , T: <b>64.68 g</b> , W: <b>259.79 g</b> , Błonnik [g]: <b>31</b> , Cukier [g]: <b>52.69</b> , Sód [mg]: <b>3805.62</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>29.82</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>zupa mleczna - płatki orkiszowe</b> 250g <u>(01,07)</u> Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g <u>(01)</u> Masło ekstra 14g <u>(07)</u> Polędwica miodowa N 50g <u>(06,09)</u> Ogórek kiszony 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  <b>Budyń na mleku</b> 200g <u>(01,07)</u>	<b>Obiad</b>  <b>Zupa pomidorowa z makaronem N</b> 250g <u>(09,07,01,03)</u> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Pulpet wieprzowy gotowany w sosie N</b> 150g <u>(03,09,01,07)</u> <b>Surówka z marchewki N</b> 150g	<b>Podwieczorek</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g <u>(01)</u> margaryna kanapkowa N 10g Polędwica sopocka N 50g <u>(06)</u>	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g <u>(01)</u> Masło ekstra 14g <u>(07)</u> <b>twaróg z koperkiem N</b> 75g <u>(07)</u> Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g
<b>Dzieci 10-18 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>2102.2 kcal</b> , B: <b>78.52 g</b> , T: <b>58.26 g</b> , W: <b>325.52 g</b> , Błonnik [g]: <b>30.14</b> , Cukier [g]: <b>79.51</b> , Sód [mg]: <b>3353.65</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>24.34</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>zupa mleczna - płatki orkiszowe</b> 250g <u>(01,07)</u> Bułka pszenna zwykła 160g <u>(01)</u> Masło ekstra 14g <u>(07)</u> Polędwica miodowa N 50g <u>(06,09)</u> Ogórek kiszony 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Kisiel owocowy, przygotowany 200g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa pomidorowa z makaronem N</b> 250g <u>(09,07,01,03)</u> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Stek wieprzowy smażony z cebulą</b> 100g <u>(01)</u> <b>Surówka z kapusty pekińskiej N</b> 150g	<b>Podwieczorek</b>  Mandarynki 70g	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g <u>(01)</u> Masło ekstra 14g <u>(07)</u> <b>twaróg z koperkiem N</b> 75g <u>(07)</u> Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g
<b>Dzieci 4-9 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>1791.4 kcal</b> , B: <b>68.99 g</b> , T: <b>56.64 g</b> , W: <b>261.23 g</b> , Błonnik [g]: <b>26.74</b> , Cukier [g]: <b>77.92</b> , Sód [mg]: <b>2791.45</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>23.99</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>zupa mleczna - płatki orkiszowe</b> 250g <u>(01,07)</u> Bułka pszenna zwykła 80g <u>(01)</u> Masło ekstra 14g <u>(07)</u> Polędwica miodowa N 50g <u>(06,09)</u> Ogórek kiszony 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Kisiel owocowy, przygotowany 200g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa pomidorowa z makaronem N</b> 250g <u>(09,07,01,03)</u> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Stek wieprzowy smażony z cebulą</b> 100g <u>(01)</u> <b>Surówka z kapusty pekińskiej N</b> 150g	<b>Podwieczorek</b>  Mandarynki 70g	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g <u>(01)</u> Masło ekstra 14g <u>(07)</u> <b>twaróg z koperkiem N</b> 75g <u>(07)</u> Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g

Jadłospis	Piątek (2026-05-08)				
<p><b>Podstawowa 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>2339.22</b> kcal, B: <b>96.8</b> g, T: <b>68.81</b> g, W: <b>331.69</b> g, Błonnik [g]: <b>38.85</b>, Cukier [g]: <b>42.17</b>, Sód [mg]: <b>2390.49</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>28.62</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>zupa mleczna - płatki jaglane</b> 250g (07) Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g (01) Masło ekstra 14g (07) <b>Salatka z konserwy rybnej w oleju N</b> 50g (04,03) szynka wieprzowa gotowana N 50g (07,06) Roszponka 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa barszcz czerwony N</b> 250g (09,07) <b>Makaron pełnoziarnisty z sosem pomidorowo mięsnym</b> 250g (01) Brokuły, gotowane 150g</p>	<p><b>Podwieczerek</b></p> <p>Jabłko 160g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g (01) Masło ekstra 14g (07) Serek wiejski N 150g (07) Ogórek świeży (długi) 50g Miód pszczeli 25g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	
<p><b>Łatwostrawna 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>2197.49</b> kcal, B: <b>90.72</b> g, T: <b>57.46</b> g, W: <b>331.26</b> g, Błonnik [g]: <b>32.28</b>, Cukier [g]: <b>43.42</b>, Sód [mg]: <b>1941.61</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>26.57</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>zupa mleczna - płatki jaglane</b> 250g (07) Chleb pszenny N 100g (01,06) Masło ekstra 14g (07) szynka wieprzowa gotowana N 50g (07,06) Roszponka 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa barszcz czerwony N</b> 250g (09,07) <b>Makron pszenny z sosem pomidorowo-mięsnym</b> 250g (01) Brokuły, gotowane 150g</p>	<p><b>Podwieczerek</b></p> <p>Jabłko 160g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny N 100g (01,06) Masło ekstra 14g (07) Serek wiejski N 150g (07) Ogórek świeży (długi) 50g Miód pszczeli 25g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	
<p><b>Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>2063.65</b> kcal, B: <b>90.52</b> g, T: <b>42.76</b> g, W: <b>331.06</b> g, Błonnik [g]: <b>32.28</b>, Cukier [g]: <b>43.26</b>, Sód [mg]: <b>1939.09</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>13.35</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>zupa mleczna - płatki jaglane</b> 250g (07) Chleb pszenny N 100g (01,06) margaryna kanapkowa N 14g szynka wieprzowa gotowana N 50g (07,06) Roszponka 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa barszcz czerwony N</b> 250g (09,07) <b>Makron pszenny z sosem pomidorowo-mięsnym</b> 250g (01) Brokuły, gotowane 150g</p>	<p><b>Podwieczerek</b></p> <p>Jabłko 160g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny N 100g (01,06) margaryna kanapkowa N 14g Serek wiejski N 150g (07) Ogórek świeży (długi) 50g Miód pszczeli 25g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	
<p><b>dieta łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>1969.07</b> kcal, B: <b>86.02</b> g, T: <b>55.05</b> g, W: <b>282.19</b> g, Błonnik [g]: <b>43.5</b>, Cukier [g]: <b>29.99</b>, Sód [mg]: <b>2045.41</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>24.92</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p>Chleb żytni - razowy N 105g (01) Masło ekstra 14g (07) szynka wieprzowa gotowana N 80g (07,06) Roszponka 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II śniadanie</b></p> <p>Jabłko 160g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa barszcz czerwony N</b> 250g (09,07) <b>Makaron pełnoziarnisty z sosem pomidorowo mięsnym</b> 250g (01) Brokuły, gotowane 150g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb żytni - razowy N 105g (01) Masło ekstra 14g (07) Serek wiejski N 150g (07) Ogórek świeży (długi) 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	

Jadłospis	Piątek (2026-05-08)				
<b>Bogatobiałkowa 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>2361.59</b> kcal, B: <b>92.89</b> g, T: <b>72.13</b> g, W: <b>334.21</b> g, Błonnik [g]: <b>39.57</b> , Cukier [g]: <b>43.59</b> , Sód [mg]: <b>2322.51</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>28.85</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>zupa mleczna - płatki jaglane</b> 250g (07) Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g (01) Masło ekstra 14g (07) szynka wieprzowa gotowana N 50g (07,06) Roszponka 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Jabłko 160g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa barszcz czerwony N</b> 250g (09,07) <b>Makron pszenny z sosem pomidorowo-mięsnym</b> 250g (01) Brokuły, gotowane 150g	<b>Podwieczorek</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g (01) margaryna kanapkowa N 10g <b>sałatka grecka N</b> 100g	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g (01) Masło ekstra 14g (07) Serek wiejski N 150g (07) Ogórek świeży (długi) 50g Miód pszczeli 25g Herbata czarna, napar bez cukru 250g
<b>Dzieci 10-18 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>2437.49</b> kcal, B: <b>96.54</b> g, T: <b>60.52</b> g, W: <b>380.29</b> g, Błonnik [g]: <b>37.32</b> , Cukier [g]: <b>49.31</b> , Sód [mg]: <b>2148.21</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>27.5</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>zupa mleczna - płatki jaglane</b> 250g (07) Bułka pszenna zwykła 160g (01) Masło ekstra 14g (07) szynka wieprzowa gotowana N 50g (07,06) Roszponka 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Kiwi 80g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa barszcz czerwony N</b> 250g (09,07) <b>Makaron pełnoziarnisty z sosem pomidorowo mięsnym</b> 250g (01) Brokuły, gotowane 150g	<b>Podwieczorek</b>  Jabłko 160g	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g (01) Masło ekstra 14g (07) Serek wiejski N 150g (07) Ogórek świeży (długi) 50g Miód pszczeli 25g Herbata czarna, napar bez cukru 250g
<b>Dzieci 4-9 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>2126.69</b> kcal, B: <b>87.01</b> g, T: <b>58.9</b> g, W: <b>316</b> g, Błonnik [g]: <b>33.92</b> , Cukier [g]: <b>47.72</b> , Sód [mg]: <b>1586.01</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>27.15</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>zupa mleczna - płatki jaglane</b> 250g (07) Bułka pszenna zwykła 80g (01) Masło ekstra 14g (07) szynka wieprzowa gotowana N 50g (07,06) Roszponka 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Kiwi 80g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa barszcz czerwony N</b> 250g (09,07) <b>Makaron pełnoziarnisty z sosem pomidorowo mięsnym</b> 250g (01) Brokuły, gotowane 150g	<b>Podwieczorek</b>  Jabłko 160g	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g (01) Masło ekstra 14g (07) Serek wiejski N 150g (07) Ogórek świeży (długi) 50g Miód pszczeli 25g Herbata czarna, napar bez cukru 250g

Jadłospis	Sobota (2026-05-09)				
<p><b>Podstawowa 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>1850.52</b> kcal, B: <b>75.59</b> g, T: <b>52.62</b> g, W: <b>274.3</b> g, Błonnik [g]: <b>34.22</b>, Cukier [g]: <b>49.25</b>, Sód [mg]: <b>3029.19</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>26.29</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Zupa mleczna - płatki ryżowe N</b> 250g <b>(07)</b> Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Paszтет biały z filetem z kurczaka N 50g <b>(07,12)</b> Sałata 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa ziemniaczana N</b> 250g <b>(09)</b> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g <b>(01)</b> <b>Klops gotowany w sosie koperkowym N</b> 150g <b>(01,07,03,09)</b> <b>Surówka z selera N</b> 150g <b>(09,07)</b></p>	<p><b>Podwieczorek</b></p> <p>Pomarańcza 240g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Jaja kurze całe, gotowane 55g <b>(03)</b> Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	
<p><b>Łatwostrawna 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>1818.12</b> kcal, B: <b>74.31</b> g, T: <b>51.1</b> g, W: <b>274.32</b> g, Błonnik [g]: <b>27.86</b>, Cukier [g]: <b>50.67</b>, Sód [mg]: <b>2655.19</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>25.47</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Zupa mleczna - płatki ryżowe N</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenny N 100g <b>(01,06)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Paszтет biały z filetem z kurczaka N 50g <b>(07,12)</b> Sałata 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa ziemniaczana N</b> 250g <b>(09)</b> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g <b>(01)</b> <b>Klops gotowany w sosie koperkowym N</b> 150g <b>(01,07,03,09)</b> <b>Surówka z selera N</b> 150g <b>(09,07)</b></p>	<p><b>Podwieczorek</b></p> <p>Pomarańcza 240g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny N 100g <b>(01,06)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Jaja kurze całe, gotowane 55g <b>(03)</b> Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	
<p><b>Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>1685.88</b> kcal, B: <b>74.86</b> g, T: <b>36.2</b> g, W: <b>274.28</b> g, Błonnik [g]: <b>27.86</b>, Cukier [g]: <b>50.51</b>, Sód [mg]: <b>2715.12</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>10.93</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Zupa mleczna - płatki ryżowe N</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenny N 100g <b>(01,06)</b> margaryna kanapkowa N 14g Paszтет biały z filetem z kurczaka N 50g <b>(07,12)</b> Sałata 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa ziemniaczana N</b> 250g <b>(09)</b> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g <b>(01)</b> <b>Klops gotowany w sosie koperkowym N</b> 150g <b>(01,07,03,09)</b> <b>Surówka z selera N</b> 150g <b>(09,07)</b></p>	<p><b>Podwieczorek</b></p> <p>Pomarańcza 240g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny N 100g <b>(01,06)</b> margaryna kanapkowa N 14g <b>pasta z białek jaj N</b> 75g <b>(03)</b> Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	
<p><b>dieta łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>1778.6</b> kcal, B: <b>81.87</b> g, T: <b>61.63</b> g, W: <b>229.99</b> g, Błonnik [g]: <b>35.6</b>, Cukier [g]: <b>26.5</b>, Sód [mg]: <b>3105.85</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>28.73</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p>Chleb żytni - razowy N 105g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Paszтет biały z filetem z kurczaka N 80g <b>(07,12)</b> Sałata 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II śniadanie</b></p> <p>Kefir naturalny N 200g <b>(07)</b></p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa ziemniaczana N</b> 250g <b>(09)</b> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g <b>(01)</b> <b>Klops gotowany w sosie koperkowym C</b> 150g <b>(01,07,03,09)</b> <b>Surówka z selera N</b> 151g <b>(09,07)</b></p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb żytni - razowy N 105g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Jaja kurze całe, gotowane 110g <b>(03)</b> Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	

Jadłospis	Sobota (2026-05-09)				
<b>Bogatobiałkowa 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>2048.29</b> kcal, B: <b>84.43</b> g, T: <b>58.26</b> g, W: <b>302.27</b> g, Błonnik [g]: <b>34.12</b> , Cukier [g]: <b>69.29</b> , Sód [mg]: <b>3205.05</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>28.76</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Zupa mleczna - płatki ryżowe N 250g (07)</b> Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g (01) Masło ekstra 14g (07) Pasztet biały z filetem z kurczaka N 50g (07,12) Sałata 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Kisiel owocowy, przygotowany 200g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ziemniaczana N 250g (09)</b> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01) <b>Klops gotowany w sosie koperkowym N 150g (01,07,03,09)</b> <b>Surówka z selera N 150g (09,07)</b>	<b>Podwieczorek</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g (01) margaryna kanapkowa N 10g <b>twaróg z koperkiem N 75g (07)</b>	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g (01) Masło ekstra 14g (07) Jaja kurze całe, gotowane 55g (03) Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g
<b>Dzieci 10-18 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>2138.2</b> kcal, B: <b>85.95</b> g, T: <b>57.6</b> g, W: <b>329.16</b> g, Błonnik [g]: <b>31.24</b> , Cukier [g]: <b>62.23</b> , Sód [mg]: <b>2945.09</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>28.58</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Zupa mleczna - płatki ryżowe N 250g (07)</b> Bułka pszenna zwykła 160g (01) Masło ekstra 14g (07) Pasztet biały z filetem z kurczaka N 50g (07,12) Sałata 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Pomarańcza 240g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ziemniaczana N 250g (09)</b> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01) <b>Klops gotowany w sosie koperkowym N 150g (01,07,03,09)</b> <b>Surówka z selera N 150g (09,07)</b>	<b>Podwieczorek</b>  <b>Budyń na mleku 200g (01,07)</b>	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g (01) Masło ekstra 14g (07) Jaja kurze całe, gotowane 55g (03) Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g
<b>Dzieci 4-9 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>1827.4</b> kcal, B: <b>76.42</b> g, T: <b>55.98</b> g, W: <b>264.87</b> g, Błonnik [g]: <b>27.84</b> , Cukier [g]: <b>60.64</b> , Sód [mg]: <b>2382.89</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>28.23</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Zupa mleczna - płatki ryżowe N 250g (07)</b> Bułka pszenna zwykła 80g (01) Masło ekstra 14g (07) Pasztet biały z filetem z kurczaka N 50g (07,12) Sałata 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Pomarańcza 240g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ziemniaczana N 250g (09)</b> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01) <b>Klops gotowany w sosie koperkowym N 150g (01,07,03,09)</b> <b>Surówka z selera N 150g (09,07)</b>	<b>Podwieczorek</b>  <b>Budyń na mleku 200g (01,07)</b>	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g (01) Masło ekstra 14g (07) Jaja kurze całe, gotowane 55g (03) Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g

Jadłospis	Niedziela (2026-05-10)				
<p><b>Podstawowa 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>2154.43</b> kcal, B: <b>84.32</b> g, T: <b>81.43</b> g, W: <b>277.15</b> g, Błonnik [g]: <b>36.09</b>, Cukier [g]: <b>66.16</b>, Sód [mg]: <b>3803.25</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>34.62</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>zupa mleczna - płatki żytnie</b> 250g <u>(01,07)</u> Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g <u>(01)</u> Masło ekstra 14g <u>(07)</u> Szynka z indyka N 50g <u>(07,06)</u> Ogórek kiszony 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa Rosół z makaronem N</b> 250g <u>(09,01,03)</u> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Gotowane udo z kurczaka N</b> 180g <u>(09)</u> <b>Surówka z kapusty białej N</b> 150g</p>	<p><b>Podwieczorek</b></p> <p>Banan 130g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g <u>(01)</u> Masło ekstra 14g <u>(07)</u> Ser Wypasiony N 60g <u>(07)</u> Rukola 20g <b>Pasta z ciecierzycy z ogórkiem kiszonym N</b> 50g <u>(06)</u> Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	
<p><b>Łatwostrawna 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>1971.26</b> kcal, B: <b>76.92</b> g, T: <b>73.5</b> g, W: <b>258.76</b> g, Błonnik [g]: <b>25.04</b>, Cukier [g]: <b>66.46</b>, Sód [mg]: <b>3316.3</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>33.31</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>zupa mleczna - płatki żytnie</b> 250g <u>(01,07)</u> Chleb pszenny N 100g <u>(01,06)</u> Masło ekstra 14g <u>(07)</u> Szynka z indyka N 50g <u>(07,06)</u> Ogórek kiszony 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa Rosół z makaronem N</b> 250g <u>(09,01,03)</u> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Gotowane udo z kurczaka N</b> 180g <u>(09)</u> <b>Surówka z buraków N</b> 150g</p>	<p><b>Podwieczorek</b></p> <p>Banan 130g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny N 100g <u>(01,06)</u> Masło ekstra 14g <u>(07)</u> Ser Wypasiony N 60g <u>(07)</u> Rukola 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	
<p><b>Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>1837.42</b> kcal, B: <b>76.72</b> g, T: <b>58.8</b> g, W: <b>258.56</b> g, Błonnik [g]: <b>25.04</b>, Cukier [g]: <b>66.3</b>, Sód [mg]: <b>3313.78</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>20.09</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>zupa mleczna - płatki żytnie</b> 250g <u>(01,07)</u> Chleb pszenny N 100g <u>(01,06)</u> margaryna kanapkowa N 14g Szynka z indyka N 50g <u>(07,06)</u> Ogórek kiszony 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa Rosół z makaronem N</b> 250g <u>(09,01,03)</u> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Gotowane udo z kurczaka N</b> 180g <u>(09)</u> <b>Surówka z buraków N</b> 150g</p>	<p><b>Podwieczorek</b></p> <p>Banan 130g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny N 100g <u>(01,06)</u> margaryna kanapkowa N 14g Ser Wypasiony N 60g <u>(07)</u> Rukola 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	
<p><b>dieta łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 04.05-10.05.2026</b></p> <p>E: <b>2077.95</b> kcal, B: <b>78.49</b> g, T: <b>79.93</b> g, W: <b>268.66</b> g, Błonnik [g]: <b>40.67</b>, Cukier [g]: <b>65.02</b>, Sód [mg]: <b>3593.63</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>32.52</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p>Chleb żytni - razowy N 105g <u>(01)</u> Masło ekstra 14g <u>(07)</u> Szynka z indyka N 80g <u>(07,06)</u> Ogórek kiszony 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II śniadanie</b></p> <p>Kisiel owocowy, przygotowany 200g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa Rosół z makaronem N</b> 250g <u>(09,01,03)</u> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Gotowane udo z kurczaka N</b> 180g <u>(09)</u> <b>Surówka z kapusty białej N</b> 151g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb żytni - razowy N 105g <u>(01)</u> Masło ekstra 14g <u>(07)</u> Ser Wypasiony N 60g <u>(07)</u> Rukola 20g <b>Pasta z ciecierzycy z ogórkiem kiszonym N</b> 50g <u>(06)</u> Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	

Jadłospis	Niedziela (2026-05-10)				
<b>Bogatobiałkowa 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>2132.66 kcal</b> , B: <b>84.69 g</b> , T: <b>85.52 g</b> , W: <b>260.44 g</b> , Błonnik [g]: <b>31.4</b> , Cukier [g]: <b>65.29</b> , Sód [mg]: <b>3690.3</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>38.03</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>zupa mleczna - płatki żytnie</b> 250g <b>(01,07)</b> Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Szyńka z indyka N 50g <b>(07,06)</b> Ogórek kiszony 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Banan 130g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa Rosół z makaronem N</b> 250g <b>(09,01,03)</b> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Gotowane udo z kurczaka N</b> 180g <b>(09)</b> <b>Surówka z buraków N</b> 150g	<b>Podwieczorek</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g <b>(01)</b> margaryna kanapkowa N 10g Kiełbasa krakowska wędzona N 50g <b>(01,06)</b>	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Ser Wypasiony N 60g <b>(07)</b> Rukola 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g
<b>Dzieci 10-18 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>2057.23 kcal</b> , B: <b>78.7 g</b> , T: <b>74.77 g</b> , W: <b>272.9 g</b> , Błonnik [g]: <b>33.58</b> , Cukier [g]: <b>75.79</b> , Sód [mg]: <b>3714.7</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>34.1</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>zupa mleczna - płatki żytnie</b> 250g <b>(01,07)</b> Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Szyńka z indyka N 50g <b>(07,06)</b> Ogórek kiszony 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Mus owocowy musiak 100g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa Rosół z makaronem N</b> 250g <b>(09,01,03)</b> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Gotowane udo z kurczaka N</b> 180g <b>(09)</b> <b>Surówka z kapusty białej N</b> 150g	<b>Podwieczorek</b>  Banan 130g	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 105g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Ser Wypasiony N 60g <b>(07)</b> Rukola 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g
<b>Dzieci 4-9 04.05-10.05.2026</b>  E: <b>1872.43 kcal</b> , B: <b>72.6 g</b> , T: <b>73.93 g</b> , W: <b>236.64 g</b> , Błonnik [g]: <b>29.66</b> , Cukier [g]: <b>74.53</b> , Sód [mg]: <b>3196.7</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>33.82</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>zupa mleczna - płatki żytnie</b> 250g <b>(01,07)</b> Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Szyńka z indyka N 50g <b>(07,06)</b> Ogórek kiszony 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II śniadanie</b>  Mus owocowy musiak 100g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa Rosół z makaronem N</b> 250g <b>(09,01,03)</b> Ziemniaki, gotowane 200g <b>Gotowane udo z kurczaka N</b> 180g <b>(09)</b> <b>Surówka z kapusty białej N</b> 150g	<b>Podwieczorek</b>  Banan 130g	<b>Kolacja</b>  Chleb baltonowski N (pszenno-żytni) 70g <b>(01)</b> Masło ekstra 14g <b>(07)</b> Ser Wypasiony N 60g <b>(07)</b> Rukola 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g