

Jadłospis 19.08.2025 r. – 26.08.2025 r.

Wtorek 19.08.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), kiełbasa szynkowa 50 g (1,10), twaróg 30 g (7), sałatka z sałaty, rukoli, pomidora i koperku z sosem winegret 50 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), kiełbasa szynkowa 50 g (1,10), twaróg 30 g (7), sałatka z sałaty, rukoli, pomidora i koperku z sosem winegret 50 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), kiełbasa szynkowa 50 g (1,10), twaróg 30 g (7), sałatka z , rukoli i koperku z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Kiełbasa szynkowa 50 g (1,10), twaróg 30 g (7), sałatka z sałaty, rukoli i pomidora z sosem winegret 50 g, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z jajkiem (1,3, 7)
	OBIAD	Zupa owocowa z makaronem 300 ml (1,3), klopsiki drobiowo – wieprzowe duszone w sosie własnym 190 g (1,3,6,8,9), sałatka z buraczków 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa owocowa z makaronem 300 ml (1,3), klopsiki drobiowo – wieprzowe duszone w sosie własnym 190 g (1,3,6,8,9), sałatka z buraczków 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa owocowa z makaronem 300 ml (1,3), pulpety drobiowo – wieprzowe duszone w sosie własnym 190 g (1,3,6,7,8,9), sałatka z buraczków 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), klopsiki drobiowo - wieprzowe duszone 90 g (1,3,6,8,9), sałatka z buraczków 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)
	KOLACJA	Parówka delikatesowa 90 g (1,10), ser żółty 30 g (7), sałatka z sałaty, roszponki i rzodkiewki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Parówka delikatesowa 90 g (1,10), ser żółty 30 g (7), sałatka z sałaty, roszponki i rzodkiewki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Parówka delikatesowa 90 g (1,10), dżem 25 g, sałatka z sałaty i roszponki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Parówka delikatesowa 90 g (1,10), ser żółty 30 g (7), sałatka z sałaty, roszponki i rzodkiewki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml
	POSIŁEK DODATKOWY	Budyń 150 g (1,7)	Budyń 150 g (1,7)	Budyń 150 g (1,7)	Jabłko 90 g
	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2000,2 kcal, białko ogółem	Wartość energetyczna 2015,9 kcal, białko ogółem	Wartość energetyczna 2003,9 kcal , białko ogółem 71,9 g,	Wartość energetyczna 2037,2 kcal, białko ogółem 74,8 g,

		73,7 g, tłuszcz ogółem 61,7 g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 16,2 g, węglowodany ogółem 356,2 g, w tym cukry proste 33,8 g, błonnik pokarmowy 26,1 g, sól 6,2 g	77,1 g, tłuszcz ogółem 59,1 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 17,1 g, węglowodany ogółem 348,3 g, w tym cukry proste 27,2 g, błonnik pokarmowy 18,2 g, sól 6,5 g	tłuszcz ogółem 57,3 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,3 g, węglowodany ogółem 333,4 g, w tym cukry proste 56,1 g, błonnik pokarmowy 18,1 g, sól 6,1 g	tłuszcz ogółem 49,1 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 15,8 g, węglowodany ogółem 356, 3 g, w tym cukry proste 33,7 g, błonnik pokarmowy 26,2 g, sól 7,5 g
--	--	--	---	---	--

Środa 20.08. 2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), twaróg 50 g (7), miód 25 g, sałatka z sałaty, sałaty mix , szpinaku i natki pietruszki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), twaróg 50 g (7), miód 25 g, sałatka z sałaty, sałaty mix , szpinaku i natki pietruszki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), twaróg 50 g (7), miód 25 g, sałatka z sałaty, sałaty mix , szpinaku i natki pietruszki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Twaróg 50 g (7), blok szynkowy 30 g (1,10), sałatka z sałaty, sałaty mix, szpinaku i natki pietruszki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1) II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z jajkiem (1,3,7)
	OBIAD	Zupa koperkowa 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone w marchewce 220 g, ryż biały 200 g	Zupa koperkowa 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone w marchewce 220 g, ryż biały 200 g	Zupa koperkowa 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe gotowane w marchewce 220 g, ryż biały 200 g	Zupa koperkowa 300 ml (1,6,7,8,9), ćwiartki drobiowe duszone 120 g (1,6,8,9), marchewka z groszkiem 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)
	KOLACJA	Sałatka jarzynowa 100 g (1,3,6,8,9,10) na sałacie 5 g, blok drobiowy 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Sałatka jarzynowa 100 g (1,3,6,8,9,10) na sałacie 5 g, blok drobiowy 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Sałatka jarzynowa z białkiem 100 g (1,3,6,8,9,) na sałacie 5 g, blok drobiowy 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Sałatka jarzynowa 100 g (1,3,6,8,9,10) na sałacie 5 g, blok drobiowy 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml
	POSIŁEK DODATKOWY	Jabłko 90 g	Jabłko 90 g	Jabłko 90 g	Jabłko 90 g
	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2048,1kcal, białko ogółem	Wartość energetyczna 2182,1 kcal, białko ogółem	Wartość energetyczna 2013,7 kcal, białko ogółem 58,1 g,	Wartość energetyczna 2037,5 kcal, białko ogółem 74,8 g,

		64,5 g, tłuszcz ogółem 56,1 g , w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11,9 g, węglowodany ogółem 354,4 g, w tym cukry proste 34,5 g, błonnik pokarmowy 27,1 g, sól 6 g	57,7 g , tłuszcz ogółem 54, 8 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,1 g, węglowodany ogółem 349,9 g, w tym cukry proste 33,7 g, błonnik pokarmowy 16,5 g, sól 5,9 g	tłuszcz ogółem 53,4 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11,5 g, węglowodany ogółem 353,4 g, w tym cukry proste 53,7 g , błonnik pokarmowy 15,3 g, sól 5,7 g	tłuszcz ogółem 57,3 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,3 g, węglowodany ogółem 348,6 g, w tym cukry proste 35,7 g, błonnik pokarmowy 26,4 g, sól 6,9 g
--	--	--	---	--	---

Czwartek 21.08.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Ryż na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100 g (7), kielbasa szynkowa 30 g (1,10) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Ryż na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100 g (7), kielbasa szynkowa 30 g (1,10) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 (1)	Ryż na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100 g (7), kielbasa szynkowa 30 g (1,10) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Serek śniadaniowy naturalny 150 g (7), kielbasa szynkowa 30 g (1,10) na sałacie 5 g, papryka czerwona 50 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 170 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z szynką gotowaną (1,7,10)
	OBIAD	Zupa z fasolki szparagowej 300 ml (1,6,8,9,10), kotlet schabowy 120 g (1,3,6,8,9), surówka z białej kapusty 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa z fasolki szparagowej 300 ml (1,6,8,9,10), gulasz wieprzowy duszony ze schabu 190 g (1,6,7,8,9), szpinak oprószany 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa ziemniaczana 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy gotowany z schabu 190 g (1,6,7,8,9), szpinak oprószany 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa z fasolki szparagowej 300 ml (1,6,8,9,10), bitka ze schabu 100 g (1,6,8,9), szpinak 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (7,10)
	KOLACJA	Szynka gotowana 50 g (1,10), twaróg 30 g (7), sałatka z selera naciowego, ogórka kiszzonego i jabłka 50 g (9,10), masło 15 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Szynka gotowana 50 g (1,10), twaróg 30 g (7), sałatka z selera naciowego, ogórka kiszzonego i jabłka 50 g (9,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Szynka gotowana 50 g (1,10), twaróg 30 g (7), sałatka z sałaty i natki pietruszki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Szynka gotowana 50 g (1,10), twaróg 30 g (7), sałatka z selera naciowego, ogórka kiszzonego i jabłka 50 g (9,10), masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml

	POSIŁEK DODATKOWY	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g	Kisiel 150 g
	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2094,3 kcal, białko ogółem 64,2 g, tłuszcz ogółem 56,9 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11,7 g, węglowodany ogółem 348,1 g, w tym cukry proste 38,9 g, błonnik pokarmowy 27 g, sól 7,3 g	Wartość energetyczna 2053,3 kcal, białko ogółem 68,1 g, tłuszcz ogółem 55,8 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,8 g, węglowodany ogółem 348,9 g, w tym cukry proste 39,9 g, błonnik pokarmowy 16,3 g, sól 7,5 g	Wartość energetyczna 2051,9 kcal, białko ogółem 65,6 g, tłuszcz ogółem 58,5 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 10,5 g, węglowodany ogółem 349,8 g, w tym cukry proste 49,9 g, błonnik pokarmowy 18,2 g, sól 7,2 g	Wartość energetyczna 2056,8 kcal, białko ogółem 67,8 g, tłuszcz ogółem 56,1 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,4 g, węglowodany ogółem 346,9 g, w tym cukry proste 34,9 g, błonnik pokarmowy 27,1 g, sól 7,7 g

Piątek 22.08.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), jajko gotowane 50 g (3), pasta z twarogu z rzodkiewką 30 g (7) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), jajko gotowane 50 g (3), pasta z twarogu z rzodkiewką 30 g (7) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), blok drobiowy 50 g (1,10) na sałacie 5 g, miód 25 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Jajko gotowane 50 g (3), pasta z twarogu z rzodkiewką 30 g (7) na sałacie 5 g, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)
	OBIAD	Zupa ryżowa 300 ml (1,5,6,8,9), kotlet z ryby 90 (1,3,4,6,8,9), buraczki oprószane 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250	Zupa ryżowa 300 ml (1,5,6,8,9), kotlet z ryby 90 (1,3,4,6,8,9), buraczki oprószane 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa ryżowa 300 ml (1,5,6,8,9), pulpety z ryby gotowane w sosie 190 g (1,3,4,6,7,8,9), buraczki oprószane 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250	Zupa ryżowa 300 ml (1,5,6,8,9), ryba smażona 100 g (1,3,4,6,8,9), buraczki oprószane 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)

	KOLACJA	Parówka delikatesowa 90 g (1,10), serek Hochland 18 g (7), sałatka z sałaty, rukoli i natki pietruszki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Parówka delikatesowa 90 g (1,10), serek Hochland 18 g (7), sałatka z sałaty, rukoli i natki pietruszki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Parówka delikatesowa 90 g (1,10), twaróg 30 g (7), sałatka z sałaty, rukoli i natki pietruszki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Parówka delikatesowa 90 g (1,10), serek Hochland 18 g (7), sałatka z sałaty, rukoli i natki pietruszki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml
	POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt owocowy 150 g (7)	Jogurt owocowy 150 g (7)	Jogurt owocowy 150 g (7)	Jogurt naturalny 150 g (7)
	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2065,3 kcal, białko ogółem 68,5 g, tłuszcz ogółem 56,1 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12,5 g, węglowodany ogółem 347,3 g w tym cukry proste 33,2 g, błonnik pokarmowy 25,6 g, sól 5,2 g	Wartość energetyczna 2079 kcal, białko ogółem 69,8 g, tłuszcz ogółem 56,8 g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,1 g, węglowodany ogółem 348,6 g, w tym cukry proste 32,6 g, błonnik pokarmowy 16,8 g, sól 6,8 g	Wartość energetyczna 2069 kcal, białko ogółem 66,8 g, tłuszcz ogółem 56,8 g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,1 g, węglowodany ogółem 348,9 g, w tym cukry proste 34,8 g, błonnik pokarmowy 15,9 g, sól 5,2 g	Wartość energetyczna 2095 kcal, białko ogółem 68,8 g, tłuszcz ogółem 53,8 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,4 g, węglowodany ogółem 348,4 g, w tym cukry proste 35,9 g, błonnik pokarmowy 26,8 g, sól 5,7 g

Sobota 23.08.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	, masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml	, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z szynką gotowaną (1,7,10)
	OBIAD	Zupa szpinakowa 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w	Zupa szpinakowa 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w	Zupa szpinakowa 300 ml (1,6,7,8,9), gulasz wieprzowy gotowany w jarzynach 290 g	Zupa szpinakowa 300 ml (1,6,7,8,9), stek wieprzowy 90 g (1,6,8,9), surówka z jarzyn

		jarzynach 290 g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna 200 g (1)	jarzynach 290 g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna 200 g (1)	(1,6,7,8,9), kasza jęczmienna 200 g (1,6,7,8,9)	mieszanych 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)
	KOLACJA	Parówka delikatesowa na gorąco 90 g (1,10) , serek Hochland 18 g (7), sałatka z sałaty, rukoli i natki pietruszki z sosem winegret 35 g,, masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Parówka delikatesowa na gorąco 90 g (1,10) , serek Hochland 18 g (7), sałatka z sałaty, rukoli i natki pietruszki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Parówka delikatesowa na gorąco 90 g (1,10), twaróg 30 g (7), sałatka z sałaty, rukoli i natki pietruszki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Parówka delikatesowa na gorąco 90 g (1,10) , serek Hochland 18 g (7), sałatka z sałaty, rukoli i natki pietruszki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml
	POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt owocowy 150 g (7)	Jogurt owocowy 150 g (7)	Jogurt owocowy 150 g (7)	Jogurt naturalny 150 g (7)
	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2089,4 kcal, białko ogółem 64,9 g, tłuszcz ogółem 53,8 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 15,6 g, węglowodany ogółem 346,9 g, w tym cukry proste 34,9 g, błonnik pokarmowy 26,2 g, sól 7,5 g	Wartość energetyczna 2094,9 kcal, białko ogółem 69,6 g, tłuszcz ogółem 54,8 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,2 g, węglowodany ogółem 349,8 g, w tym cukry proste 35,9 g, błonnik pokarmowy 15,4 g, sól 8,2 g	Wartość energetyczna 2086,5 kcal, białko ogółem 71 g, tłuszcz ogółem 54,2 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 19,2 g , węglowodany ogółem 356 g, w tym cukry proste 39,8 g, błonnik pokarmowy 12,6 g, sól 6 g	Wartość energetyczna 2195 kcal, białko ogółem 70 g, tłuszcz ogółem 55,6 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11,9 g, węglowodany ogółem 349,6 g, w tym cukry proste 35,6 g, błonnik pokarmowy 26 g, sól 9 g

Niedziela 24.08.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (1,7), serdelka na gorąco 90 g (1,10), ser topiony 30 g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix i szpinaku z sosem winegret 35 g, masło, 15 g (7) chleb razowy 40 g (1), chleb	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (1,7), serdelka na gorąco 90 g (1,10), ser topiony 30 g (7), sałatka z sałaty, sałaty mix i szpinaku z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa napar 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (1,7), serdelka na gorąco 90 g (1,10), miód 25 g, sałatka z sałaty, sałaty mix i szpinaku z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa napar 250 ml	Serdelka na gorąco 90 g (1,10), ser topiony 30 g (7), sałatka z rzodkiewki 35 g, masło 15 g (7), herbata czarna napar bez cukru 250 ml II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)

		mieszany 120 g (1), kawa zbożowa napar 250 ml (1)			
	OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3,6,7, 8,9), kotlet devolay 90 g (1,3,6,8,9), surówka z kapusty białej i pora 100 g (3,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3,6,7, 8,9), filet drobiowy duszony w sosie 190 g (1,6,7,8,9), marchew z kalafiozem i brokułem 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy gotowany w sosie 190 g (1,6,7,8,9), marchewka oprószana 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1,3,6,7, 8,9), filet drobiowy duszony 90 g (1,6,8,9), marchew, kalafior z brokułem 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)
	KOLACJA	Szynka gotowana 50g (1,10), twaróg krajanka 30 g (7), sałatka z sałaty, roszponki i natki pietruszki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Szynka gotowana 50g (1,10), twaróg krajanka 30 g (7), sałatka z sałaty, roszponki i natki pietruszki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Szynka gotowana 50g (1,10), twaróg krajanka 30 g (7), sałatka z sałaty, roszponki i natki pietruszki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Szynka gotowana 50g (1,10), twaróg krajanka 30 g (7), sałatka z sałaty, roszponki i natki pietruszki z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 170 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml
	POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt naturalny 150 g (7)	Jogurt naturalny 150 g (7)	Jogurt naturalny 150 g (7)	Jogurt naturalny 150 g (7)
	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2030,5 kcal, białko ogółem 66,8 g, tłuszcz ogółem 56,8 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 19,6 g węglowodany ogółem 345,9 g, w tym cukry proste 46,9 g, błonnik pokarmowy 26,9 g, sól 6,4 g	Wartość energetyczna 2047,6 kcal, białko ogółem 67,8 g, tłuszcz ogółem 57,8 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 21,3 g, węglowodany ogółem 349,4 g, w tym cukry proste 43,8 g, błonnik pokarmowy 18,6 g, sól 6,8 g	Wartość energetyczna 2054,3 kcal, białko ogółem 65,8 g, tłuszcz ogółem 54,8 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,8 g, węglowodany ogółem 347,9 g, w tym cukry proste 47 g, błonnik pokarmowy 16,1 g, sól 6,6 g	Wartość energetyczna 2045,6 kcal, białko ogółem 74 g, tłuszcz ogółem 55,7 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 15,6 g, węglowodany ogółem 349,8 g, w tym cukry proste 43 g, błonnik pokarmowy 25,2 g, sól 6,8 g

Poniedziałek 25.08.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie 5 g, dżem 25 g,	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie 5 g, dżem 25 g, ,	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), pasta z białek 50 g (3,7) na sałacie 5 g, dżem 25	Pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie 5 g, blok drobiowy 30 g (1,10), papryka czerwona 50

		masło 15 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	g, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (3), herbata czarna napar bez cukru 250 ml II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z blokiem szynkowym (1,7,10)
	OBIAD	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9), makaron z kiełbasą, boczkiem i kapustą 390 g (1,3,6,8,9,10)	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9), makaron z sosem mięsno – pomidorowym 390 g (1,3,6,7,8,9,10)	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9), makaron z sosem mięsnym 390 g (1,3,6,8,9)	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9), gołąbki 120 g (1,3,6,8,9), surówka z tartej marchewki i jabłka 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)
	KOLACJA	Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9,) ser Hochland 18 g (7), sałatka z selera naciowego, ogórka kiszzonego i jabłka 50 g (9,10), masło 15 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 120 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9,) ser Hochland 18 g (7), sałatka z selera naciowego, ogórka kiszzonego i jabłka 50 g (9,10),, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9,) na sałacie 5 g, twaróg z koperkiem 30 g (7), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Pasta z kurczaka 50 g (1,6,8,9,) ser Hochland 18 g (7), sałatka z selera naciowego, ogórka kiszzonego i jabłka 50 g (9,10), masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml
	POSILEK DODATKOWY	Budyń 150 g (1,7)	Budyń 150 g (1,7)	Budyń 150 g (1,7)	Jabłko 90 g
	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2094,1 kcal, białko ogółem 73,2 g, tłuszcz ogółem 53,2 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,3 g, węglowodany ogółem 347,9 g, w tym cukry proste 38,9 g, błonnik pokarmowy 27,2 g, sól 7,6 g	Wartość energetyczna 2050,9 kcal, białko ogółem 71,6 g, tłuszcz ogółem 59,4 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12,6 g, węglowodany ogółem 349,8 g, w tym cukry proste 35,8 g, błonnik pokarmowy 17,8 g, sól 7,3 g	Wartość energetyczna 2058,6 kcal, białko ogółem 72,6 g, tłuszcz ogółem 56,1 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 16,2 g, węglowodany ogółem 355,9 g, w tym cukry proste 35,7 g, błonnik pokarmowy 15,8 g, sól 5,6 g	Wartość energetyczna 2016,9 kcal, białko ogółem 71,8 g, tłuszcz ogółem 53,6 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,1 g, węglowodany ogółem 353,8 g, w tym cukry proste 24,1 g, błonnik pokarmowy 24,9 g, sól 7,8 g

WTOREK 26.08.2025 r.		DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA CUKRZYCOWA
	ŚNIADANIE	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie 5 g, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie 5 g, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), pasta z białek 50 g (3,7) na sałacie 5 g, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Pasta z jaj 50 g (3,7) na sałacie 5 g, blok szynkowy 30 g (1,10), papryka czerwona 50 g, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml II ŚNIADANIE: kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)
	OBIAD	Żurek z maślanki z ryżem 300 ml (1,6,7,8,9), kotlety mielone 90 g (1,3,6,8,9), surówka z kapusty modrej 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g	Żurek z maślanki z ryżem 300 ml (1,6,7,8,9), klopsiki duszone w sosie 190 g (1,3,6,7,8), buraczki oprószane 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Zupa ryżowa 300 ml (1,6,7,8,9), pulpety gotowane w sosie 190 g (1,3,6,7,8,9), buraczki oprószane 100 g (1,7), ziemniaki z koperkiem 250 g	Żurek z maślanki z ryżem 300 ml (1,6,7,8,9), klopsiki duszone 90 g (1,3,6,8,9), surówka z modrej kapusty 100 g, ziemniaki z koperkiem 250 g PODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)
	KOLACJA	Parówka delikatesowa na gorąco 80 g (1,10), ser Hochland 18 g (7), sałatka z sałaty i sałaty mix z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 120 g (1), chleb razowy 40 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Parówka delikatesowa na gorąco 80 g (1,10), ser Hochland 18 g (7), sałatka z sałaty i sałaty mix z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Parówka delikatesowa na gorąco 80 g (1,10), miód 25 g, sałatka z sałaty i sałaty mix z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb mieszany 160 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Parówka delikatesowa na gorąco 80 g (1,10), ser Hochland 18 g 30 g (7), sałatka z sałaty i sałaty mix z sosem winegret 35 g, masło 15 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 60 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml
	POSIŁEK DODATKOWY	Budyń 150 g (1,7)	Budyń 150 g (1,7)	Budyń 150 g (1,7)	Jabłko 90 g
	WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna 2089,4 kcal, białko ogółem 64,9 g, tłuszcz ogółem 53,8 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 15,6 g, węglowodany ogółem 346,9 g, w tym cukry	Wartość energetyczna 2094,9 kcal, białko ogółem 69,6 g, tłuszcz ogółem 54,8 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,2 g, węglowodany ogółem 349,8 g, w tym cukry proste 35,9 g,	Wartość energetyczna 2086,5 kcal, białko ogółem 71 g, tłuszcz ogółem 54,2 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 19,2 g, węglowodany ogółem 356 g, w tym cukry proste 39,8	Wartość energetyczna 2195 kcal, białko ogółem 70 g, tłuszcz ogółem 55,6 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11,9 g, węglowodany ogółem 349,6 g, w tym cukry proste

		proste 34,9 g, błonnik pokarmowy 26,2 g, sól 7,5 g	błonnik pokarmowy 15,4 g, sól 8,2 g	g, błonnik pokarmowy 12,6 g, sól 6 g	35,6 g, błonnik pokarmowy 26 g, sól 9 g
--	--	--	-------------------------------------	--------------------------------------	---

** Zastrzega się prawo do modyfikacji w jadłospisie*

WYKAZ ALERGENÓW:

Alergen nr 1 – mąki zawierające gluten tj. z pszenicy, żyta, jęczmienia, owsa, orkisz i produkty pochodne;

Alergen nr 2 – skorupiaki i produkty pochodne;

Alergen nr 3 – jaja i produkty pochodne;

Alergen nr 4 – ryby i produkty pochodne;

Alergen nr 5 – produkty zawierające niewielkie ilości orzeszków ziemnych (arachidowych);

Alergen nr 6 – produkty zawierające niewielkie ilości soi, sezamu, gorczycy;

Alergen nr 7 – mleko i produkty pochodne;

Alergen nr 8 – orzechy;

Alergen nr 9 – seler i produkty pochodne;

Alergen 10 – gorczyca i produkty pochodne

Alergen 11 – nasiona sezamu i produkty pochodne

Alergen 12 – dwutlenek siarki

Alergen 13 - łubin

