Jadłospis: **Dieta podstawowa (D01)** (2026-11-14 - 2026-11-23)

	sobota 2026-11-14	niedziela 2026-11-15	poniedziałek 2026-11-16	wtorek 2026-11-17	środa 2026-11-18	czwartek 2026-11-19	piątek 2026-11-20
Śniadanie	**Ryż na mleku** 300g (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)	Serdelka na gorąco 80g (01) Twaróg krajanka z koperkiem 30g (07) Pomidor 50g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) **Kawa zbożowa z mlekiem, napar bez cukru** 250g (01, 07)	**Makaron na mleku** 300g (01, 03, 07) Serek grani naturalny 150g (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)	**Płatki owsiane na mleku** 300g (01, 07) Szynka gotowana 50g **Jaja** kurze całe, gotowane 30g (03) 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) Serek kanapkowy naturalny 150g (07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) Pomidor 50g **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) **Pasta twarogowa z koperkiem** 50g (07) 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) **Jaja** kurze całe, gotowane 55g (03) 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 ze szpinakiem** 300g (01, 07, 09) **Gulasz wieprzowy duszony w jarzynach** 290g (01, 09) **Kasza jęczmienna gotowana na sypko** 250g (01) **Napar herbaciany** 250g	**Rosół z makaronem** 300g (01, 03, 09) **Kotlet devolay smażony**100g (01, 03, 07) **Surówka z kapusty pekińskiej** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana z zacierką** 300g (01, 03, 07, 09) **Rissotto z mięsem i jarzynami** 350g (09) **Sos pomidorowy z ciecierzycą** 140g (01) **Napar herbaciany** 250g	**Zupa makaronowa** 300g (01, 03, 09) **Klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie własnym** 180g (01, 03) **Sałatka z buraczków z cebulą** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa dyniowa** 300g (01, 07, 09) **Ćwiartki drobiowe duszone w sosie własnym** 240g (01) **Fasolka szparagowa z wody** 100g **Ryż biały gotowany na sypko** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Żurek z maślanki z ryżem** 300g (01, 07, 09) **Kiełbasa po kanadyjsku** 180g (01) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa fasolowa** 300g (01, 09) **Ryż na gęsto na mleku z musem owocowym** 350g (07) **Napar herbaciany** 250g
Kolacja	Szynka gotowana 50g Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka włoska 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)	Blok szynkowy 50g **Ser** żółty 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 mięsa** 50g (09) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka z sałaty i natki pietruszki 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) **Ser** żółty 30g (07) **Sałatka norweska z rybą i sosem winegret** 50g (04) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 70g (01) Chleb razowy ,,SEZAM" 40g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Sałatka jarzynowa** 100g (03, 09, 10, 12) Blok drobiowy 30g (01, 06, 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)	**Pasztet pieczony** 50g (01, 03) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka włoska 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)	**Ryba w galarecie** 150g (04,09) Twaróg z koperkiem 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)
Przekąska wieczorna	Jabłko 90g	**Jogurt** owocowy (różne smaki) 150g (07)	**Kisiel z jabłkiem** 150g	Pomarańcza 100g	**Galaretka owocowa** 150g	Mandarynki 80g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)
Suma	E [kcal]: **2079.77**, B [g]: **85.84**, T [g]: **70.74**, W [g]: **263.94**, Błonnik [g]: **25.28**, Cukier [g]: **34.24**, Sód [mg]: **1802.62**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.35**	E [kcal]: **1989.23**, B [g]: **85.67**, T [g]: **69.24**, W [g]: **234.39**, Błonnik [g]: **24.15**, Cukier [g]: **32.25**, Sód [mg]: **1235.09**, Kwasy tł. nas. [g]: **31.55**	E [kcal]: **2193.75**, B [g]: **85.72**, T [g]: **64.13**, W [g]: **287.48**, Błonnik [g]: **25.66**, Cukier [g]: **44.42**, Sód [mg]: **1712.23**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.84**	E [kcal]: **2260.88**, B [g]: **97.5**, T [g]: **65.86**, W [g]: **249.03**, Błonnik [g]: **24.88**, Cukier [g]: **37.75**, Sód [mg]: **1972.36**, Kwasy tł. nas. [g]: **31.94**	E [kcal]: **2117.01**, B [g]: **88.43**, T [g]: **67.07**, W [g]: **281.36**, Błonnik [g]: **23.33**, Cukier [g]: **44.61**, Sód [mg]: **1938.6**, Kwasy tł. nas. [g]: **32.86**	E [kcal]: **2028.19**, B [g]: **79.7**, T [g]: **72.44**, W [g]: **230.94**, Błonnik [g]: **24.15**, Cukier [g]: **36.84**, Sód [mg]: **1046.99**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.3**	E [kcal]: **2036.6**, B [g]: **97.61**, T [g]: **68.69**, W [g]: **268.61**, Błonnik [g]: **24.97**, Cukier [g]: **50.12**, Sód [mg]: **2117.95**, Kwasy tł. nas. [g]: **31.1**

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

Jadłospis: **Dieta podstawowa (D01)** (2026-11-14 - 2026-11-23)

	sobota 2026-11-21	niedziela 2026-11-22	poniedziałek 2026-11-23
Śniadanie	**Ryż na mleku** 300g (07) Blok drobiowy 50g (01, 06, 09, 10) **Ser** topiony 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)	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)	**Kaszka manna na mleku** 300g (01, 07) **Pasta z jaj z koperkiem** 50g (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)
Obiad	**Zupa ziemniaczana z pietruszką** 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) **Kalafior z brokułem z wody** 100g (01) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa jarzynowa** 300g (01, 07, 09) **Makaron gotowany ze szpinakiem** 250g (01, 03) **Sos mięsno-pomidorowy z soją** 190g (01, 06) **Napar herbaciany** 250g
Kolacja	Ser typu włoskiego Capreggio 50g (07) Polędwica sopocka 30g **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)	Ser mozzarella 50g (07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) **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)	**Pasta z kurczaka** 50g (09) Twaróg krajanka 30g (07) **Sałatka z sałaty i natki pietruszki 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	**Budyń** 150g (01, 07)	Pomarańcza 100g	**Jogurt** owocowy (różne smaki) 150g (07)
Suma	E [kcal]: **2109.52**, B [g]: **83.01**, T [g]: **72.94**, W [g]: **272.96**, Błonnik [g]: **23.31**, Cukier [g]: **46.54**, Sód [mg]: **2241.81**, Kwasy tł. nas. [g]: **33.32**	E [kcal]: **2097.77**, B [g]: **79.06**, T [g]: **70.46**, W [g]: **220.98**, Błonnik [g]: **24.15**, Cukier [g]: **27.12**, Sód [mg]: **1193.47**, Kwasy tł. nas. [g]: **32.76**	E [kcal]: **2028.95**, B [g]: **89.57**, T [g]: **68.84**, W [g]: **255.15**, Błonnik [g]: **24.44**, Cukier [g]: **43.37**, Sód [mg]: **1124.59**, Kwasy tł. nas. [g]: **31.12**

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

Jadłospis: **Dieta łatwostrawna (D02)** (2026-11-14 - 2026-11-23)

	sobota 2026-11-14	niedziela 2026-11-15	poniedziałek 2026-11-16	wtorek 2026-11-17	środa 2026-11-18	czwartek 2026-11-19	piątek 2026-11-20
Śniadanie	**Ryż na mleku** 300g (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)	Serdelka na gorąco 80g (01) Twaróg krajanka z koperkiem 30g (07) Pomidor 50g **Masło** ekstra 17g (07) **Kawa zbożowa z mlekiem, napar bez cukru** 250g (01, 07)	**Makaron na mleku** 300g (01, 03, 07) Serek grani naturalny 150g (07) Polędwica sopocka 30g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Płatki owsiane na mleku** 300g (01, 07) Szynka gotowana 50g **Jaja** kurze całe, gotowane 30g (03) 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) Serek kanapkowy naturalny 150g (07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) Pomidor 50g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Zacierka na mleku** 300g (01, 03, 07) **Pasta twarogowa z koperkiem** 50g (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) **Jaja** kurze całe, gotowane 55g (03) 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 ze szpinakiem** 300g (01, 07, 09) **Gulasz wieprzowy duszony w jarzynach** 290g (01, 09) **Kasza jęczmienna gotowana na sypko** 250g (01) **Napar herbaciany** 250g	**Rosół z makaronem** 300g (01, 03, 09) **Filet drobiowy duszony w sosie własnym** 180g (01) **Marchewka z fasolką szparagową z wody** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana z zacierką** 300g (01, 03, 07, 09) **Rissotto z mięsem i jarzynami** 350g (09) **Napar herbaciany** 250g **Sos pomidorowy** 100g (01, 07, 09)	**Zupa makaronowa** 300g (01, 03, 09) **Klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie własnym** 180g (01, 03) **Buraczki oprószane** 100g (01) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa dyniowa** 300g (01, 07, 09) **Ćwiartki drobiowe duszone w sosie własnym** 240g (01) **Fasolka szparagowa z wody** 100g (07) **Ryż biały gotowany na sypko** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Żurek z maslanki z ryżem** 300g (01, 07, 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 owocowym** 350g (07) **Napar herbaciany** 250g
Kolacja	Szynka gotowana 50g Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka włoska z sosem winegret** 50g (07) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Blok szynkowy 50g **Ser** żółty Gouda 30g (07) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Pasta z mięsa** 50g (09) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka z sałaty i natki pietruszki 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) **Ser** żółty Gouda 30g (07) **Sałatka norweska z rybą i sosem winegret** 50g (04) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Sałatka jarzynowa** 100g (03, 09, 10, 12) 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)	**Pasztet pieczony** 50g (01, 03, 07) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka włoska z sosem winegret** 50g (07) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Ryba w galarecie** 150g (04,09) Twaróg z koperkiem 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)
Przekąska wieczorna	Jabłko 90g	**Jogurt** owocowy (różne smaki) 150g (07)	**Kisiel z jabłkiem** 150g	Pomarańcza 100g	**Galaretka owocowa** 150g	Mandarynki 80g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)
Suma	E [kcal]: **2059.92**, B [g]: **85.31**, T [g]: **72.41**, W [g]: **259.6**, Błonnik [g]: **23.92**, Cukier [g]: **32.8**, Sód [mg]: **1829.79**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.31**	E [kcal]: **1941.61**, B [g]: **93.94**, T [g]: **70.61**, W [g]: **206.72**, Błonnik [g]: **25.44**, Cukier [g]: **36.59**, Sód [mg]: **1165.31**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.23**	E [kcal]: **2114.64**, B [g]: **84.49**, T [g]: **69.41**, W [g]: **284.81**, Błonnik [g]: **23.53**, Cukier [g]: **48.02**, Sód [mg]: **1800.53**, Kwasy tł. nas. [g]: **31.98**	E [kcal]: **2239.67**, B [g]: **97.34**, T [g]: **72.66**, W [g]: **246.26**, Błonnik [g]: **24.7**, Cukier [g]: **34.91**, Sód [mg]: **1979.05**, Kwasy tł. nas. [g]: **32.23**	E [kcal]: **2166.9**, B [g]: **88.42**, T [g]: **68.2**, W [g]: **279.04**, Błonnik [g]: **24.72**, Cukier [g]: **42.6**, Sód [mg]: **1928.81**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.95**	E [kcal]: **1983.73**, B [g]: **82.87**, T [g]: **67.72**, W [g]: **236.33**, Błonnik [g]: **25.51**, Cukier [g]: **34.06**, Sód [mg]: **591.32**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.57**	E [kcal]: **1922.22**, B [g]: **92.68**, T [g]: **64.07**, W [g]: **254.03**, Błonnik [g]: **25.83**, Cukier [g]: **44.58**, Sód [mg]: **2119.26**, Kwasy tł. nas. [g]: **32.22**

Legenda alergenów: 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby; 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)** (2026-11-14 - 2026-11-23)

	sobota 2026-11-21	niedziela 2026-11-22	poniedziałek 2026-11-23
Śniadanie	**Ryż na mleku** 300g (07) Blok drobiowy 50g (01, 06, 09, 10) **Ser** topiony 30g (07) 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)	**Kaszka manna na mleku** 300g (01, 07) **Pasta z jaj z koperkiem** 50g (03) Blok szynkowy 30g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Obiad	**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) **Kalafior z brokułem** 100g (01) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa jarzynowa** 300g (01, 07, 09) **Makaron gotowany ze szpinakiem** 250g (01, 03) **Sos mięsno- pomidorowy** 190g (01) **Napar herbaciany** 250g
Kolacja	Ser typu włoskiego Capreggio 50g (07) Polędwica sopocka 30g **Sałatka z sałaty i sałaty mix z sosem winegret** 25g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Ser mozzarella 50g (07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) **Masło** ekstra 17g (07) **Sałatka z sałaty i koperku z sosem winegret** 25g Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Pasta z kurczaka** 50g (09) Twaróg 30g (07) **Sałatka z sałaty i natki pietruszki z sosem winegret** 25g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Przekąska wieczorna	**Budyń** 150g (01, 07)	Pomarańcza 100g	**Jogurt** owocowy (różne smaki) 150g (07)
Suma	E [kcal]: **1980.38**, B [g]: **79.38**, T [g]: **71.38**, W [g]: **243.83**, Błonnik [g]: **24.8**, Cukier [g]: **43.4**, Sód [mg]: **1827.47**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.92**	E [kcal]: **2079.4**, B [g]: **78.71**, T [g]: **72.58**, W [g]: **208.16**, Błonnik [g]: **23.77**, Cukier [g]: **26.32**, Sód [mg]: **1201.83**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.34**	E [kcal]: **2008.97**, B [g]: **87.74**, T [g]: **67.64**, W [g]: **251.03**, Błonnik [g]: **24.35**, Cukier [g]: **42.22**, Sód [mg]: **1207.28**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.23**

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)** (2026-11-14 - 2026-11-23)

	sobota 2026-11-14	niedziela 2026-11-15	poniedziałek 2026-11-16	wtorek 2026-11-17	środa 2026-11-18	czwartek 2026-11-19	piątek 2026-11-20
Śniadanie	**Ryż na mleku** 300g (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)	Serdelka na gorąco 80g (01) Twaróg krajanka z koperkiem 30g (7 **Pomidor b/s** 50g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa z mlekiem, napar bez cukru** 250g (01, 07)	**Makaron na mleku** 300g (01, 03, 07) Serek grani naturalny 150g (07) Polędwica sopocka 30g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Płatki owsiane na mleku** 300g (01, 07) Szynka gotowana 50g **Twaróg** 30g (07) 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) Serek kanapkowy naturalny 150g (07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) **Pomidor b/s** 50g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Zacierka na mleku** 300g (01, 03, 07) **Pasta twarogowa z koperkiem** 50g (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) **Skyr** naturalny, **jogurt** typu islandzkiego 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 ze szpinakiem** 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 ziemniaczana z zacierką** 300g (01, 03, 07, 09) **Sos mięsny** 100g (01, 07, 09) **Rissotto z mięsem i jarzynami** 350g (09) **Napar herbaciany** 250g	**Zupa makaronowa** 300g (01, 03, 09) **Pulpety drobiowo- wieprzowe gotowane w sosie** 180g (01, 03, 07, 09) **Buraczki oprószane** 100g (01) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa dyniowa** 300g (01, 07, 09) **Ćwiartka drobiowa gotowana w sosie własnym** 240g (01, 07, 09) **Marchew oprószana** 100g (01) **Ryż biały gotowany na sypko** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ryżowa** 300g (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
Kolacja	Szynka gotowana 50g Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka włoska z sosem winegret** 50g (07) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Blok szynkowy 50g Miód pszczeli 25g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Pasta z mięsa** 50g (09) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka z sałaty i natki pietruszki 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) Dżem porcjowy 25g **Sałatka norweska z rybą i sosem winegret** 50g (4) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Sałatka jarzynowa z białkiem jaja** 100g (03, 09) Sałata 20g Blok drobiowy 30g (01, 06, 09, 10) **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 włoska z sosem winegret** 50g (07) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	**Ryba w galarecie** 150g (04,09) **Twaróg z koperkiem** 30g (07) **Sałatka śródziemnomorska z sosem winegret** 50g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Przekąska wieczorna	Jabłko 90g **Kawa zbożowa z mlekiem, napar bez cukru** 250g (01, 07)	**Jogurt** owocowy (różne smaki) 150g (07)	**Kisiel z jabłkiem** 250g	Jabłko 90g	Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 150g	Jabłko 90g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)
Suma	E [kcal]: **1988.93**, B [g]: **85.62**, T [g]: **64.11**, W [g]: **259.77**, Błonnik [g]: **23.14**, Cukier [g]: **35.28**, Sód [mg]: **1801.75**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.7**	E [kcal]: **1929.76**, B [g]: **87.42**, T [g]: **67.07**, W [g]: **232.06**, Błonnik [g]: **24.85**, Cukier [g]: **37.77**, Sód [mg]: **1627.01**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.29**	E [kcal]: **2164.29**, B [g]: **83.63**, T [g]: **65.69**, W [g]: **299.54**, Błonnik [g]: **23.24**, Cukier [g]: **47.17**, Sód [mg]: **1417.73**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.59**	E [kcal]: **2086.23**, B [g]: **90.18**, T [g]: **62.07**, W [g]: **254.33**, Błonnik [g]: **24.29**, Cukier [g]: **46**, Sód [mg]: **1693.93**, Kwasy tł. nas. [g]: **31.79**	E [kcal]: **2092.9**, B [g]: **87.54**, T [g]: **67.09**, W [g]: **284.71**, Błonnik [g]: **25.91**, Cukier [g]: **47.35**, Sód [mg]: **2094.05**, Kwasy tł. nas. [g]: **27.84**	E [kcal]: **2087.95**, B [g]: **93.75**, T [g]: **60.45**, W [g]: **229.96**, Błonnik [g]: **24.42**, Cukier [g]: **31.27**, Sód [mg]: **1111.28**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.66**	E [kcal]: **1924.92**, B [g]: **102.34**, T [g]: **57.5**, W [g]: **260.09**, Błonnik [g]: **25.94**, Cukier [g]: **47.59**, Sód [mg]: **2167.11**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.36**

Legenda alergenów: 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby; 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)** (2026-11-14 - 2026-11-23)

	sobota 2026-11-21	niedziela 2026-11-22	poniedziałek 2026-11-23
Śniadanie	**Ryż na mleku** 300g (07) Blok drobiowy 50g (01, 06, 09, 10) Dżem porcjowy 25g 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 b/s** 50g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa z mlekiem, napar bez cukru** 250g (01, 07)	**Kaszka manna na mleku** 300g (01, 07) **Pasta z białek jaj z koperkiem** 50g (03) Blok szynkowy 30g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Obiad	**Zupa ziemniaczana z pietruszką** 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 gotowany ze szpinakiem** 250g (01, 03) **Sos mięsny** 180g (01, 07, 09) **Napar herbaciany** 250g
Kolacja	Ser typu włoskiego Capreggio 50g (07) Polędwica sopocka 30g **Sałatka z sałaty i sałaty mix z sosem winegret** 25g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Kiełbasa szynkowa 50g (01) 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)	**Pasta z kurczaka** 50g (09) **Ser twarogowy** (**twaróg**) półtłusty 30g (07) **Sałatka z sałaty i natki pietruszki z sosem winegret** 25g **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** owocowy (różne smaki) 150g (07)
Suma	E [kcal]: **1964.24**, B [g]: **77.82**, T [g]: **66.33**, W [g]: **278.2**, Błonnik [g]: **23.34**, Cukier [g]: **45.41**, Sód [mg]: **1973.67**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.58**	E [kcal]: **1926.36**, B [g]: **77.33**, T [g]: **65.2**, W [g]: **223.3**, Błonnik [g]: **25.71**, Cukier [g]: **25.16**, Sód [mg]: **1530**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.6**	E [kcal]: **1868.23**, B [g]: **86.08**, T [g]: **63.15**, W [g]: **249.94**, Błonnik [g]: **23.99**, Cukier [g]: **41.04**, Sód [mg]: **861.6**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.41**

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 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)** (2026-11-14 - 2026-11-23)

	sobota 2026-11-14	niedziela 2026-11-15	poniedziałek 2026-11-16	wtorek 2026-11-17	środa 2026-11-18	czwartek 2026-11-19	piątek 2026-11-20
Śniadanie	Serek kanapkowy naturalny 150g (07) Blok drobiowy 30g (01, 06, 09, 10) Rzodkiew, biała 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g	Serdelka na gorąco 80g (01) Twaróg krajanka z koperkiem 30g (07) Pomidor 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g	Serek grani naturalny 150g (07) Polędwica sopocka 30g Ogórek kiszony 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g	Szynka gotowana 50g **Jaja** kurze całe, gotowane 30g (03) Rzodkiew, biała 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g	Serek kanapkowy naturalny 150g (07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) Pomidor 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g	**Pasta twarogowa z koperkiem** 50g (07) Blok szynkowy 30g Papryka czerwona 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g	**Skyr** naturalny, **jogurt** typu islandzkiego 150g (07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) Ogórek świeży 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g
II Śniadanie	**Kanapka wiosenna z jajkiem** 55g (01, 03, 07)	**Kanapka wiosenna z kiełbasą szynkową** 55g (01)	**Kanapka wiosenna z twarogiem** 55g (01, 07)	**Kanapka wiosenna z blokiem drobiowym** 55g (01, 06, 09, 10)	**Kanapka wiosenna z szynką gotowaną** 55g (01)	**Kanapka wiosenna z żółtym serem** 50g (01, 07)	**Kanapka wiosenna z blokiem drobiowym** 55g (01, 06, 09, 10)
Obiad	**Zupa ziemniaczana ze szpinakiem** 300g (01, 07, 09) **Stek wieprzowy duszony** 90g (01) **Marchewka z kalafiorem z wody** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Rosół z makaronem** 300g (01, 03, 09) **Filet drobiowy duszony** 80g (01, 07) **Surówka z kapusty pekińskiej** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana z zacierką** 300g (01, 03, 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 makaronowa** 300g (01, 03, 09) **Klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone** 80g (01, 03) **Sałatka z buraczków** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa dyniowa** 300g (01, 07, 09) **Ćwiartka drobiowa duszona** 140g **Fasolka szparagowa z wody** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Żurek z maslanki z ryżem** 300g (01, 07, 09) **Zrazy zawijane duszone** 90g (01) **Szpinak oprószany** 100g (01, 07) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa marchwiowa** 300g (01, 07, 09) **Kotlety z jaj parowane** 80g (01, 03) **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)	**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	Szynka gotowana 50g Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka włoska z sosem winegret** 50g (07) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g	Blok szynkowy 50g **Ser** żółty Gouda 30g (07) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g	**Pasta z mięsa** 50g (09) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka z sałaty i natki pietruszki 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 70g (01) **Ser** żółty Gouda 30g (07) **Sałatka norweska z rybą i sosem winegret** 50g (04) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g	**Sałatka jarzynowa** 100g (03, 09, 10, 12) Blok drobiowy 30g (01, 06, 09, 10) 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) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka włoska z sosem winegret** 50g (07) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g	**Ryba w galarecie** 150g (04,09) **Twaróg z koperkiem** 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
Przekąska wieczorna	Jabłko 90g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)	**Kisiel z jabłkiem** 150g	Pomarańcza 100g	**Galaretka mleczna** 150g (07)	Mandarynki 80g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)
Suma	E [kcal]: **2015.03**, B [g]: **77.35**, T [g]: **70.75**, W [g]: **258.61**, Błonnik [g]: **28.47**, Cukier [g]: **26.19**, Sód [mg]: **1276.85**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.99**	E [kcal]: **2087.33**, B [g]: **93.47**, T [g]: **68.6**, W [g]: **233.76**, Błonnik [g]: **24.49**, Cukier [g]: **19.23**, Sód [mg]: **844.51**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.05**	E [kcal]: **2133.43**, B [g]: **82.26**, T [g]: **70.25**, W [g]: **289.07**, Błonnik [g]: **28.88**, Cukier [g]: **38.3**, Sód [mg]: **1484.23**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.86**	E [kcal]: **2148.4**, B [g]: **89.23**, T [g]: **68.12**, W [g]: **247.74**, Błonnik [g]: **27.41**, Cukier [g]: **26.77**, Sód [mg]: **1748.79**, Kwasy tł. nas. [g]: **31.53**	E [kcal]: **2013.53**, B [g]: **87.42**, T [g]: **69.32**, W [g]: **256.84**, Błonnik [g]: **26.95**, Cukier [g]: **29.49**, Sód [mg]: **1353.22**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.03**	E [kcal]: **1964.91**, B [g]: **80.59**, T [g]: **70.99**, W [g]: **251.07**, Błonnik [g]: **26.93**, Cukier [g]: **27.77**, Sód [mg]: **1221.55**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.92**	E [kcal]: **1939.68**, B [g]: **104.74**, T [g]: **64.47**, W [g]: **255.08**, Błonnik [g]: **28.92**, Cukier [g]: **31.99**, Sód [mg]: **2443.84**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.66**

Legenda alergenów: 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby; 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

	sobota 2026-11-21	niedziela 2026-11-22	poniedziałek 2026-11-23
Śniadanie	Blok drobiowy 50g (01, 06, 09, 10) **Ser** topiony 30g (07) Rzodkiewka 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 z koperkiem** 50g (03) Blok szynkowy 30g Ogórek kiszony 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g
II Śniadanie	**Kanapka wiosenna z jajkiem** 55g (01, 03, 07)	**Kanapka wiosenna z twarogiem** 55g (01, 07)	**Kanapka wiosenna z szynką gotowaną** 55g (01)
Obiad	**Zupa ziemniaczana z pietruszką** 300g (01, 07, 09) **Pieczeń rzymska** 90g (01, 03) **Surówka z marchewki i jabłka** 100g (07) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa pomidorowa z makaronem** 300g (01, 03, 07, 09) **Filet drobiowy duszony** 80g (01, 07) **Kalafior z brokułem z wody** 100g (01) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa jarzynowa** 300g (01, 07, 09) **Kotlet mielony duszony** 80g (01, 03) **Marchewka z fasolką szparagową 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)
Kolacja	Ser typu włoskiego Capreggio 50g (07) Polędwica sopocka 30g **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	Ser mozzarella 50g (07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) **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	**Pasta z kurczaka** 50g (09) **Ser twarogowy** (**twaróg**) półtłusty 30g (07) **Sałatka z sałaty i natki pietruszki z sosem winegret** 25g **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)	Pomarańcza 100g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)
Suma	E [kcal]: **2014.68**, B [g]: **73.97**, T [g]: **61.67**, W [g]: **264.43**, Błonnik [g]: **28.15**, Cukier [g]: **32.91**, Sód [mg]: **1778.15**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.29**	E [kcal]: **2228.28**, B [g]: **88.04**, T [g]: **69.04**, W [g]: **251.34**, Błonnik [g]: **27.7**, Cukier [g]: **29.15**, Sód [mg]: **1031.42**, Kwasy tł. nas. [g]: **27.86**	E [kcal]: **1943.8**, B [g]: **76.89**, T [g]: **70.65**, W [g]: **254.65**, Błonnik [g]: **29.27**, Cukier [g]: **25.12**, Sód [mg]: **1570.42**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.42**

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

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