Jadłospis: **Dieta podstawowa (D01)** (2026-11-24 - 2026-12-03)

	wtorek 2026-11-24	środa 2026-11-25	czwartek 2026-11-26	piątek 2026-11-27	sobota 2026-11-28	niedziela 2026-11-29	poniedziałek 2026-11-30
Śniadanie	**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)	**Makaron na mleku** 300g (01, 03, 07) Ser typu włoskiego Capreggio 50g (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) Serek grani naturalny 150g (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)	**Kaszka manna na mleku** 300g (01, 07) **Pasta twarogowa z koperkiem** 50g (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) 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)	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)	**Zacierka na mleku** 300g (01, 03, 07) **Jaja** kurze całe, gotowane 55g (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)
Obiad	**Zupa grysikowa** 300g (01, 09) **Siekane kotlety drobiowe smażone** 100g (03, 07) **Sałata z jogurtem** 100g (07) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana ze szpinakiem** 300g (01, 07, 09) **Potrawka z kurczaka** 180g (01, 07, 09) **Marchewka z groszkiem z wody** 100g **Ryż biały gotowany na sypko** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ryżowa** 300g (09) **Kotlet schabowy smażony** 100g (01, 03) **Sałatka z buraczków** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Pejzanka** 300g (01, 09) **Ryba parowana** 100g (01,04) **Surówka z kiszonej kapusty** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **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	**Rosół z makaronem** 300g (01, 03, 09) **Kotlet devolay** 100g (01, 03, 07) **Surówka z kapusty pekińskiej** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana z pietruszką** 300g (01, 07, 09) **Makaron ze szpinakiem i pulpetem drobiowym w sosie śmietanowym** 420g (01, 03, 07, 09) **Napar herbaciany** 250g
Kolacja	Parówka delikatesowa z szynki na gorąco 70g (01) **Ser** topiony 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) Sałata 20g Kiełbasa szynkowa 30g (01) **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 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 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)	Szynka gotowana 50g **Ser** topiony 30g (07) **Sałatka z sałaty, rukoli i pomidora z sosem winegret** 50g **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) Polędwica sopocka 30g **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 mięsa** 50g (09) **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)
Przekąska wieczorna	**Kisiel z jabłkiem** 150g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)	Pomarańcza 100g	**Galaretka owocowa** 150g	Mandarynki 80g	**Kisiel z jabłkiem** 150g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)
Suma	E [kcal]: **2322.57**, B [g]: **92.33**, T [g]: **72.19**, W [g]: **254.73**, Błonnik [g]: **25.52**, Cukier [g]: **45.79**, Sód [mg]: **2036.06**, Kwasy tł. nas. [g]: **31.93**	E [kcal]: **2062.28**, B [g]: **83.63**, T [g]: **73.5**, W [g]: **280.68**, Błonnik [g]: **24.84**, Cukier [g]: **39.53**, Sód [mg]: **2153.39**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.47**	E [kcal]: **2186.34**, B [g]: **95.26**, T [g]: **70.08**, W [g]: **241.79**, Błonnik [g]: **23.95**, Cukier [g]: **37.42**, Sód [mg]: **1450.5**, Kwasy tł. nas. [g]: **32.74**	E [kcal]: **2140.93**, B [g]: **83.93**, T [g]: **69.24**, W [g]: **255.96**, Błonnik [g]: **25.35**, Cukier [g]: **43.69**, Sód [mg]: **1109.96**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.19**	E [kcal]: **2081.63**, B [g]: **82.03**, T [g]: **69.88**, W [g]: **271.65**, Błonnik [g]: **25.06**, Cukier [g]: **45.28**, Sód [mg]: **1763.71**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.97**	E [kcal]: **2018.13**, B [g]: **69.85**, T [g]: **67.67**, W [g]: **226.37**, Błonnik [g]: **25.64**, Cukier [g]: **33.99**, Sód [mg]: **891.38**, Kwasy tł. nas. [g]: **32.29**	E [kcal]: **1841.41**, B [g]: **89.47**, T [g]: **64.48**, W [g]: **237.45**, Błonnik [g]: **23.67**, Cukier [g]: **24.82**, Sód [mg]: **1689.43**, Kwasy tł. nas. [g]: **31.95**

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)** (2026-11-24 - 2026-12-03)

	wtorek 2026-12-01	środa 2026-12-02	czwartek 2026-12-03
Śniadanie	**Ryż na mleku** 300g (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)	**Makaron na mleku** 300g (01, 03, 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) 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	**Barszcz czerwony czysty z makaronem** 300g (01, 03, 09) **Kotlet mielony duszony** 80g (01, 03) **Sałata z jogurtem** 100g (07) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana z zacierką** 300g (01, 03, 07, 09) **Ćwiartka drobiowa duszona w marchewce** 320g (07, 09) **Ryż biały gotowany na sypko** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa neapolitańska z makaronem** 300g (01, 03, 07, 09) **Bigos** 250g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g
Kolacja	Parówka delikatesowa z szynki na gorąco 70g (01) Twaróg krajanka 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) Sałata 20g Blok drobiowy 30g (01, 06, 09, 10) **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) Kiełbasa szynkowa 30g (01) **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)
Przekąska wieczorna	**Galaretka owocowa** 150g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)	Pomarańcza 100g
Suma	E [kcal]: **2187.31**, B [g]: **97.58**, T [g]: **69.75**, W [g]: **252.03**, Błonnik [g]: **24.13**, Cukier [g]: **42.38**, Sód [mg]: **577.21**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.27**	E [kcal]: **2045.09**, B [g]: **94.7**, T [g]: **68.04**, W [g]: **278.89**, Błonnik [g]: **23.37**, Cukier [g]: **34.49**, Sód [mg]: **2064.73**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.49**	E [kcal]: **2191.37**, B [g]: **86.44**, T [g]: **70.06**, W [g]: **243.34**, Błonnik [g]: **25.43**, Cukier [g]: **37.11**, Sód [mg]: **1419.62**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.6**

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 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)** (2026-11-24 - 2026-12-03)

	wtorek 2026-11-24	środa 2026-11-25	czwartek 2026-11-26	piątek 2026-11-27	sobota 2026-11-28	niedziela 2026-11-29	poniedziałek 2026-11-30
Śniadanie	Serek kanapkowy naturalny 150g (07) Blok drobiowy 30g (01, 06, 09, 10) Papryka czerwona 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g	Ser typu włoskiego Capreggio 50g (07) Polędwica sopocka 30g Ogórek świeży 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g	Serek grani naturalny 150g (07) Blok szynkowy 30g Rzodkiewka 50g Sałata 40g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g	**Pasta twarogowa z koperkiem** 50g (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) Blok szynkowy 30g Ogórek kiszony 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	**Jaja** kurze całe, gotowane 55g (03) Blok drobiowy 30g (01, 06, 09, 10) Papryka czerwona 30g 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 blokiem drobiowym** 55g (01, 06, 09, 10)	**Kanapka wiosenna z kiełbasą szynkową** 55g (01)	**Kanapka wiosenna z jajkiem** 55g (01, 03, 07)	**Kanapka wiosenna z blokiem drobiowym** 55g (01, 06, 09, 10)	**Kanapka wiosenna z kiełbasą szynkową** 55g (01)	**Kanapka wiosenna z twarogiem** 55g (01, 07)
Obiad	**Zupa grysikowa** 300g (01, 09) **Klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone** 80g (01, 03) **Sałata z jogurtem** 100g (07) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana ze szpinakiem** 300g (01, 07, 09) **Kurczak gotowany** 120g **Marchewka z groszkiem z wody** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ryżowa** 300g (09) **Schab duszony** 80g **Sałatka z buraczków** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa makaronowa** 300g (01, 03, 09) **Ryba parowana** 100g (01,04) **Surówka z białej kapusty i pory** 100g (10, 12) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana z koperkiem** 300g (01, 07, 09) **Kiełbaski rumuńskie** 80g (01, 03) **Surówka z marchewki i jabłka** 100g (07) **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 pietruszką** 300g (01, 07, 09) **Pulpet drobiowy** 90g (03, 09) **Marchewka z kalafiorem 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	Parówka delikatesowa z szynki na gorąco 70g (01) **Ser** topiony 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) Sałata 20g Kiełbasa szynkowa 30g (01) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g	Blok drobiowy 50g (01, 06, 09, 10) Serek twarogowo-jogurtowy mini 30g (07) **Sałatka z sałaty, sałaty mix, pomidora z sosem winegret** 50g **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 włoska z sosem winegret** 50g (07) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g	Szynka gotowana 50g **Ser** topiony 30g (07) **Sałatka z sałaty, rukoli i pomidora z sosem winegret** 50g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g	Ser typu włoskiego Capreggio 50g (07) Polędwica sopocka 30g **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 mięsa** 50g (09) **Ser** żółty 30g (07) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ..SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g
Przekąska wieczorna	**Kisiel z jabłkiem** 150g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)	Pomarańcza 100g	**Galaretka mleczna** 150g (07)	Mandarynki 80g	**Kisiel z jabłkiem** 150g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)
Suma	E [kcal]: **2266.58**, B [g]: **89.73**, T [g]: **67.57**, W [g]: **267.64**, Błonnik [g]: **24.81**, Cukier [g]: **38.31**, Sód [mg]: **1731.27**, Kwasy tł. nas. [g]: **31.23**	E [kcal]: **1895.33**, B [g]: **76.42**, T [g]: **71.6**, W [g]: **255.1**, Błonnik [g]: **29.88**, Cukier [g]: **28.73**, Sód [mg]: **1540.94**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.15**	E [kcal]: **1921.6**, B [g]: **85.23**, T [g]: **70.02**, W [g]: **244.93**, Błonnik [g]: **27.55**, Cukier [g]: **28.5**, Sód [mg]: **1765.2**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.39**	E [kcal]: **2181.4**, B [g]: **89.53**, T [g]: **69.36**, W [g]: **248.02**, Błonnik [g]: **25.26**, Cukier [g]: **26.62**, Sód [mg]: **1864.24**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.87**	E [kcal]: **1956.85**, B [g]: **80.43**, T [g]: **73.29**, W [g]: **262.35**, Błonnik [g]: **29.12**, Cukier [g]: **32.55**, Sód [mg]: **1872.51**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.44**	E [kcal]: **2165.55**, B [g]: **78.93**, T [g]: **66.94**, W [g]: **259.75**, Błonnik [g]: **25.04**, Cukier [g]: **35.36**, Sód [mg]: **505.5**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.21**	E [kcal]: **1940.19**, B [g]: **76.07**, T [g]: **59.2**, W [g]: **243.53**, Błonnik [g]: **27.01**, Cukier [g]: **24.38**, Sód [mg]: **1675.75**, Kwasy tł. nas. [g]: **27.55**

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 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)** (2026-11-24 - 2026-12-03)

	wtorek 2026-12-01	środa 2026-12-02	czwartek 2026-12-03
Śniadanie	Serek grani naturalny 150g (07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) Ogórek świeży 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g	Szynka gotowana 50g **Jaja** kurze całe, gotowane 30g (03) Rzodkiewka 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g	Serek kanapkowy naturalny 150g (07) Blok szynkowy 30g Pomidor 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Herbata czarna 250g
II Śniadanie	**Kanapka wiosenna z szynką gotowaną** 55g (01)	**Kanapka wiosenna z żółtym serem** 50g (01, 07)	**Kanapka wiosenna z jajkiem** 55g (01, 03, 07)
Obiad	**Barszcz czerwony czysty z makaronem** 300g (01, 03, 09) **Pieczeń rzymska (D02)** 90g (01, 03) **Sałata z jogurtem** 100g (07) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana z zacierką** 300g (01, 03, 07, 09) **Ćwiartka drobiowa duszona** 120g **Marchewka z fasolką szparagową z wody** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa neapolitańska z makaronem** 300g (01, 03, 07, 09) **Schab duszony** 80g **Sałatka z buraczków** 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	Parówka delikatesowa z szynki na gorąco 70g (01) Twaróg krajanka 30g (07) **Sałatka norweska z rybą i sosem winegret** 50g (4) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g	**Sałatka jarzynowa** 100g (03, 09, 10, 12) Sałata 20g Blok drobiowy 30g (01, 06, 09, 10) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g	**Pasztet pieczony** 50g (01, 03, 07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) **Sałatka włoska z sosem winegret** 50g (07) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb razowy ,,SEZAM" 120g (01) Chleb zwykły ,,SEZAM" 35g (01) Herbata czarna 250g
Przekąska wieczorna	**Galaretka mleczna** 150g (07)	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)	Pomarańcza 100g
Suma	E [kcal]: **2184.26**, B [g]: **104.12**, T [g]: **69.79**, W [g]: **249.48**, Błonnik [g]: **25.32**, Cukier [g]: **35.39**, Sód [mg]: **659.16**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.23**	E [kcal]: **1970.89**, B [g]: **81.3**, T [g]: **71.83**, W [g]: **262.93**, Błonnik [g]: **30.59**, Cukier [g]: **26.89**, Sód [mg]: **1610.51**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.26**	E [kcal]: **2107.67**, B [g]: **86.76**, T [g]: **69.44**, W [g]: **247.77**, Błonnik [g]: **26.66**, Cukier [g]: **28.08**, Sód [mg]: **1590.51**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.15**

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 łatwostrawna (D02)** (2026-11-24 - 2026-12-03)

	wtorek 2026-11-24	środa 2026-11-25	czwartek 2026-11-26	piątek 2026-11-27	sobota 2026-11-28	niedziela 2026-11-29	poniedziałek 2026-11-30
Śniadanie	**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)	**Makaron na mleku** 300g (01, 03, 07) Ser typu włoskiego Capreggio 50g (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) Serek grani naturalny 150g (07) Blok szynkowy 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) 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) Blok szynkowy 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)	**Zacierka na mleku** 300g (01, 03, 07) **Jaja** kurze całe, gotowane 55g (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)
Obiad	**Zupa grysikowa** 300g (01, 09) **Klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie własnym** 180g (01, 03) **Sałata z jogurtem** 100g (07) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana ze szpinakiem** 300g (01, 07, 09) **Potrawka z kurczaka** 180g (01, 07, 09) **Marchewka z groszkiem z wody** 100g **Ryż biały gotowany na sypko** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ryżowa** 300g (09) **Schab duszony w sosie** 180g (01) **Sałatka z buraczków** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Pejzanka** 300g (01, 09) **Kotlety z ryby parowane** 90g (01, 03, 04, 09) **Sos pietruszkowy** 100g (01, 07, 09) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **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	**Rosół z makaronem** 300g (01, 03, 09) **Filet drobiowy duszony w sosie własnym** 180g (01) **Kalafior z brokułem z wody** 100g (01) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana z pietruszką** 300g (01, 07, 09) **Makaron ze szpinakiem i pulpetem drobiowym w sosie śmietanowym** 420g (01, 03, 07, 09) **Napar herbaciany** 250g
Kolacja	Parówka delikatesowa z szynki na gorąco 70g (01) **Ser** topiony 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) Sałata 20g Kiełbasa szynkowa 30g (01) **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 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)	Ser mozzarella 50g (07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) **Sałatka włoska z sosem winegret** 50g (07) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Szynka gotowana 50g **Ser** topiony 30g (07) **Sałatka z sałaty, rukoli i pomidora z sosem winegret** 50g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Ser typu włoskiego Capreggio 50g (07) Polędwica sopocka 30g **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 mięsa** 50g (09) **Ser** żółty 30g (07) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Przekąska wieczorna	**Kisiel z jabłkiem** 150g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)	Pomarańcza 100g	**Galaretka owocowa** 150g	Mandarynki 80g	**Kisiel z jabłkiem** 150g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)
Suma	E [kcal]: **2298.06**, B [g]: **96.46**, T [g]: **70.3**, W [g]: **262.31**, Błonnik [g]: **23.94**, Cukier [g]: **44.77**, Sód [mg]: **2087.97**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.01**	E [kcal]: **2069.16**, B [g]: **83.46**, T [g]: **69.26**, W [g]: **277.91**, Błonnik [g]: **24.05**, Cukier [g]: **39.07**, Sód [mg]: **2021.09**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.61**	E [kcal]: **2208.6**, B [g]: **100.1**, T [g]: **69.13**, W [g]: **235.06**, Błonnik [g]: **25.2**, Cukier [g]: **36.84**, Sód [mg]: **1101.86**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.23**	E [kcal]: **2028.03**, B [g]: **82.5**, T [g]: **70.88**, W [g]: **249.09**, Błonnik [g]: **25.5**, Cukier [g]: **41.58**, Sód [mg]: **1495.63**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.3**	E [kcal]: **2062.92**, B [g]: **81.56**, T [g]: **69.57**, W [g]: **267.61**, Błonnik [g]: **23.84**, Cukier [g]: **43.83**, Sód [mg]: **1790.21**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.94**	E [kcal]: **2022.01**, B [g]: **79.52**, T [g]: **67.15**, W [g]: **215.98**, Błonnik [g]: **24.92**, Cukier [g]: **33.94**, Sód [mg]: **820.93**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.05**	E [kcal]: **1828.01**, B [g]: **89.63**, T [g]: **64.05**, W [g]: **234.35**, Błonnik [g]: **25.25**, Cukier [g]: **24.12**, Sód [mg]: **1773.43**, Kwasy tł. nas. [g]: **26.84**

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 łatwostrawna (D02)** (2026-11-24 - 2026-12-03)

	wtorek 2026-12-01	środa 2026-12-02	czwartek 2026-12-03
Śniadanie	**Ryż na mleku** 300g (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)	**Makaron na mleku** 300g (01, 03, 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) Blok szynkowy 30g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Obiad	**Barszcz czerwony czysty z makaronem** 300g (01, 03, 09) **Pieczeń rzymska** 90g (01, 03) **Sałata z jogurtem** 100g (07) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana z zacierką** 300g (01, 03, 07, 09) **Ćwiartka drobiowa duszona w marchewce** 320g (07, 09) **Ryż biały gotowany na sypko** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa neapolitańska z makaronem** 300g (01, 03, 07, 09) **Gulasz duszony ze schabu** 180g (01) **Sałatka z buraczków** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g
Kolacja	Parówka delikatesowa z szynki na gorąco 70g (01) Twaróg krajanka 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) 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)	**Pasztet pieczony** 50g (01, 03, 07) Kiełbasa szynkowa 30g (01) **Sałatka włoska z sosem winegret** 50g (07) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Przekąska wieczorna	**Galaretka owocowa** 150g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)	Pomarańcza 100g
Suma	E [kcal]: **2149.89**, B [g]: **80.54**, T [g]: **70.86**, W [g]: **245.43**, Błonnik [g]: **24.4**, Cukier [g]: **41.59**, Sód [mg]: **569**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.58**	E [kcal]: **2053.11**, B [g]: **94.59**, T [g]: **69.82**, W [g]: **276.42**, Błonnik [g]: **23.72**, Cukier [g]: **34.02**, Sód [mg]: **2031.76**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.64**	E [kcal]: **2220.52**, B [g]: **96.51**, T [g]: **71.58**, W [g]: **243.26**, Błonnik [g]: **25.07**, Cukier [g]: **36.63**, Sód [mg]: **1321.93**, Kwasy tł. nas. [g]: **34.53**

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 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)** (2026-11-24 - 2026-12-03)

	wtorek 2026-11-24	środa 2026-11-25	czwartek 2026-11-26	piątek 2026-11-27	sobota 2026-11-28	niedziela 2026-11-29	poniedziałek 2026-11-30
Śniadanie	**Zacierka na mleku** 300g (01, 03, 07) Blok drobiowy 30g (01, 06, 09, 10) Serek kanapkowy naturalny 150g (07) 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) Ser typu włoskiego Capreggio 50g (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) Serek grani naturalny 150g (07) Blok szynkowy 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) 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) Blok szynkowy 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 b/s** 50g Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa z mlekiem, napar bez cukru** 250g (01, 07)	**Zacierka na mleku** 300g (01, 03, 07) **Skyr** naturalny, **jogurt** typu islandzkiego 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)
Obiad	**Zupa grysikowa** 300g (01, 09) **Pulpety drobiowo- wieprzowe gotowane w sosie** 180g (01, 03, 07, 09) **Sałata z jogurtem** 100g (07) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana ze szpinakiem** 300g (01, 07, 09) **Potrawka z kurczaka** 180g (01, 07, 09) **Marchew oprószana** 100g (01) **Ryż biały gotowany na sypko** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ryżowa** 300g (09) **Schab gotowany w sosie** 180g (01, 07, 09) **Sałatka z buraczków** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa makaronowa** 300g (01, 03, 09) **Pulpety z ryby gotowane w sosie** 180g (01, 03, 04,07, 09) **Marchew oprószana** 100g (01) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **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 ziemniaczana z pietruszką** 300g (01, 07, 09) **Makaron ze szpinakiem i pulpetem drobiowym w sosie śmietanowym** 420g (01, 03, 07, 09) **Napar herbaciany** 250g
Kolacja	Parówka delikatesowa z szynki na gorąco 70g (01) Miód pszczeli 25g **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 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)	Parówka delikatesowa z szynki na gorąco 70g (01) Serek twarogowo-jogurtowy mini 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)	Kiełbasa szynkowa 50g (01) Dżem porcjowy 25g **Sałatka włoska z sosem winegret** 50g (07) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Szynka gotowana 50g Miód pszczeli 25g **Sałatka z sałaty, rukoli i pomidora z sosem winegret** 50g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)	Ser typu włoskiego Capreggio 50g (07) Polędwica sopocka 30g **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 mięsa** 50g (09) Twaróg krajanka 30g (07) Sałata 20g **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Przekąska wieczorna	**Kisiel z jabłkiem** 150g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)	Jabłko 90g	**Galaretka owocowa** 150g	Jabłko 90g	**Kisiel z jabłkiem** 150g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)
Suma	E [kcal]: **2190.07**, B [g]: **92.25**, T [g]: **66.79**, W [g]: **278.66**, Błonnik [g]: **24.63**, Cukier [g]: **45.6**, Sód [mg]: **1852**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.85**	E [kcal]: **2104.67**, B [g]: **82.91**, T [g]: 59.**5**, W [g]: **277.41**, Błonnik [g]: **26.39**, Cukier [g]: **38.28**, Sód [mg]: **2001.96**, Kwasy tł. nas. [g]: **27.08**	E [kcal]: **2134.1**, B [g]: **100.09**, T [g]: **67.5**, W [g]: **235.83**, Błonnik [g]: **23.33**, Cukier [g]: **37.78**, Sód [mg]: **1113.4**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.31**	E [kcal]: **1980.32**, B [g]: **85.98**, T [g]: **65.24**, W [g]: **264.21**, Błonnik [g]: **24.26**, Cukier [g]: **43.89**, Sód [mg]: **1993.95**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.33**	E [kcal]: **1974.75**, B [g]: **76.76**, T [g]: **63.78**, W [g]: **287.73**, Błonnik [g]: **23.34**, Cukier [g]: **46.43**, Sód [mg]: **1499.28**, Kwasy tł. nas. [g]: **26.16**	E [kcal]: **1977.51**, B [g]: **80.17**, T [g]: **68.41**, W [g]: **224.77**, Błonnik [g]: **24.62**, Cukier [g]: **39.24**, Sód [mg]: **1551.75**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.15**	E [kcal]: **1889.11**, B [g]: **97.48**, T [g]: **53.19**, W [g]: **241.34**, Błonnik [g]: **25.25**, Cukier [g]: **31.44**, Sód [mg]: **1486.48**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.95**

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

Jadłospis: **Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)** (2026-11-24 - 2026-12-03)

	wtorek 2026-12-01	środa 2026-12-02	czwartek 2026-12-03
Śniadanie	**Ryż na mleku** 300g (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)	**Makaron na mleku** 300g (01, 03, 07) Szynka gotowana 50g Serek twarogowo-jogurtowy mini 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) Blok szynkowy 30g 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) **Galantyna drobiowo-wieprzowa gotowana w sosie** 180g (01, 03, 07, 09) **Sałata z jogurtem** 100g (07) **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g	**Zupa ziemniaczana z zacierką** 300g (01, 03, 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 makaronowa** 300g (01, 03, 09) **Gulasz gotowany ze schabu** 180g (01, 07, 09) **Sałatka z buraczków** 100g **Ziemniaki gotowane z koperkiem** 250g **Napar herbaciany** 250g
Kolacja	Parówka delikatesowa z szynki na gorąco 70g (01) Dżem porcjowy 25g **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)	**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)	Kiełbasa szynkowa 50g (01) Miód pszczeli 25g **Sałatka włoska z sosem winegret** 50g (07) **Masło** ekstra 17g (07) Chleb zwykły ,,SEZAM" 105g (01) **Kawa zbożowa, napar bez cukru** 250g (01)
Przekąska	**Galaretka owocowa** 150g	**Jogurt** naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)	Jabłko 90g
Suma	E [kcal]: **2163.76**, B [g]: **101.12**, T [g]: **69.35**, W [g]: **260.49**, Błonnik [g]: **24.62**, Cukier [g]: **41.29**, Sód [mg]: **1640.12**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.71**	E [kcal]: **2118.07**, B [g]: **87.38**, T [g]: **66.18**, W [g]: **284.93**, Błonnik [g]: **23.65**, Cukier [g]: **34.8**, Sód [mg]: **2016.23**, Kwasy tł. nas. [g]: **25.69**	E [kcal]: **2095.78**, B [g]: **94.02**, T [g]: **59.6**, W [g]: **263.44**, Błonnik [g]: **25.19**, Cukier [g]: **37.29**, Sód [mg]: **1262.91**, Kwasy tł. nas. [g]: **27.21**

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

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