

Jadłospis

12.08.2026 – 22.08.2026

ŚRODA 12.08.2026			
	Dieta ogólna I	Dieta łatwostrawna II	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów III
ŚNIADANIE	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Chleb pszenny , 1 szt., Chleb razowy 50g 2 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% 10 g. (MLE) Szynkowa wieprzowa 40 g Miód 25 g Sałata mix 20 g Rzepa biała 30 g Herbata ziołowa 200 ml	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Chleb pszenny , 1 szt., Chleb razowy 50g 2 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% 10 g. (MLE). (MLE) Szynkowa wieprzowa 40 g Miód 25 g Sałata mix 20 g Rzepa biała 30 g Herbata ziołowa 200 ml	Chleb razowy 50g 3 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% 10 g. (MLE) Szynkowa wieprzowa 40 g Ser żółty 15 g (MLE) Sałata mix 20 g Rzepa biała 30 g Herbata ziołowa 200 ml
OBIAD	Krem z warzyw z soczewicą ml (SEL) Gulasz z łopatk wieprzowej z warzywami (D)100 g (SEL,GLU,PSZE) Kasza jęczmienna 250 g (G) Buraczki 200 g (G)	Krem z warzyw z soczewicą ml (SEL) Gulasz z łopatk wieprzowej z warzywami (D)100 g (SEL,GLU,PSZE) Ziemniaki 250 g (G) Buraczki 200 g (G)	Krem z warzyw z soczewicą ml (SEL) Gulasz z łopatk wieprzowej z warzywami (D)100 g (SEL,GLU,PSZE) Kasza jęczmienna 250 g (G) Buraczki 200 g (G)
KOLACJA	Chleb mieszany pszenno – żytni 1 szt.(GLU, PSZE) Chleb razowy 2 szt. (GLU,PSZE) Masło 82% 10 g. (MLE) (MLE) Szynkowa wieprzowa (70g) Sałata mix 30 g Herbata 200 ml	Chleb mieszany pszenno – żytni 1 szt (GLU, PSZE) Chleb razowy 2 szt. (GLU,PSZE) Masło 82% 10 g. (MLE) (MLE) Szynkowa wieprzowa (70g) Sałata mix 30 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 3 szt. (GLU,PSZE) Masło 82% 10 g. (MLE) (MLE) Szynkowa wieprzowa (70g) Sałata mix 30 g Herbata 200 ml
II KOLACJA	Arbuz 100g		Jogurt naturalny 100 ml (MLE)
Podsumowanie dnia:	I	II	III
	Wartość energetyczna (kcal) 1991.3, białko ogółem (g) 72.2, tłuszcz ogółem (g) 62.6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32.5, węglowodany ogółem (g) 223.3, w tym cukry proste (g) 34, błonnik pokarmowy (g) 25.8, sód (mg) 2070	Wartość energetyczna (kcal) 1959.4, białko ogółem (g) 74.3, tłuszcz ogółem (g) 72.3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 39.3, węglowodany ogółem (g) 243.5, w tym cukry proste (g) 33.5, błonnik pokarmowy (g) 23.9, sód (mg) 1953	Wartość energetyczna (kcal) 1948.8, białko ogółem (g) 78.5, tłuszcz ogółem (g) 73.4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33, węglowodany ogółem (g) 246, w tym cukry proste (g) 24.5, błonnik pokarmowy (g) 25.2, sód (mg) 2036.7

Czwartek 13.08.2026			
	Dieta ogólna I	Dieta łatwostrawna II	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów III
ŚNIADANIE	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Pieczywo mieszane pszenne 1 sz Pieczywo razowe 2 szt.(GLU,PSZ), Masto 82% 10 g. (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Dżem owocowy 25 g Sałata mix 20 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa 250 ml	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Pieczywo mieszane pszenne 1 sz Pieczywo razowe 2 szt.(GLU,PSZ), Masto 82% 10 g. (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Dżem owocowy 25 g Sałata mix 20 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa 250 ml	Pieczywo razowe 3 szt.(GLU,PSZ), Masto 82% 10 g. (MLE) Twarożek śmietankowy 30 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Dżem owocowy 25 g Sałata mix 20 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa 250 ml
OBIAD	Rosół z makaronem 300 ml (SEL,GLU,PSZE) Potrawka z kurczaka z marchewką i groszkiem (G)150 g (GLU,PSZE,MLE,IAJ) Ryż 250 g (G)	Rosół z makaronem 300 ml (SEL,GLU,PSZE) Potrawka z kurczaka z marchewką i groszkiem (G)150 g (GLU,PSZE,MLE,IAJ) Ryż 250 g (G)	Rosół z makaronem 300 ml (SEL,GLU,PSZE) Potrawka z kurczaka z marchewką i groszkiem (G)150 g (GLU,PSZE,MLE,IAJ) Ryż 250 g (G)
KOLACJA	Chleb mieszany pszenny 1 szt – razowy 2 szt (GLU, PSZE) Masto 82% 10 g. (MLE) Polędwica z warzywami (70g) Sałata mix 30 g Herbata z cytryną 200 ml	Chleb mieszany pszenny 1 szt – razowy 2 szt (GLU, PSZE) Masto 82% 10 g. (MLE) Polędwica z warzywami (70g) Sałata mix 30 g Herbata z cytryną 200 ml	Chleb razowy 3 szt (GLU, PSZE) Masto 82% 10 g. (MLE) Polędwica z warzywami (70g) Sałata mix 30 g Herbata z cytryną 200 ml
II KOLACJA	Jogurt owocowy 100 ml (MLE)		Jogurt naturalny 100 ml (MLE)

Podsumowanie dnia:	I	II	III
	Wartość energetyczna (kcal) 1883.1, białko ogółem (g) 79, tłuszcz ogółem (g) 69.5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30.7 węglowodany ogółem (g) 240.4, w tym cukry proste (g) 34.8, błonnik pokarmowy (g) 25.4, sód (mg) 1907.3	Wartość energetyczna (kcal) 2117.4, białko ogółem (g) 83.3, tłuszcz ogółem (g) 71.6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33, węglowodany ogółem (g) 167.3, w tym cukry proste (g) 34.9, błonnik pokarmowy (g) 25.1, sód (mg) 1962.6	Wartość energetyczna (kcal) 2022.9, białko ogółem (g) 77.7, tłuszcz ogółem (g) 67.7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33, węglowodany ogółem (g) 235.2, w tym cukry proste (g) 24.5, błonnik pokarmowy (g) 27, sód (mg) 2065.6

Piątek 14.08.2026			
	Dieta ogólna I	Dieta łatwostrawna II	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów III
ŚNIADANIE	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Pieczywo pszenne , 1 szt., Chleb razowy 50g 2 szt.	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Pieczywo pszenne , 1 szt., Chleb razowy 50g 2 szt.	Chleb razowy 3 szt. (GLU,PSZ), Masto 82% 10 g. (MLE) Twaróg śmietankowy z czarnuszką 40 g MLE

	(GLU,PSZ), Masło 82% 10 g. (MLE) Twaróg śmietankowy z czarnuszką 40 g MLE Jajko gotowane 1 szt. (JAJ) Sałata mix 30 g Kiełki 5 g Ogórek zielony 20 g Herbata owocowa 200 ml	(GLU,PSZ), Masło 82% 10 g. (MLE) Twaróg śmietankowy z czarnuszką 40 g MLE Jajko gotowane 1 szt. (JAJ) Sałata mix 30 g Kiełki 5 g Ogórek zielony 20 g Herbata owocowa 200 ml	Jajko gotowane 1 szt. (JAJ) Sałata mix 30 g Kiełki 5 g Ogórek zielony 20 g Herbata owocowa 200 ml
OBIAD	Barszcz z ziemniakami 300 ml (SEL) Leczo warzywne 250 g (D) (SEL) Ryż 250 g (G)	Zupa ziemniaczana 300 ml (SEL) Jajko na parze 1 szt. (JAJ) (G) Ziemniaki 150 g (G) Warzywa duszone 150 g (D) (SEL)	Barszcz z ziemniakami 300 ml (SEL) Leczo warzywne 250 g (D) (SEL) Ryż 250 g (G)
KOLACJA	Chleb mieszany pszenno – żytni 3 szt. (GLU, PSZE) Masło 82% 10 g. (MLE) Ser żółty (60g) (MLE) Sałata mix 30 g Pomidor 70 g Herbata z cytryną 200 ml	Chleb mieszany pszenno – żytni 3 szt. (GLU, PSZE) Masło 82% 10 g. (MLE) Ser żółty (60g) (MLE) Sałata mix 30 g Pomidor 70 g Herbata z cytryną 200 ml	Chleb żytni 3 szt. (GLU, PSZE) Masło 82% 10 g. (MLE) Ser żółty (60g) (MLE) Sałata mix 30 g Pomidor 70 g Herbata z cytryną 200 ml
II KOLACJA	Jogurt owocowy 100 ml (MLE)		Jogurt naturalny 100 ml (MLE)

Podsumowanie dnia:	I	II	III
	Wartość energetyczna (kcal) 1976.9, białko ogółem (g) 79.5, tłuszcz ogółem (g) 72.5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 34.4, węglowodany ogółem (g) 235.3, w tym cukry proste (g) 31.7, błonnik pokarmowy (g) 23.2, sód (mg) 2264.4	Wartość energetyczna (kcal) 1922.5, białko ogółem (g) 78.2, tłuszcz ogółem (g) 69.8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33.8, węglowodany ogółem (g) 227.3, w tym cukry proste (g) 30.1, błonnik pokarmowy (g) 25.4, sód (mg) 2100.4	Wartość energetyczna (kcal) 2131, białko ogółem (g) 75.6, tłuszcz ogółem (g) 75.5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32.8, węglowodany ogółem (g) 247.4, w tym cukry proste (g) 25.9, błonnik pokarmowy (g) 24.8, sód (mg) 2010.8

Sobota 15.08.2026			
	Dieta ogólna I	Dieta łatwostrawna II	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów III
ŚNIADANIE	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Pieczywo pszenne, 1 szt., Chleb razowy 50g 2 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% 10 g. (MLE) Twaróg śmietankowy 30 g (MLE) Polędwica z warzywami 40 g Sałata mix 20 g Ogórek zielony 20 g	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Pieczywo pszenne, 1 szt., Chleb razowy 50g 2 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% 10 g. (MLE) Twaróg śmietankowy 30 g (MLE) Polędwica z warzywami 40 g Sałata mix 20 g Ogórek zielony 20 g Czarnuszka 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Chleb razowy 50g 3 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% 10 g. (MLE) Twaróg śmietankowy 30 g (MLE) Polędwica z warzywami 40 g Sałata mix 20 g Ogórek zielony 20 g Czarnuszka 5 g Kawa zbożowa 200 ml

	Czarnuszka 5 g Kawa zbożowa 200 ml		
OBIAD	Zupa koperkowa 300 ml (SEL) Pieczeń rzymska w sosie chrzanowym (P)100 g (GLU,PSZE,IAJ,MLE) Kasza jęczmienna 250 g (GLU,PSZE) (G) Surówka z kapusty 150 g	Zupa koperkowa 300 ml (SEL) Pieczeń rzymska w sosie śmietanowym(P) 100 g (GLU,PSZE,IAJ,MLE) Ziemniaki 250 g (G) Buraczki 150 g (G)	Zupa koperkowa 300 ml (SEL) Pieczeń rzymska w sosie chrzanowym (P)100 g (GLU,PSZE,IAJ,MLE) Kasza jęczmienna 250 g (GLU,PSZE) (G) Surówka z kapusty 150 g
KOLACJA	Chleb mieszany pszenny 1 szt – razowy 2 szt (GLU, PSZE) Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE) Szynka konserwowa (70g) Sałata mix 30 g Ogórek 20 g Herbata z cytryną 200 ml	Chleb mieszany pszenny 1 szt. – razowy 2 szt. (GLU, PSZE) Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE) Szynka konserwowa (70g) Sałata mix 30 g Ogórek 20 g Herbata z cytryną 200 ml	Chleb razowy 3 szt. (GLU, PSZE) Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE) Szynka konserwowa (70g) Sałata mix 30 g Ogórek 20 g Herbata z cytryną 200 ml
II KOLACJA	Jogurt owocowy 100 ml (MLE)		Jogurt naturalny 100 ml (MLE)

Podsumowanie dnia:	I	II	III
	Wartość energetyczna (kcal) 2123.3, białko ogółem (g) 77.4, tłuszcz ogółem (g) 78, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31.5, węglowodany ogółem (g) 235.4, w tym cukry proste (g) 34.6, błonnik pokarmowy (g) 25.3, sód (mg) 1999.8	Wartość energetyczna (kcal) 2121.4, białko ogółem (g) 88, tłuszcz ogółem (g) 74.1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 34.6, węglowodany ogółem (g) 225.7, w tym cukry proste (g) 32.8, błonnik pokarmowy (g) 25.6, sód (mg) 2054.9	Wartość energetyczna (kcal) 2139.3, białko ogółem (g) 86.6, tłuszcz ogółem (g) 78.1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33.6, węglowodany ogółem (g) 241, w tym cukry proste (g) 30.8, błonnik pokarmowy (g) 25.9, sód (mg) 2190.9

Niedziela 16.08.2026			
	Dieta ogólna I	Dieta łatwostrawna II	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów III
ŚNIADANIE	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Pieczywo mieszane pszenne 1 szt. Pieczywo razowe 2 szt. (GLU,PSZ), Masto 82% 10 g. (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Dżem owocowy 25 g Sałata mix 30 g Rzepa biała 25 g Herbata ziołowa 200 ml	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Pieczywo mieszane pszenne 1 szt. Pieczywo razowe 2 szt. (GLU,PSZ), Masto 82% 10 g. (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Dżem owocowy 25 g Sałata mix 30 g Rzepa biała 25 g Herbata ziołowa 200 ml	Pieczywo razowe 3 szt. (GLU,PSZ), Masto 82% 10 g. (MLE) Szynkowa wieprzowa 50 g Ser topiony 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Dżem owocowy 25 g Sałata mix 30 g Rzepa biała 25 g Herbata ziołowa 200 ml
OBIAD	Pieczarkowa z makaronem 300 ml (SEL,GLU,PSZE) Gulasz z żołądków drobiowych z warzywami 100 g (P) Ziemniaki 250 g (G) Buraczki 150 g	Krem z warzyw z oliwą z oliwek 300 ml (SEL) Gulasz z żołądków drobiowych z warzywami 100 g (P) Ziemniaki 250 g (G) Buraczki 150 g	Pieczarkowa z makaronem 300 ml (SEL,GLU,PSZE) Gulasz z żołądków drobiowych z warzywami 100 g (P) Kasza jęczmienna 250 g (GLU,PSZE)(G) Buraczki 150 g

KOLACJA	Chleb mieszany pszenny 1 szt– razowy 2 szt. (GLU, PSZE) Masło 82% (MLE) Paszтет z żurawiną 50 g Sałata mix 30 g Herbata 200 ml	Chleb mieszany pszenny 1 szt– razowy 2 szt. (GLU, PSZE) Masło 82% (MLE) Paszтет z żurawiną 50 g Sałata mix 30 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 3 szt. (GLU, PSZE) Masło 82% (MLE) Paszтет z żurawiną 50 g Sałata mix 30 g Herbata 200 ml
II KOLACJA	Kefir 150 ml (MLE)		

Podsumowanie dnia:	I	II	III
	Wartość energetyczna (kcal) 2045.3, białko ogółem (g) 77.5, tłuszcz ogółem (g) 78.3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35.5 węglowodany ogółem (g) 234.1, w tym cukry proste (g) 29.7, błonnik pokarmowy (g) 25.7, sól (mg) 2138.5	Wartość energetyczna (kcal) 1927.3, białko ogółem (g) 76.1, tłuszcz ogółem (g) 53.6, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 37, węglowodany ogółem (g) 223.3, w tym cukry proste (g) 30.2, błonnik pokarmowy (g) 25.8, sól (mg) 2166.8	Wartość energetyczna (kcal) 1975.1, białko ogółem (g) 89.2, tłuszcz ogółem (g) 75, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 37.8 węglowodany ogółem (g) 231, w tym cukry proste (g) 34.7, błonnik pokarmowy (g) 24.8, sól (mg) 2379

Poniedziałek 17.08.2026			
	Dieta ogólna I	Dieta łatwostrawna II	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów III
ŚNIADANIE	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Pieczywo pszenne , 1 szt., Chleb razowy 50g 2 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% (MLE) Dżem owocowy 25 g Szyńka z indyka 50g Sałata mix 20 g Marchewka 25 g Rzepa biała 25 g Herbata z cytryną 200 ml	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Pieczywo pszenne , 1 szt., Chleb razowy 50g 2 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% (MLE) Dżem owocowy 25 g Szyńka z indyka (50g) Sałata mix 20 g Marchewka 25 g Rzepa biała 25 g Herbata z cytryną 200 ml	Chleb razowy 3 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% (MLE) Serek topiony 10 g (MLE) Szyńka z indyka (50g) Sałata mix 20 g Marchewka 25 g Rzepa biała 25 g Herbata z cytryną 200 ml
OBIAD	Rosół z makaronem 300 ml (SEL,GLU,PSZE) Kotlety rybne (P) 100 g (RYB,JAJ,GLU,PSZE) Ziemniaki 250 g (G) Surówka z kapusty kiszzonej 150 g	Rosół z makaronem 300 ml (SEL) Kotlety rybne (P) 100 g (RYB,JAJ,GLU,PSZE) Ziemniaki 250 g (G) Surówka z marchewki 150 g	Rosół z makaronem 300 ml (SEL,GLU,PSZE) Kotlety rybne (P) 100 g (RYB,JAJ,GLU,PSZE) Ziemniaki 250 g (G) Surówka z kapusty kiszzonej 150 g
KOLACJA	Pieczywo mieszane pszenne 1 szt. - razowe 2 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% 10 g (MLE) Szyńkowa wieprzowa 50g Sałata mix 30 g	Pieczywo mieszane pszenne 1 szt. - razowe 2 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% 10 g (MLE) Szyńkowa wieprzowa 50 g Sałata mix 30 g Herbata z cytryną 250 ml	Pieczywo razowe 3 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% 10 g (MLE) Szyńkowa wieprzowa 50 g Sałata mix 30 g Herbata z cytryną 250 ml

	Herbata z cytryną 250 ml		
II KOLACJA	Jogurt naturalny 100 ml (MLE)		
Podsumowanie dnia:	I	II	III
	Wartość energetyczna (kcal) 1916.3, białko ogółem (g) 72.5, tłuszcz ogółem (g) 71.3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33.8, węglowodany ogółem (g) 230, w tym cukry proste (g) 34.3, błonnik pokarmowy (g) 25.7, sód (mg) 1664.1	Wartość energetyczna (kcal) 1846.5, białko ogółem (g) 77.6, tłuszcz ogółem (g) 67, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30.2, węglowodany ogółem (g) 248.5, w tym cukry proste (g) 42.9, błonnik pokarmowy (g) 24.5 sód (mg) 1821.8	Wartość energetyczna (kcal) 1963.3, białko ogółem (g) 78.8, tłuszcz ogółem (g) 78.3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35.8, węglowodany ogółem (g) 221.3, w tym cukry proste (g) 27.4, błonnik pokarmowy (g) 24.7 sód (mg) 2440.6

Wtorek 18.08.2026			
	Dieta ogólna I	Dieta łatwostrawna II	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów III
ŚNIADANIE	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Pieczywo mieszane pszenne 1 sz Pieczywo razowe 2 szt.(GLU,PSZ), Masło 82% 10 g (MLE) Polędwica koperkowa 50 g Dżem owocowy 25 g Sałata mix 25 g Pomidor 70 g Słonecznik 5 g Herbata 250 ml	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Pieczywo mieszane pszenne 1 sz Pieczywo razowe 2 szt.(GLU,PSZ), Masło 82% 10 g (MLE) Polędwica koperkowa 50 g Dżem owocowy 25 g Sałata mix 25 g Pomidor 70 g Słonecznik 5 g Herbata 250 ml	Pieczywo razowe 3 szt.(GLU,PSZ), Masło 82% 10 g (MLE) Ser topiony 10 g (MLE) Polędwica koperkowa 50 g Dżem owocowy 25 g Sałata mix 25 g Pomidor 70 g Słonecznik 5 g Herbata 250 ml
OBIAD	Zupa jarzynowa zabieleną 300 ml (SEL,MLE) Kotlet mielony 100 g (P) (GLU,PSZE,JAJ) Ziemniaki puree 250 g (G) Surówka z warzyw sezonowych 150 g (SEL)	Zupa koperkowa 300 ml (SEL) Kotlet mielony z pieca 100 g (P) (GLU,PSZE,JAJ) Ziemniaki puree 250 g (G) Buraczki 150 g	Zupa jarzynowa zabieleną 300 ml (SEL,MLE) Kotlet mielony 100 g (P) (GLU,PSZE,JAJ) Ziemniaki puree 250 g (G) Surówka z warzyw sezonowych 150 g (SEL)
KOLACJA	Chleb mieszany pszenny 1 szt– razowy 2 szt. (GLU, PSZE) Masło 82% 10 g (MLE) Szynkowa wieprzowa 50 g Sałata mix 30 g Herbata 200 ml	Chleb mieszany pszenny 1 szt– razowy 2 szt. (GLU, PSZE) Masło 82% 10 g (MLE) Szynkowa wieprzowa 50 g Sałata mix 30 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 3 szt. (GLU, PSZE) Masło 82% 10 g (MLE) Szynkowa wieprzowa 50 g Sałata mix 30 g Herbata 200 ml
II KOLACJA	Jogurt naturalny 100 ml (MLE)		

Podsumowanie dnia:	I	II	III
	Wartość energetyczna (kcal) 1916 białko ogółem (g) 70, tłuszcz ogółem (g) 86,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35,2, węglowodany ogółem (g) 223, w	Wartość energetyczna (kcal) 1907.7, białko ogółem (g) 69,5, tłuszcz ogółem (g) 65.7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35,4, węglowodany	Wartość energetyczna (kcal) 2028.4, białko ogółem (g) 78.4, tłuszcz ogółem (g) 58,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35.5, węglowodany

	tym cukry proste (g) 40,7, błonnik pokarmowy (g) 25,1,	ogółem (g) 242.63, w tym cukry proste (g) 39,4, błonnik pokarmowy (g) 23,1, sól (mg) 1961.56	ogółem (g) 257.92, w tym cukry proste (g) 34.11, błonnik pokarmowy (g) 25.81, sól (mg) 2003,01
--	--	--	--

Środa 19.08.2026			
	Dieta ogólna I	Dieta łatwostrawna II	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów III
ŚNIADANIE	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Pieczywo mieszane pszenne 1 szt. - razowe 2 szt. Masło 82% 10 g (MLE) Ser żółty (40g) (MLE) Pasta jajeczna z rybą wędzoną (50g) (RYB, JAJ) Sałata mix 25 g Ogórek kiszony 35 g Słonecznik 5 g Herbata 250 ml	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Pieczywo mieszane pszenne 1 szt - razowe 2 szt. Masło 82% 10 g (MLE) Ser żółty (40g) (MLE) Pasta jajeczna z rybą wędzoną (50g) (RYB, JAJ) Sałata mix 25 g Ogórek kiszony 35 g Słonecznik 5 g Herbata 250 ml	Pieczywo razowe 3 szt. Masło 82% 10 g (MLE) Ser żółty (40g) (MLE) Pasta jajeczna z rybą wędzoną (50g) (RYB, JAJ) Sałata mix 25 g Ogórek kiszony 35 g Słonecznik 5 g Herbata 250 ml
OBIAD	Zupa ryżowa 300 ml (SEL) Pulpety w sosie śmietanowym 100 g (JAJ, SEL, GLU, PSZE, MLE)(G) Kasza jęczmienna 250 g (G) (GLU, PSZE) Surówka z olejem lnianym 150 g	Zupa ryżowa 300 ml (SEL) Pulpety w sosie śmietanowym 100 g (JAJ, SEL, GLU, PSZE, MLE)(G) Ziemniaki 250 g (G) Marchewka na maśle klarowanym 200 g (MLE)	Zupa ryżowa 300 ml (SEL) Pulpety w sosie śmietanowym 100 g (JAJ, SEL, GLU, PSZE, MLE)(G) Kasza jęczmienna 250 g (G)(GLU, PSZE) Surówka z olejem lnianym 150 g
KOLACJA	Chleb mieszany pszenny 1 szt – razowy 2 szt. (GLU, PSZE) Masło 82% 10 g (MLE) Paszтет wieprzowy (70g), Ogórek kiszony 35 g Sałata mix 30 g Herbata 200 ml	Chleb mieszany pszenny 1 szt – razowy 2 szt. (GLU, PSZE) Masło 82% 10 g (MLE) Paszтет wieprzowy (70g), Ogórek kiszony 35 g Sałata mix 30 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 3 szt. (GLU, PSZE) Masło 82% 10 g (MLE) Paszтет wieprzowy (70g), Ogórek kiszony 35 g Sałata mix 30 g Herbata 200 ml
II KOLACJA	Jogurt owocowy 100 ml (MLE)		Jogurt naturalny 100 ml (MLE)

Podsumowanie dnia:	I	II	III
	Wartość energetyczna (kcal) 1939, białko ogółem (g) 80,1, tłuszcz ogółem (g) 68,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,5, węglowodany ogółem (g) 258,2, w tym cukry proste (g) 45,1, błonnik pokarmowy (g) 26,9, sól (mg) 1899,9	Wartość energetyczna (kcal) 1932,5, białko ogółem (g) 70,9, tłuszcz ogółem (g) 58,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,5, węglowodany ogółem (g) 241,4, w tym cukry proste (g) 47,1, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sól (mg) 1601,6	Wartość energetyczna (kcal) 2087, 1 białko ogółem (g) 87,2, tłuszcz ogółem (g) 56,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32, węglowodany ogółem (g) 247,6, w tym cukry proste (g) 31,8, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sól (mg) 2085.55

Czwartek 20.08.2026

	Dieta ogólna I	Dieta łatwostrawna II	Dieta z ograniczoną ilością łatwo przyswajalnych węglowodanów III
ŚNIADANIE	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Pieczywo mieszane pszenne 1 szt. Pieczywo razowe 2 szt.(GLU,PSZ), Masło 82% 10 g (MLE) Twarożek śmietankowy 35 g (MLE) Czarnuszka 5 g Polędwica z warzywami 50 g Sałata mix 25 g Rzepa biała 25 g Kawa zbożowa 250 ml	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Pieczywo mieszane pszenne 1 szt. Pieczywo razowe 2 szt.(GLU,PSZ), Masło 82% 10 g (MLE) Twarożek śmietankowy 35 g (MLE) Czarnuszka 5 g Polędwica z warzywami 50 g Sałata mix 25 g Rzepa biała 25 g Kawa zbożowa 250 ml	Pieczywo razowe 3 szt.(GLU,PSZ), Masło 82% 10 g (MLE) Twarożek śmietankowy 35 g (MLE) Czarnuszka 5 g Polędwica z warzywami 50 g Sałata mix 25 g Rzepa biała 25 g Kawa zbożowa 250 ml
OBIAD	Zupa kalafiorowa 300 ml (SEL), Makaron z sosem bolońskim (GLU,PSZE,SEL) 250 g (G)	Zupa koperkowa 300 ml (SEL), Potrawka z mięsa wieprzowego z warzywami 150 g (D) Makaron pszenny 250 g (G) (GLU,PSZE)	Zupa kalafiorowa 300 ml (SEL), Makaron z sosem bolońskim (GLU,PSZE,SEL) 250 g (G)
KOLACJA	Chleb mieszany pszenny 1 szt.– razowy 2 szt. (GLU, PSZE) Masło 82% 10 g (MLE) Szynka konserwowa 50 g Rzepa biała 25 g Sałata mix 25 g Herbata z cytryną 200 ml	Chleb mieszany pszenny 1 szt.– razowy 2 szt.(GLU, PSZE) Masło 82% 10 g (MLE) Szynka konserwowa 50 g Rzepa biała 25 g Sałata mix 25 g Herbata z cytryną 200 ml	Chleb razowy 3 szt. (GLU, PSZE) Masło 82% 10 g (MLE) Szynka konserwowa 50 g Rzepa biała 25 g Sałata 25 g Herbata z cytryną 200 ml
II KOLACJA	Jogurt naturalny 100 g (MLE)		

Podsumowanie dnia:	I	II	III
	Wartość energetyczna (kcal) 2055 białko ogółem (g) 71,5, tłuszcz ogółem (g) 56,2 ,w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 36,4 węglowodany ogółem (g) 258.7, w tym cukry proste (g) 35,0, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sól (mg) 2197,1	Wartość energetyczna (kcal) 2055 białko ogółem (g) 71,5, tłuszcz ogółem (g) 56,2 ,w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 36,4 węglowodany ogółem (g) 258.7, w tym cukry proste (g) 35,0, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sól (mg) 2197,1	Wartość energetyczna (kcal) 2016,5, białko ogółem (g) 66,9, tłuszcz ogółem (g) 61,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 34,9 węglowodany ogółem (g) 233.37, w tym cukry proste (g) 28,6, błonnik pokarmowy (g) 25.63, sól (mg) 2160,7

Piątek 21.08.2026

	Dieta ogólna I	Dieta łatwostrawna II	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów III
ŚNIADANIE	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Pieczywo mieszane pszenne 1 szt. Pieczywo razowe 2 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Miód 25 g Sałata mix 25 g Pomidor 35 g Cebulka 5 g Kawa zbożowa 200 ml	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Pieczywo mieszane pszenne 1 szt. Pieczywo razowe 2 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Miód 25 g Sałata mix 25 g Pomidor 35 g Kawa zbożowa 200 ml	Pieczywo razowe 3 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Ser topiony 10 g (MLE) Miód 25 g Sałata mix 25 g Pomidor 35 g Cebulka 5 g Kawa zbożowa 200 ml
OBIAD	Zupa grysikowa (SEL,GLU,PSZE) 300 ml Jajko w sosie chrzanowym 1 szt. (JAJ,GLU,PSZE,MLE)(G) Ziemniaki puree 250 g (G) Surówka z marchewki i jabłka 150 g	Zupa grysikowa (SEL,GLU,PSZE) 300 ml Jajko w sosie koperkowym 1 szt. (JAJ,GLU,PSZE,MLE)(G) Ziemniaki puree 250 g (G) Surówka z marchewki i jabłka 150 g	Zupa grysikowa (SEL,GLU,PSZE) 300 ml Jajko w sosie chrzanowym 1 szt. (JAJ,GLU,PSZE,MLE)(G) Ziemniaki puree 250 g (G) Surówka z marchewki i jabłka 150 g
KOLACJA	Chleb mieszany pszenno – żytni 3 szt. (GLU, PSZE) Masło 82% 10 g (MLE) Pasta z buraka i ciecierzycy 70 g Ogórek zielony 35 g Sałata 30 g Herbata z cytryną 200 ml	Chleb mieszany pszenno – żytni 3 szt. (GLU, PSZE) Masło 82% 10 g (MLE) Pasta z buraka i ciecierzycy 70 g Ogórek zielony 35 g Sałata 30 g Herbata z cytryną 200 ml	Chleb żytni 3 szt. (GLU, PSZE) Masło 82% 10 g (MLE) Pasta z buraka i ciecierzycy 70 g Ogórek zielony 35 g Sałata 30 g Herbata z cytryną 200 ml
II KOLACJA	Kefir 100 ml (MLE)		

Podsumowanie dnia:	I	II	III
	Wartość energetyczna (kcal) 1915,5, białko ogółem (g) 83,2, tłuszcz ogółem (g) 72,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,9, węglowodany ogółem (g) 227,8, w tym cukry proste (g) 36, błonnik pokarmowy (g) 24,6, sól (mg) 2084,4	Wartość energetyczna (kcal) 1849,5, białko ogółem (g) 74,9, tłuszcz ogółem (g) 64,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,5, węglowodany ogółem (g) 263,8, w tym cukry proste (g) 44,3, błonnik pokarmowy (g) 23,7, sól (mg) 2181,5	Wartość energetyczna (kcal) 1980.5, białko ogółem (g) 89,1, tłuszcz ogółem (g) 61,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 36,7, węglowodany ogółem (g) 233,1, w tym cukry proste (g) 23,1, błonnik pokarmowy (g) 23,1 , sól (mg) 2179,6

Sobota 22.08.2026

	Dieta ogólna I	Dieta łatwostrawna II	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów III
ŚNIADANIE	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Chleb pszenny , 1 szt., Chleb razowy 50g 2 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Dżem owocowy 25 g Sałata lodowa 15 g Seler naciowy 45 g (SEL) Ogórek zielony 30 g Herbata z cytryną 200 ml	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Chleb pszenny , 1 szt., Chleb razowy 50g 2 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Dżem owocowy 25 g Sałata lodowa 15 g Seler naciowy 45 g (SEL) Ogórek zielony 30 g Herbata z cytryną 200 ml	Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE) Chleb pszenny , 1 szt., Chleb razowy 50g 2 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% 10 g (MLE) Ser żółty 70 g (MLE) Guacamolle 25 g Sałata lodowa 15 g Seler naciowy 45 g (SEL) Ogórek zielony 30 g Herbata z cytryną 200 ml
OBIAD	Zupa fasolowa (SEL, GLU, PSZE) Duszony kurczak w sosie słodko – kwaśnym z warzywami 250 g (D) (SEL,GLU,PSZE) Ryż 250 g (G)	Zupa koperkowa (SEL, GLU, PSZE) Duszony kurczak w sosie słodko – kwaśnym z warzywami 250 g (D) (SEL,GLU,PSZE) Ryż 250 g (G)	Zupa fasolowa (SEL, GLU, PSZE) Duszony kurczak w sosie słodko – kwaśnym z warzywami 250 g (D) (SEL,GLU,PSZE) Ryż 250 g (G)
KOLACJA	Pieczywo mieszane pszenne 1 szt, - razowe 2 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% 10 g (MLE) Twaróg śmietankowy 70 g (MLE) Sałata mix 30 g Ogórek zielony 25 g Herbata 200 ml	Pieczywo mieszane pszenne 1 szt, - razowe 2 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% 10 g (MLE) Twaróg śmietankowy 70 g (MLE) Sałata mix 30 g Ogórek zielony 25 g Herbata 200 ml	Pieczywo razowe 3 szt. (GLU,PSZ), Masło 82% 10 g (MLE) Twaróg śmietankowy 70 g (MLE) Sałata mix 30 g Ogórek zielony 25 g Herbata 200 ml
II KOLACJA	Jogurt owocowy 100 g (MLE)		Jogurt naturalny 100 g (MLE)

Podsumowanie dnia:	I	II	III
	Wartość energetyczna (kcal) 2056,5, białko ogółem (g) 66,8, tłuszcz ogółem (g) 66,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 34,4, węglowodany ogółem (g) 236,2, w tym cukry proste (g) 45,6, błonnik pokarmowy (g) 25,6, sól (mg) 1522,3	Wartość energetyczna (kcal) 2080, białko ogółem (g) 70,2, tłuszcz ogółem (g) 65,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 38,9, węglowodany ogółem (g) 243,5, w tym cukry proste (g) 45,3, błonnik pokarmowy (g) 23,8, sól (mg) 1499,7	Wartość energetyczna (kcal) 2122,3, białko ogółem (g) 71, tłuszcz ogółem (g) 61,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,8, węglowodany ogółem (g) 238,37, w tym cukry proste (g) 28,7, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sól (mg) 2060,8

1. Sposoby obróbki termicznej potraw:

S – smażenie

D – duszenie

G – gotowanie

P – pieczenie

2. Oznaczenia alergenów :

GLU PSZ – zboża zawierające gluten, pszenicę

SKO – skorupiaki

JAJ – jaja i pochodne

OZI – orzeszki ziemne i pochodne

RYB – Ryby i pochodne

SOJ – Soja i pochodne

MLE – Mleko i pochodne z laktozą

ORZ – orzechy włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały

SEL – seler i pochodne

GOR – Gorczyca i produkty pochodne

SEZ – Nasiona sezamu i pochodne

SO2 – Dwutlenek siarki/ siarczyny

ŁUB – łubin i produkty pochodne

MCK – Mięczaki i produkty pochodne

MLE b/lak – Produkty bez laktozy

3. Zastrzega się prawo do zmiany w jadłospisie.