Jadłospis: **Dieta podstawowa (D01)** (2026-11-04 - 2026-11-13)

	środa 2026-11-04	czwartek 2026-11-05	piątek 2026-11-06	sobota 2026-11-07	niedziela 2026-11-08	poniedziałek 2026-11-09	wtorek 2026-11-10
Śniadanie	**Kaszka manna na mleku** 300g (01, 07) **Jaja** kurze całe, gotowane 55g (03) Blok szynkowy 30g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Makaron na mleku** 300g (01, 03, 07) Szynka gotowana 50g **Ser** topiony Edamski 30g (07) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Zacierka na mleku** 300g (01, 03, 07) Serek kanapkowy naturalny 150g (07) Blok drobiowy 30g (01, 06, 09, 10) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Ryż na mleku** 300g (07) Serek homogenizowany owocowy 100g (07) Polędwica sopocka 30g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Serdelka na gorąco 80g (01) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) Pomidor 50g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) **Kawa zbożowa z mlekiem, napar bez cukru** 250g (01, 07)	**Płatki owsiane na mleku** 300g (01, 07) **Pasta z jaj** 50g (03) Blok drobiowy 30g (01, 06, 09, 10) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Makaron na mleku** 300g (01, 03, 07) Serek grani naturalny 150g (07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Obiad	**Zupa ziemniaczana z zacierką** 300g (01, 03, 07, 09) **Ćwiartki drobiowe duszone w marchewce** 340g (09) **Ryż biały gotowany na sypko** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Krupnik** 300g (01, 09) **Bigos** 200g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa flakowa** 300g (01, 07, 09) **Ryż na gęsto na mleku z musem jabłkowym** 350g (07) **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana z koperkiem** 300g (01, 07, 09) **Gulasz wieprzowy duszony w jarzynach** 290g (01, 09) **Kasza jęczmienna gotowana na sypko** 250g (01) **Napar herbaciany** 250g	**Zupa pomidorowa z makaronem** 300g (01, 03, 07, 09) **Kotlet drobiowy smażony** 100g (01, 03) **Surówka z białej kapusty i pora** 100g (10, 12) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa jarzynowa** 300g (01, 07, 09) **Makaron ze szpinakiem i pulpetem drobiowym w sosie śmietanowym** 450g (01, 03, 07, 09) **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana z pietruszką** 300g (01, 07, 09) **Potrawka z kurczaka** 190g (01, 07, 09) **Marchewka z groszkiem oprószana** 100g (01) **Ryż biały gotowany na sypko** 250g **Napar herbaciany** 250g
Kolacja	**Sałatka jarzynowa** 100g (03, 09, 10, 12) Kiełbasa szynkowa 30g (01) **Masło** ekstra 17g (07) Sałata 20g Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Pasztet pieczony** 50g (01, 03) Twaróg krajanka 30g (07) **Sałatka śródziemnomorska z sosem winegret** 50g (07) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Pasta z makreli klasyczna** 50g (04) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka z sałaty i szpinaku z sosem winegret** 25g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Ser mozzarella 50g (07) Blok szynkowy 30g **Sałatka z sałaty, sałaty mix i roszponki z sosem winegret** 25g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Szynka gotowana 50g Twaróg krajanka 30g (07) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Pasta z kurczaka** 50g (09) **Ser** żółty Gouda 30g (07) **Sałatka z sałaty i koperku z sosem winegret** 25g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Parówka delikatesowa z szynki na gorąco 70g (01) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka norweska z rybą i sosem winegret** 50g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Przekąska wieczorna	**Budyń** 150g (01, 07)	Jabłko 90g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)	**Kisiel z jabłkiem** 150g	Pomarańcza 100g	**Jogurt** owocowy (różne smaki) 150g (07)	**Dynia pieczona** 100g
Suma	E [kcal]: **2248.83**, B [g]: **93.3**, T [g]: **65**, W [g]: **291.63**, Błonnik [g]: **23.84**, Cukier [g]: **48.31**, Sód [mg]: **2017.45**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.71**	E [kcal]: **1929.46**, B [g]: **78.66**, T [g]: **70**, W [g]: **251.26**, Błonnik [g]: **23.54**, Cukier [g]: **37.09**, Sód [mg]: **936.12**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.76**	E [kcal]: **2023.02**, B [g]: **79.72**, T [g]: **71.28**, W [g]: **256.31**, Błonnik [g]: **25.01**, Cukier [g]: **41.24**, Sód [mg]: **1503.56**, Kwasy tł. nas. [g]: **32.09**	E [kcal]: **2226.06**, B [g]: **87.32**, T [g]: **69.62**, W [g]: **290.95**, Błonnik [g]: **23.77**, Cukier [g]: **48.09**, Sód [mg]: **1535.89**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.06**	E [kcal]: **1944.22**, B [g]: **79.33**, T [g]: **68.46**, W [g]: **211.92**, Błonnik [g]: **24.78**, Cukier [g]: **31.81**, Sód [mg]: **1216.81**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.26**	E [kcal]: **1971.85**, B [g]: **92.34**, T [g]: **70.68**, W [g]: **254.99**, Błonnik [g]: **23.49**, Cukier [g]: **41.89**, Sód [mg]: **1732.85**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.13**	E [kcal]: **2278.95**, B [g]: **99.11**, T [g]: **69.97**, W [g]: **275.61**, Błonnik [g]: **24.45**, Cukier [g]: **31.73**, Sód [mg]: **2100.19**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.18**

Legenda alergenów: 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

Jadłospis: **Dieta podstawowa (D01)** (2026-11-04 - 2026-11-13)

	środa 2026-11-11	czwartek 2026-11-12	piątek 2026-11-13
Śniadanie	Serdelka na gorąco 80g (01) Ser kremowy ,,zegarki" 18g (07) Rzodkiewka 50g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) **Herbata z cytryną** 250g	**Zacierka na mleku** 300g (01, 03, 07) Serek homogenizowany owocowy 100g (07) Polędwica sopocka 30g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Kaszka manna na mleku** 300g (01, 07) **Pasta twarogowa z koperkiem** 50g (07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Obiad	**Rosół z makaronem** 300g (01, 03, 09) **Kotlet mielony** 90g (01, 03) **Sałatka z buraczków** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa grysikowa** 300g (01, 09) **Fasolka po betońsku** 200g (01) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa sojowa** 300g (01,06, 09) **Ryba w cieście smażona** 100g (01, 03) **Surówka z kiszonej kapusty** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g
Kolacja	**Sałatka jarzynowa** 100g (03, 09, 10, 12) Kiełbasa krakowska 30g (01, 06, 07, 09, 10) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Ser typu włoskiego Capreggio 50g (07) Blok szynkowy 30g **Sałatka śródziemnomorska z sosem winegret** 50g (07) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Parówka delikatesowa z szynki na gorąco 70g (01) **Ser** topiony Edamski 30g (07) **Sałatka z sałaty, sałaty mix i szpinaku z sosem winegret** 25g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Przekąska wieczorna	**Galaretka owocowa** 150g	**Jabłko 90g**	**Budyń** 150g (01, 07)
Suma	E [kcal]: **2047.89**, B [g]: **68.68**, T [g]: **70.25**, W [g]: **226.29**, Błonnik [g]: **24.33**, Cukier [g]: **41.22**, Sód [mg]: **1164.2**, Kwasy tł. nas. [g]: **27.12**	E [kcal]: **2172.04**, B [g]: **90.21**, T [g]: **69.38**, W [g]: **260.58**, Błonnik [g]: **24.28**, Cukier [g]: **44.27**, Sód [mg]: **1447.46**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.35**	E [kcal]: **2274.32**, B [g]: **86.26**, T [g]: **67**, W [g]: **273.82**, Błonnik [g]: **24.26**, Cukier [g]: **46.74**, Sód [mg]: **1363.73**, Kwasy tł. nas. [g]: **31.49**

Legenda alergenów: 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

Jadłospis: **Dieta łatwostrawna (D02)** (2026-11-04 - 2026-11-13)

	środa 2026-11-04	czwartek 2026-11-05	piątek 2026-11-06	sobota 2026-11-07	niedziela 2026-11-08	poniedziałek 2026-11-09	wtorek 2026-11-10
Śniadanie	**Kaszka manna na mleku** 300g (01, 07) **Jaja** kurze całe, gotowane 55g (03) Blok szynkowy 30g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Makaron na mleku** 300g (01, 03, 07) Szynka gotowana 50g **Ser** topiony Edamski 30g (07) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Zacierka na mleku** 300g (01, 03, 07) Serek kanapkowy naturalny 150g (07) Blok drobiowy 30g (01, 06, 09, 10) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Ryż na mleku** 300g (07) Serek homogenizowany owocowy 100g (07) Polędwica sopocka 30g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Serdelka na gorąco 80g (01) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) Pomidor 50g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa z mlekiem, napar bez cukru** 250g (01, 07)	**Płatki owsiane na mleku** 300g (01, 07) **Pasta z jaj** 50g (03) Blok drobiowy 30g (01, 06, 09, 10) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Makaron na mleku** 300g (01, 03, 07) Serek grani naturalny 150g (07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Obiad	**Zupa ziemniaczana z zacierką** 300g (01, 03, 07, 09) **Ćwiartki drobiowe duszone w marchewce** 340g (09) **Ryż biały gotowany na sypko** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Krupnik** 300g (01, 09) **Gulasz duszony ze schabu** 180g (01) **Szpinak oprószany** 100g (01, 07) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa marchwiowa** 300g (01, 07, 09) **Ryż na gęsto na mleku z musem jabłkowym** 350g (07) **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana z koperkiem** 300g (01, 07, 09) **Gulasz wieprzowy duszony w jarzynach** 290g (01, 09) **Kasza jęczmienna gotowana na sypko** 250g (01) **Napar herbaciany** 250g	**Zupa pomidorowa z makaronem** 300g (01, 03, 07, 09) **Filet drobiowy duszony w sosie własnym** 180g (01) **Marchewka z brokułem oprószane** 100g (01) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa jarzynowa (D02,D03)** 300g (01, 07, 09) **Makaron ze szpinakiem i pulpetem drobiowym w sosie śmietanowym** 450g (01, 03, 07, 09) **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana z pietruszką** 300g (01, 07, 09) **Potrawka z kurczaka** 190g (01, 07, 09) **Ryż biały gotowany na sypko** 250g **Marchew z groszkiem oprószana** 100g (01) **Napar herbaciany** 250g
Kolacja	**Sałatka jarzynowa** 100g (03, 09, 10, 12) Kiełbasa szynkowa 30g (01) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Pasztet pieczony** 50g (01, 03, 07) Twaróg krajanka 30g (07) **Sałatka śródziemnomorska z sosem winegret** 50g (07) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Kurczak w galarecie** 150g (09) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka z sałaty i szpinaku z sosem winegret** 25g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Ser mozzarella 50g (07) Blok szynkowy 30g **Sałatka z sałaty, sałaty mix i roszponki z sosem winegret** 25g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Szynka gotowana 50g Twaróg krajanka 30g (07) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Pasta z kurczaka** 50g (09) **Ser** żółty Gouda 30g (07) **Sałatka z sałaty i koperku z sosem winegret** 25g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Parówka delikatesowa z szynki na gorąco 70g (01) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka norweska z rybą i sosem winegret** 50g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Przekąska wieczorna	**Budyń** 150g (01, 07)	Jabłko 90g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)	**Kisiel z jabłkiem** 150g	Pomarańcza 100g	**Jogurt** owocowy (różne smaki) 150g (07)	**Dynia pieczona** 100g
Suma	E [kcal]: **2256.85**, B [g]: **93.19**, T [g]: **70.78**, W [g]: **289.16**, Błonnik [g]: **22.19**, Cukier [g]: **47.84**, Sód [mg]: **1984.48**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.86**	E [kcal]: **2033.1**, B [g]: **85.87**, T [g]: **66.09**, W [g]: **253.87**, Błonnik [g]: **24.98**, Cukier [g]: **31.26**, Sód [mg]: **856.81**, Kwasy tł. nas. [g]: **27.52**	E [kcal]: **2019.85**, B [g]: **92.62**, T [g]: **70.5**, W [g]: **251.18**, Błonnik [g]: **25.3**, Cukier [g]: **43.17**, Sód [mg]: **1936.96**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.93**	E [kcal]: **2207.35**, B [g]: **86.85**, T [g]: **65.31**, W [g]: **286.91**, Błonnik [g]: **22.55**, Cukier [g]: **46.64**, Sód [mg]: **1562.39**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.03**	E [kcal]: **1896.91**, B [g]: **82.38**, T [g]: **68.84**, W [g]: **203.69**, Błonnik [g]: **24.4**, Cukier [g]: **26.96**, Sód [mg]: **1308.41**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.17**	E [kcal]: **1964.27**, B [g]: **91.84**, T [g]: **70.47**, W [g]: **253.51**, Błonnik [g]: **25.03**, Cukier [g]: **41.04**, Sód [mg]: **1768.17**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.14**	E [kcal]: **2270.7**, B [g]: **98.69**, T [g]: **69.57**, W [g]: **274.26**, Błonnik [g]: **23.91**, Cukier [g]: **32.94**, Sód [mg]: **2198.03**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.12**

Legenda alergenów: 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

	środa 2026-11-11	czwartek 2026-11-12	piątek 2026-11-13
Śniadanie	Serdelka na gorąco 80g (01) Ser kremowy ,,zegarki" 18g (07) Pomidor 50g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Herbata z cytryną** 250g	**Zacierka na mleku** 300g (01, 03, 07) Serek homogenizowany owocowy 100g (07) Polędwica sopocka 30g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Kaszka manna na mleku** 300g (01, 07) **Pasta twarogowa z koperkiem** 50g (07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Obiad	**Rosół z makaronem** 300g (01, 03, 09) **Klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie własnym** 180g (01, 03) **Sałatka z buraczków** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa grysikowa** 300g (01, 09) **Schab duszony w sosie własnym** 180g (01) **Sałata z jogurtem** 100g (07) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ryżowa** 300g (09) **Kotlety z ryby parowane** 90g (01, 03, 09) **Sos pietruszkowy** 100g (01, 07, 09) **Surówka z marchewki i jabłka** 100g (07) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g
Kolacja	**Sałatka jarzynowa** 100g (03, 09, 10, 12) Kiełbasa krakowska 30g (01, 06, 07, 09, 10) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Ser typu włoskiego Capreggio 50g (07) Blok szynkowy 30g **Sałatka śródziemnomorska z sosem winegret** 50g (07) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Parówka delikatesowa z szynki na gorąco 70g (01) **Ser** topiony Edamski 30g (07) **Sałatka z sałaty, sałaty mix i szpinaku z sosem winegret** 25g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Przekąska wieczorna	**Galaretka owocowa** 150g	**Jabłko 90g**	**Budyń** 150g (01, 07)
Suma	E [kcal]: **2089.42**, B [g]: **78.27**, T [g]: **68.75**, W [g]: **229.22**, Błonnik [g]: **24.29**, Cukier [g]: **41.1**, Sód [mg]: **1270.22**, Kwasy tł. nas. [g]: **27.51**	E [kcal]: **2090.31**, B [g]: **98.42**, T [g]: **71.32**, W [g]: **240.11**, Błonnik [g]: **24.51**, Cukier [g]: **44.37**, Sód [mg]: **1206.83**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.82**	E [kcal]: **2202.38**, B [g]: **84.49**, T [g]: **66.95**, W [g]: **257.92**, Błonnik [g]: **23.86**, Cukier [g]: **41.03**, Sód [mg]: **2092.85**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.43**

Legenda alergenów: 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

SZPITAL SPECJALISTYCZNY

Jadłospis: **Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)** (2026-11-04 - 2026-11-13)

	środa 2026-11-04	czwartek 2026-11-05	piątek 2026-11-06	sobota 2026-11-07	niedziela 2026-11-08	poniedziałek 2026-11-09	wtorek 2026-11-10
Śniadanie	**Kaszka manna na mleku** 300g (01, 07) Serek homogenizowany owocowy 100g (07) Blok szynkowy 30g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Makaron na mleku** 300g (01, 03, 07) Szynka gotowana 50g Miód pszczeli 25g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Zacierka na mleku** 300g (01, 03, 07) Serek kanapkowy naturalny 150g (07) Blok drobiowy 30g (01, 06, 09, 10) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Ryż na mleku** 300g (07) Serek homogenizowany owocowy 100g (07) Polędwica sopocka 30g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Serdelka na gorąco 80g (01) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) Pomidor 50g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa z mlekiem, napar bez cukru** 300g (01, 07)	**Płatki owsiane na mleku** 300g (01, 07) **Pasta z białek jaj** 50g (03) Blok drobiowy 30g (01, 06, 09, 10) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Makaron na mleku** 300g (01, 03, 07) Serek grani naturalny 150g (07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Obiad	**Zupa ziemniaczana z zacierką** 300g (01, 03, 07, 09) **Ćwiartka drobiowa gotowana w marchewce** 340g (07, 09) **Ryż biały gotowany na sypko** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Krupnik** 300g (01, 09) **Gulasz gotowany ze schabu** 180g (01, 07, 09) **Szpinak oprószany** 100g (01, 07) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa marchwiowa** 300g (01, 07, 09) **Ryż na gęsto na mleku z musem jabłkowym** 350g (07) **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana z koperkiem** 300g (01, 07, 09) **Gulasz wieprzowy gotowany w jarzynach** 290g (01, 07, 09) **Kasza jęczmienna gotowana na sypko** 250g (01) **Napar herbaciany** 250g	**Zupa makaronowa** 300g (01, 03, 09) **Filet drobiowy gotowany w sosie własnym** 180g (01, 07, 09) **Marchew oprószana** 100g (01) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa jarzynowa** 300g (01, 07, 09) **Makaron ze szpinakiem i pulpetem drobiowym w sosie śmietanowym** 450g (01, 03, 07, 09) **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana z pietruszką** 300g (01, 07, 09) **Potrawka z kurczaka** 180g (01, 07, 09) **Marchew oprószana** 100g (01) **Ryż biały gotowany na sypko** 250g **Napar herbaciany** 250g
Kolacja	**Sałatka jarzynowa z białkiem jaja** 100g (03, 09) Kiełbasa szynkowa 30g (01) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Twaróg krajanka 50g (07) Polędwica sopocka 30g **Sałatka śródziemnomorska z sosem winegret** 80g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Kurczak w galarecie** 150g (09) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka z sałaty i szpinaku z sosem winegret** 25g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Blok szynkowy 50g Dżem porcjowy 25g **Sałatka z sałaty,sałaty mix i roszponki z sosem winegret** 25g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Szynka gotowana 50g Twaróg krajanka 30g (07) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Pasta z kurczaka** 50g (09) Miód pszczeli 25g **Sałatka z sałaty i koperku z sosem winegret** 25g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Parówka delikatesowa z szynki na gorąco 70g (01) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka norweska z rybą i sosem winegret** 50g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Przekąska wieczorna	**Budyń** 150g (01, 07)	Jabłko 90g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)	**Kisiel z jabłkiem** 150g	Jabłko 90g	**Jogurt** owocowy (różne smaki) 150g (07)	**Dynia pieczona** 100g
Suma	E [kcal]: **2208.66**, B [g]: **93.81**, T [g]: **63.81**, W [g]: **285.26**, Błonnik [g]: **23.77**, Cukier [g]: **41**, Sód [mg]: **1910.24**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.63**	E [kcal]: **1962.18**, B [g]: **88.73**, T [g]: **63.55**, W [g]: **273.1**, Błonnik [g]: **24.96**, Cukier [g]: **33.13**, Sód [mg]: **525.81**, Kwasy tł. nas. [g]: **26.09**	E [kcal]: **2019.85**, B [g]: **92.62**, T [g]: **66.5**, W [g]: **251.18**, Błonnik [g]: **24.3**, Cukier [g]: **43.17**, Sód [mg]: **1936.96**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.93**	E [kcal]: **2050.53**, B [g]: **77.67**, T [g]: **57.25**, W [g]: **296.63**, Błonnik [g]: **23.77**, Cukier [g]: **47.33**, Sód [mg]: **1521.01**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.8**	E [kcal]: **1849.87**, B [g]: **82.51**, T [g]: **58.37**, W [g]: **203.88**, Błonnik [g]: **23.65**, Cukier [g]: **26.6**, Sód [mg]: **1530.73**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.19**	E [kcal]: **1909.46**, B [g]: **82.56**, T [g]: **59.46**, W [g]: **273.9**, Błonnik [g]: **24.94**, Cukier [g]: **41.49**, Sód [mg]: **1545.03**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.75**	E [kcal]: **2244.52**, B [g]: **96.93**, T [g]: **58.29**, W [g]: **272.24**, Błonnik [g]: **25.64**, Cukier [g]: **32.72**, Sód [mg]: **2138.3**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.71**

Legenda alergenów: 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne

Jadłospis: **Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)** (2026-11-04 - 2026-11-13)

	środa 2026-11-11	czwartek 2026-11-12	piątek 2026-11-13
Śniadanie	Serdelka na gorąco 80g (01) Twaróg krajanka 30g (07) **Masło** ekstra 17g (07) **Pomidor b/s** 50g Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Zacierka na mleku** 300g (01, 03, 07) Serek homogenizowany owocowy 100g (07) Polędwica sopocka 30g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Kaszka manna na mleku** 300g (01, 07) **Pasta twarogowa z koperkien** 50g (07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Obiad	**Zupa makaronowa** 300g (01, 03, 09) **Pulpety drobiowo- wieprzowe gotowane w sosie** 180g (01, 03, 07, 09) **Sałatka z buraczków** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa grysikowa** 300g (01, 09) **Schab gotowany w sosie śmietanowym** 180g (01, 07, 09) **Sałata z jogurtem** 100g (07) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ryżowa** 300g (09) **Pulpety z ryby gotowane w sosie** 180g (01, 03, 07, 09) **Marchew oprószana** 100g (01) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g
Kolacja	**Sałatka jarzynowa z białkiem jaja** 100g (03, 09) Blok drobiowy 30g (01, 06, 09, 10) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Ser typu włoskiego Capreggio 50g (07) Blok szynkowy 30g **Sałatka śródziemnomorska z sosem winegret (D05)** 50g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Parówka delikatesowa z szynki na gorąco 70g (01) Dżem porcjowy 25g **Sałatka z sałaty, sałaty mix i szpinaku z sosem winegret** 25g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Przekąska wieczorna	**Galaretka owocowa** 150g	**Jabłko 90g**	**Budyń** 150g (01, 07)
Suma	E [kcal]: **1918.88**, B [g]: **75.29**, T [g]: **66.8**, W [g]: **222.85**, Błonnik [g]: **23**, Cukier [g]: **36.59**, Sód [mg]: **1882.42**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.2**	E [kcal]: **1994.81**, B [g]: **96.5**, T [g]: **61.12**, W [g]: **241.08**, Błonnik [g]: **23.65**, Cukier [g]: **45.15**, Sód [mg]: **1549.85**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.65**	E [kcal]: **2127.33**, B [g]: **88.42**, T [g]: **59.47**, W [g]: **270.35**, Błonnik [g]: **21.96**, Cukier [g]: **47.13**, Sód [mg]: **1693.86**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.32**

Legenda alergenów: 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne

	środa 2026-11-04	czwartek 2026-11-05	piątek 2026-11-06	sobota 2026-11-07	niedziela 2026-11-08	poniedziałek 2026-11-09	wtorek 2026-11-10
Śniadanie	**Jaja** kurze całe, gotowane 55g (03) Blok szynkowy 30g Papryka czerwona 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g	Szynka gotowana 50g **Ser** topiony Edamski 30g (07) Rzodkiewka 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g	Serek kanapkowy naturalny 150g (07) Blok drobiowy 30g (01, 06, 09, 10) Pomidor 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g	**Skyr** naturalny, **jogurt** typu islandzkiego 150g (07) Polędwica sopocka 30g Ogórek świeży 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g	Serdelka na gorąco 80g (01) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) Pomidor 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g	**Pasta z jaj** 50g (03) Blok drobiowy 30g (01, 06, 09, 10) Rzodkiew, biała 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g	Serek grani naturalny 150g (07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) Papryka czerwona 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g
II Śniadanie	**Kanapka wiosenna z żółtym serem** 55g (01, 07)	**Kanapka wiosenna z kiełbasą szynkową** 55g (01)	**Kanapka wiosenna z twarogiem** 55g (01, 07)	**Kanapka wiosenna z szynką gotowaną** 55g (01)	**Kanapka wiosenna z jajkiem** 55g (01, 03, 07)	**Kanapka wiosenna z blokiem szynkowym** 55g (01)	**Kanapka wiosenna z blokiem drobiowym** 55g (01, 06, 09, 10)
Obiad	**Zupa ziemniaczana z zacierką** 300g (01, 03, 07, 09) **Ćwiartka drobiowa duszona** 140g **Marchewka z groszkiem z wody** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Krupnik** 300g (01, 09) **Schab duszony** 80g **Szpinak oprószany** 100g (01, 07) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa marchwiowa** 300g (01, 07, 09) **Kotlety z jaj parowane** 100g (01, 03) **Surówka z kiszonej kapusty** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana z koperkiem** 300g (01, 07, 09) **Kiełbaski rumuńskie** 90g (01, 03) **Surówka z jarzyn mieszanych** 100g (07, 09, 10, 12) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa pomidorowa z makaronem** 300g (01, 03, 07, 09) **Filet drobiowy duszony** 80g (01, 07) **Surówka z białej kapusty i pory** 100g (10, 12) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa jarzynowa** 300g (01, 07, 09) **Pulpet drobiowy** 80g (03, 09) **Surówka z marchewki i jabłka** 100g (07) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana z pietruszką** 300g (01, 07, 09) **Kurczak gotowany** 120g **Marchewka z groszkiem z wody** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g
Podwieczorek	**Kanapka wiosenna z serkiem** 45g (01, 07)	**Kanapka wiosenna z serkiem** 45g (01, 07)	**Kanapka wiosenna z serkiem** 45g (01, 07)	**Kanapka wiosenna z serkiem** 45g (01, 07)	**Kanapka wiosenna z serkiem** 45g (01, 07)	**Kanapka wiosenna z serkiem** 45g (01, 07)	**Kanapka wiosenna z serkiem** 45g (01, 07)
Kolacja	**Sałatka jarzynowa** 100g (03, 09, 10, 12) Kiełbasa szynkowa 30g (01) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g	**Pasztet pieczony** 50g (01, 03, 07) Twaróg krajanka 30g (07) **Sałatka śródziemnomorska z sosem winegret** 50g (07) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g	**Kurczak w galarecie** 150g (09) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka z sałaty i szpinaku z sosem winegret** 25g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g	Ser mozzarella 50g (07) Blok szynkowy 30g **Sałatka z sałaty, sałaty mix i roszponki z sosem winegret** 25g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g	Szynka gotowana 50g Twaróg krajanka 30g (07) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g	**Pasta z kurczaka** 50g (09) **Ser** żółty 30g (07) **Sałatka z sałaty i koperku z sosem winegret** 25g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g	Parówka delikatesowa z szynki na gorąco 80g (01) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka norweska z rybą i sosem winegret (D02,D05)** 50g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g
Przekąska wieczorna	**Budyń bez cukru** 150g (01, 07)	Jabłko 90g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)	**Kisiel z jabłkiem** 150g	Pomarańcza 100g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)	**Dynia pieczona** 100g
Suma	E [kcal]: **2110.64**, B [g]: **84.73**, T [g]: **66.64**, W [g]: **275.41**, Błonnik [g]: **30.92**, Cukier [g]: **34.43**, Sód [mg]: **1439.19**, Kwasy tł. nas. [g]: **32.71**	E [kcal]: **1875.79**, B [g]: **78.49**, T [g]: **69.86**, W [g]: **254.59**, Błonnik [g]: **29.07**, Cukier [g]: **22.42**, Sód [mg]: **1095.5**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.51**	E [kcal]: **2101.2**, B [g]: **98.2**, T [g]: **71.79**, W [g]: **257.17**, Błonnik [g]: **29.19**, Cukier [g]: **26.72**, Sód [mg]: **2127.29**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.22**	E [kcal]: **2135.44**, B [g]: **88.88**, T [g]: **69.38**, W [g]: **281.98**, Błonnik [g]: **28.29**, Cukier [g]: **43.77**, Sód [mg]: **1128.21**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.92**	E [kcal]: **2073.25**, B [g]: **82.03**, T [g]: **68.67**, W [g]: **251.78**, Błonnik [g]: **27.39**, Cukier [g]: **33.26**, Sód [mg]: **1060.23**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.84**	E [kcal]: **1899.09**, B [g]: **78.48**, T [g]: **66.71**, W [g]: **244.69**, Błonnik [g]: **27.84**, Cukier [g]: **24.81**, Sód [mg]: **1578.88**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.96**	E [kcal]: **2067**, B [g]: **92.24**, T [g]: **69.14**, W [g]: **251.56**, Błonnik [g]: **30.78**, Cukier [g]: **24.65**, Sód [mg]: **1368.26**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.44**

Legenda alergenów: 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktoza), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

	środa 2026-11-11	czwartek 2026-11-12	piątek 2026-11-13
Śniadanie	Serdelka na gorąco 80g (01) Ser kremowy ,,zegarki" 18g (07) Rzodkiewka 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g	**Skyr** naturalny, **jogurt** typu islandzkiego 150g (07) Polędwica sopocka 30g Ogórek świeży 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g	**Pasta twarogowa z koperkiem** 50g (07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) Papryka czerwona 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g
II Śniadanie	**Kanapka wiosenna z żółtym serem** 55g (01, 07)	**Kanapka wiosenna z kiełbasą szynkową** 55g (01)	**Kanapka wiosenna z szynką gotowaną** 55g (01)
Obiad	**Rosół z makaronem** 300g (01, 03, 09) **Kotlet mielony duszony** 80g (01, 03) **Sałatka z buraczków** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa grysikowa** 300g (01, 09) **Schab duszony** 80g **Sałata z jogurtem** 100g (07) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ryżowa** 300g (09) **Ryba smażona saute** 100g (01) **Surówka z kiszonej kapusty** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g
Podwieczorek	**Kanapka wiosenna z serkiem** 45g (01, 07)	**Kanapka wiosenna z serkiem** 45g (01, 07)	**Kanapka wiosenna z serkiem** 45g (01, 07)
Kolacja	**Sałatka jarzynowa** 100g (03, 09, 10, 12) Kiełbasa krakowska 30g (01, 06, 07, 09, 10) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g	Ser typu włoskiego Capreggio 50g (07) Blok szynkowy 30g **Sałatka śródziemnomorska z sosem winegret** 50g (07) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g	Parówka delikatesowa z szynki na gorąco 70g (01) **Ser** topiony Edamski 30g (07) **Sałatka z sałaty, sałaty mix i szpinaku z sosem winegret** 25g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g
Przekąska wieczorna	**Galaretka mleczna** 150g (07)	**Jabłko 90g**	**Budyń bez cukru** 150g (01, 07)
Suma	E [kcal]: **2322.39**, B [g]: **83.61**, T [g]: **70.83**, W [g]: **256.77**, Błonnik [g]: **29.22**, Cukier [g]: **29.99**, Sód [mg]: **1202.58**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.03**	E [kcal]: **1931**, B [g]: **100.5**, T [g]: **70.42**, W [g]: **238.36**, Błonnik [g]: **22.96**, Cukier [g]: **29.52**, Sód [mg]: **1512.5**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.98**	E [kcal]: **2260.52**, B [g]: **84.83**, T [g]: **67.39**, W [g]: **257.62**, Błonnik [g]: **25.9**, Cukier [g]: **29.94**, Sód [mg]: **1671.18**, Kwasy tł. nas. [g]: **27.93**

Legenda alergenów: 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktoza), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

Własność Szpitala Specjalistycznego im. Stanisława Staszica w Pile. Wszelkie prawa zastrzeżone.