

Jadłospis	Piątek (2026-05-01)			
Dieta podstawowa	Śniadanie	Obiad	2 Kolacja	Kolacja
<p>E: <b>1886.06</b> kcal, B: <b>104.86</b> g, T: <b>82.23</b> g, W: <b>198.67</b> g, Błonnik [g]: <b>28.03</b>, Cukier [g]: <b>45.5</b>, Sód [mg]: <b>2305.13</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>31.54</b></p>	<p><b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <u>(07)</u>  Chleb pszenno-żytni. 80g <u>(01)</u>  Masło 20g <u>(07)</u>  <b>Twarożek ze szczypiorkiem</b> 61g <u>(07)</u>  Wędlina drobiowa. 60g <u>(01,07,06,09)</u>  Sałata 5g  Papryka 55g</p>	<p><b>Zupa pomidorowa z ryżem [G]</b> 300g <u>(09)</u>  Ziemniaki gotowane [G] 200g  <b>Pulpet rybny pieczony w sosie szpinakowym [P]</b> 120g <u>(04,09,07)</u>  <b>Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g  Jabłko 200g</p>	<p>Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u></p>	<p><b>Herbata bez cukru</b> 250g  Chleb pszenno-żytni. 40g <u>(01)</u>  Chleb razowy. 40g <u>(01)</u>  Masło 20g <u>(07)</u>  Ser, tłżycki tłusty 60g <u>(07)</u>  Wędlina wieprzowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u>  Ogórek 50g</p>
<p>E: <b>1886.79</b> kcal, B: <b>109.85</b> g, T: <b>82.12</b> g, W: <b>184.16</b> g, Błonnik [g]: <b>19.81</b>, Cukier [g]: <b>31.46</b>, Sód [mg]: <b>2360.08</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>31.46</b></p>	<p><b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <u>(07)</u>  Chleb pszenno-żytni. 80g <u>(01)</u>  Masło 20g <u>(07)</u>  <b>Twarożek z koperkiem</b> 60g <u>(07)</u>  Wędlina drobiowa. 60g <u>(01,07,06,09)</u>  Sałata 5g  Pomidor bez skórki 45g</p>	<p><b>Zupa pomidorowa z ryżem [G]</b> 300g <u>(09)</u>  Ziemniaki gotowane [G] 200g  <b>Gotowany pulpet rybny w sosie szpinakowym [G]</b> 120g <u>(04,09,07,03)</u>  <b>Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G]</b> 200g  Jabłko gotowane [G] 150g</p>	<p>Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u></p>	<p><b>Herbata bez cukru</b> 250g  Chleb pszenno-żytni. 80g <u>(01)</u>  Masło 20g <u>(07)</u>  Ser, tłżycki tłusty 60g <u>(07)</u>  Wędlina wieprzowa. 60g <u>(01,07,06,09)</u>  Pomidor bez skórki 50g</p>
<p>E: <b>1939.41</b> kcal, B: <b>107.41</b> g, T: <b>91.29</b> g, W: <b>191.59</b> g, Błonnik [g]: <b>32.68</b>, Cukier [g]: <b>50.26</b>, Sód [mg]: <b>2284.78</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>32.51</b></p>	<p><b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <u>(07)</u>  Chleb razowy. 80g <u>(01)</u>  Masło 20g <u>(07)</u>  <b>Twarożek ze szczypiorkiem</b> 70g <u>(07)</u>  Wędlina drobiowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u>  Sałata 5g  Papryka 55g</p>	<p><b>Zupa pomidorowa z ryżem brązowym [G]</b> 300g <u>(09)</u>  Ziemniaki gotowane [G] 150g  <b>Pulpet rybny pieczony w sosie szpinakowym [P]</b> 120g <u>(04,09,07)</u>  <b>Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g  Jabłko 100g  Słonecznik, nasiona, łuskane 20g</p>	<p>Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u></p>	<p><b>Herbata bez cukru</b> 250g  Chleb razowy. 100g <u>(01)</u>  Masło 20g <u>(07)</u>  Ser, tłżycki tłusty 60g <u>(07)</u>  Wędlina wieprzowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u>  Ogórek 50g</p>
<p>E: <b>1990.35</b> kcal, B: <b>107.59</b> g, T: <b>80.96</b> g, W: <b>226.15</b> g, Błonnik [g]: <b>30.5</b>, Cukier [g]: <b>41.97</b>, Sód [mg]: <b>2311.38</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>30.2</b></p>	<p><b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <u>(07)</u>  Chleb pszenno-żytni. 100g <u>(01)</u>  Masło 20g <u>(07)</u>  <b>Twarożek ze szczypiorkiem</b> 61g <u>(07)</u>  Wędlina drobiowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u>  Sałata 5g  Papryka 55g</p>	<p><b>Zupa pomidorowa z ryżem [G]</b> 350g <u>(09)</u>  Ziemniaki gotowane [G] 250g  <b>Pulpet rybny pieczony w sosie szpinakowym [P]</b> 150g <u>(04,09,07)</u>  <b>Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g  Jabłko 150g</p>	<p>Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u></p>	<p><b>Herbata bez cukru</b> 250g  Chleb pszenno-żytni. 60g <u>(01)</u>  Chleb razowy. 40g <u>(01)</u>  Masło 20g <u>(07)</u>  Ser, tłżycki tłusty 50g <u>(07)</u>  Wędlina wieprzowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u>  Ogórek 50g</p>

Jadłospis	Piątek (2026-05-01)			
	Śniadanie	Obiad	2 Kolacja	Kolacja
<b>Dieta podstawowa dziecięca</b>  E: <b>1886.06</b> kcal, B: <b>104.86</b> g, T: <b>82.23</b> g, W: <b>198.67</b> g, Błonnik [g]: <b>28.03</b> , Cukier [g]: <b>45.5</b> , Sód [mg]: <b>2305.13</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>31.54</b>	<b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Twarożek ze szczypiorkiem</b> 61g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Sałata 5g Papryka 55g	<b>Zupa pomidorowa z ryżem [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 200g <b>Pulpet rybny pieczony w sosie szpinakowym [P]</b> 120g <b>(04,09,07)</b> <b>Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Jabłko 200g	Serek homo naturalny 150g <b>(07)</b>	<b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Ser, tł. 60g <b>(07)</b> Wędlina wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Ogórek 50g
<b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>  E: <b>1884.93</b> kcal, B: <b>107.92</b> g, T: <b>66.34</b> g, W: <b>220.95</b> g, Błonnik [g]: <b>19.01</b> , Cukier [g]: <b>40.11</b> , Sód [mg]: <b>2083.36</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>32.32</b>	<b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenny. 100g <b>(01)</b> Masło 10g <b>(07)</b> <b>Twarożek z koperkiem</b> 60g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	<b>Zupa owocowa [G]</b> 300g Ziemniaki gotowane [G] 300g <b>Gotowany pulpet rybny w sosie szpinakowym [G]</b> 150g <b>(04,09,07,03)</b> <b>Gotowane warzywa [G]</b> 200g Jabłko gotowane [G] 200g	Serek homo naturalny 150g <b>(07)</b>	<b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenny. 100g <b>(01)</b> Masło 10g <b>(07)</b> Wędlina wieprzowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Serek kanapkowy 60g <b>(07)</b> Pomidor bez skórki 50g

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki  
 Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S - smażenie

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis		Sobota (2026-05-02)			
<b>Dieta podstawowa</b>  E: <b>2041.96</b> kcal, B: <b>91.46</b> g, T: <b>76.74</b> g, W: <b>263.9</b> g, Błonnik [g]: <b>32.76</b> , Cukier [g]: <b>81</b> , Sód [mg]: <b>1708.87</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>19.89</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>2 Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	
	<b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> <b>Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G]</b> 250g <b>(07,01)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Jajko gotowane [G] 50g <b>(03)</b> Pomidor 20g Ogórek kiszony 30g	<b>Zupa jarzynowa z soczewicą [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 200g <b>Schab duszony w sosie koperkowym [D]</b> 120g <b>(09,07,01)</b> <b>Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Banan 150g	<b>Galaretką z owocami</b> 200g	<b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Serek grani 50g <b>(07)</b> Pasztet drobiowy 50g Sałata 5g Papryka 45g	
	<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>2 Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	
	<b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> <b>Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G]</b> 250g <b>(07,01)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Jajko gotowane [G] 50g <b>(03)</b> Pomidor bez skórki 20g	<b>Zupa grysikowa [G]</b> 300g <b>(09,01)</b> Ziemniaki gotowane [G] 200g <b>Gotowany schab w sosie koperkowym [G]</b> 120g <b>(09,07,01)</b> <b>Gotowane buraczki [G]</b> 200g Banan 150g	<b>Galaretką z owocami</b> 250g	<b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Serek grani 70g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Sałata 5g Pomidor bez skórki 55g	
<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>  E: <b>1957.61</b> kcal, B: <b>99.17</b> g, T: <b>98.04</b> g, W: <b>186.15</b> g, Błonnik [g]: <b>31.46</b> , Cukier [g]: <b>54.6</b> , Sód [mg]: <b>1737.07</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>29.14</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>2 Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	
	<b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb razowy. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina wieprzowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Jajko gotowane [G] 50g <b>(03)</b> Pomidor 20g Ogórek kiszony 30g	<b>Zupa jarzynowa z soczewicą [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 150g <b>Schab duszony w sosie koperkowym [D]</b> 120g <b>(09,07,01)</b> <b>Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Jabłko 100g Dynia, pestki, łuskane 20g	<b>Serek homo naturalny</b> 150g <b>(07)</b>	<b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb razowy. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Serek grani 60g <b>(07)</b> Pasztet drobiowy 60g Sałata 5g Papryka 45g	
	<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>2 Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	
	<b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> <b>Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G]</b> 300g <b>(07,01)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Jajko gotowane [G] 50g <b>(03)</b> Pomidor 20g Ogórek kiszony 30g	<b>Zupa jarzynowa z soczewicą [G]</b> 350g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 250g <b>Schab duszony w sosie koperkowym [D]</b> 150g <b>(09,07,01)</b> <b>Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Banan 150g	<b>Galaretką z owocami</b> 200g	<b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Serek grani 50g <b>(07)</b> Pasztet drobiowy 50g Sałata 5g Papryka 45g	
<b>Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej</b>  E: <b>2177.95</b> kcal, B: <b>100.46</b> g, T: <b>79.25</b> g, W: <b>284.63</b> g, Błonnik [g]: <b>34.99</b> , Cukier [g]: <b>84.16</b> , Sód [mg]: <b>1796.72</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>20.78</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>2 Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	
	<b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> <b>Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G]</b> 300g <b>(07,01)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Jajko gotowane [G] 50g <b>(03)</b> Pomidor 20g Ogórek kiszony 30g	<b>Zupa jarzynowa z soczewicą [G]</b> 350g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 250g <b>Schab duszony w sosie koperkowym [D]</b> 150g <b>(09,07,01)</b> <b>Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Banan 150g	<b>Galaretką z owocami</b> 200g	<b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Serek grani 50g <b>(07)</b> Pasztet drobiowy 50g Sałata 5g Papryka 45g	
	<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>2 Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	
	<b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> <b>Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G]</b> 300g <b>(07,01)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Jajko gotowane [G] 50g <b>(03)</b> Pomidor 20g Ogórek kiszony 30g	<b>Zupa jarzynowa z soczewicą [G]</b> 350g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 250g <b>Schab duszony w sosie koperkowym [D]</b> 150g <b>(09,07,01)</b> <b>Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Banan 150g	<b>Galaretką z owocami</b> 200g	<b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Serek grani 50g <b>(07)</b> Pasztet drobiowy 50g Sałata 5g Papryka 45g	

Jadłospis	Sobota (2026-05-02)			
<b>Dieta podstawowa dziecięca</b>  E: <b>2041.96</b> kcal, B: <b>91.46</b> g, T: <b>76.74</b> g, W: <b>263.9</b> g, Błonnik [g]: <b>32.76</b> , Cukier [g]: <b>81</b> , Sód [mg]: <b>1708.87</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>19.89</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> <b>Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G]</b> 250g <b>(07,01)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlna wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Jajko gotowane [G] 50g <b>(03)</b> Pomidor 20g Ogórek kiszony 30g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa jarzynowa z soczewicą [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 200g <b>Schab duszony w sosie koperkowym [D]</b> 120g <b>(09,07,01)</b> <b>Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  <b>Galaretką z owocami</b> 200g	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Serek grani 50g <b>(07)</b> Pasztet drobiowy 50g Sałata 5g Papryka 45g
	<b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>  E: <b>2094.38</b> kcal, B: <b>114.68</b> g, T: <b>54.08</b> g, W: <b>300.2</b> g, Błonnik [g]: <b>25.22</b> , Cukier [g]: <b>81.65</b> , Sód [mg]: <b>2181.47</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>21.97</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> <b>Zupa mleczna z płatkami owsianymi [G]</b> 300g <b>(07,01)</b> Chleb pszenny. 80g <b>(01)</b> Masło 10g <b>(07)</b> <b>Pasta z białek jaj z koperkiem</b> 50g <b>(03,07)</b> Wędlna wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Pomidor bez skórki 50g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa grysikowa [G]</b> 300g <b>(09,01)</b> Ziemniaki gotowane [G] 300g <b>Gotowany schab w sosie koperkowym [G]</b> 120g <b>(09,07,01)</b> <b>Gotowane buraczki [G]</b> 200g Banan 200g	<b>2 Kolacja</b>  Serek homo naturalny 150g <b>(07)</b>

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki  
 Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S - smażenie

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Niedziela (2026-05-03)			
<b>Dieta podstawowa</b>  E: <b>1938.78</b> kcal, B: <b>80.72</b> g, T: <b>76.68</b> g, W: <b>246.68</b> g, Błonnik [g]: <b>29.4</b> , Cukier [g]: <b>89.16</b> , Sód [mg]: <b>2711.73</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>30.43</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Galart z kurczaka</b> 100g <b>(09)</b> Serek kanapkowy 60g <b>(07)</b> Sałata 5g Pomidor 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ogórkowa z ryżem [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 200g <b>Panierowany kotlet drobiowy smażony [S]</b> 120g <b>(01,03,07)</b> <b>Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Banan 200g	<b>2 Kolacja</b>  Kefir naturalny 200g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Dżem 50g Ogórek 40g Rzodkiewka 10g
<b>Dieta łatwostrawna</b>  E: <b>2035.69</b> kcal, B: <b>88.51</b> g, T: <b>90.19</b> g, W: <b>231.44</b> g, Błonnik [g]: <b>28.35</b> , Cukier [g]: <b>75.73</b> , Sód [mg]: <b>2239.95</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>37.47</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Galart z kurczaka</b> 100g <b>(09)</b> Serek kanapkowy 60g <b>(07)</b> Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa pietruszkowa [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 200g <b>Gotowany filet z kurczaka w sosie marchewkowo cukiniowym [G]</b> 120g <b>(09)</b> <b>Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Serek homo naturalny 150g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Dżem 60g Pomidor bez skórki 50g
<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>  E: <b>1940.94</b> kcal, B: <b>93.18</b> g, T: <b>98.03</b> g, W: <b>188.33</b> g, Błonnik [g]: <b>33.21</b> , Cukier [g]: <b>60.72</b> , Sód [mg]: <b>3220.96</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>39.55</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb razowy. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Galart z kurczaka</b> 100g <b>(09)</b> Serek kanapkowy 60g <b>(07)</b> Sałata 5g Pomidor 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ogórkowa z ryżem brązowym [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 150g <b>Gotowany filet z kurczaka w sosie marchewkowo cukiniowym [G]</b> 120g <b>(09)</b> <b>Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Jabłko 150g Słonecznik, nasiona, łuskane 20g	<b>2 Kolacja</b>  Kefir naturalny 200g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb razowy. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Ser, tyłżycki tłusty 60g <b>(07)</b> Ogórek 40g Rzodkiewka 10g
<b>Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej</b>  E: <b>2087.44</b> kcal, B: <b>90.89</b> g, T: <b>79.99</b> g, W: <b>266.54</b> g, Błonnik [g]: <b>30.35</b> , Cukier [g]: <b>78.71</b> , Sód [mg]: <b>2844.05</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>30.87</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenno-żytni. 100g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Galart z kurczaka</b> 100g <b>(09)</b> Serek kanapkowy 60g <b>(07)</b> Sałata 5g Pomidor 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ogórkowa z ryżem [G]</b> 350g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 250g <b>Panierowany kotlet drobiowy smażony [S]</b> 150g <b>(01,03,07)</b> <b>Surówka koperkowa z marchewką z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Kefir naturalny 200g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 60g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Dżem 50g Ogórek 40g Rzodkiewka 10g

Jadłospis	Niedziela (2026-05-03)			
<b>Dieta podstawowa dziecięca</b>  E: <b>1938.78</b> kcal, B: <b>80.72</b> g, T: <b>76.68</b> g, W: <b>246.68</b> g, Błonnik [g]: <b>29.4</b> , Cukier [g]: <b>89.16</b> , Sód [mg]: <b>2711.73</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>30.43</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Galart z kurczaka</b> 100g <b>(09)</b> Serek kanapkowy 60g <b>(07)</b> Sałata 5g Pomidor 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ogórkowa z ryżem [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 200g <b>Panierowany kotlet drobiowy smażony [S]</b> 120g <b>(01,03,07)</b> <b>Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Banan 200g	<b>2 Kolacja</b>  Kefir naturalny 200g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Dżem 50g Ogórek 40g Rzodkiewka 10g
	<b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>  E: <b>1966.37</b> kcal, B: <b>83.19</b> g, T: <b>60.21</b> g, W: <b>286.23</b> g, Błonnik [g]: <b>25.87</b> , Cukier [g]: <b>94.32</b> , Sód [mg]: <b>2357.91</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>25.08</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenny. 80g <b>(01)</b> Masło 10g <b>(07)</b> <b>Galart z kurczaka</b> 100g <b>(09)</b> Serek kanapkowy 60g <b>(07)</b> Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa pietruszkowa [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 300g <b>Gotowany filet z kurczaka w sosie marchewkowo cukiniowym [G]</b> 120g <b>(09)</b> <b>Gotowana marchewka [G]</b> 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Kefir naturalny 200g <b>(07)</b> Herbatniki bebe 40g <b>(01,07,06)</b>

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki  
 Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S - smażenie

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-04)			
<b>Dieta podstawowa</b>  E: <b>2115.42</b> kcal, B: <b>97.81</b> g, T: <b>74.59</b> g, W: <b>272.93</b> g, Błonnik [g]: <b>29.34</b> , Cukier [g]: <b>68.91</b> , Sód [mg]: <b>2719.58</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>23.6</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> <b>Zupa mleczna z kaszą manną [G]</b> 250g <b>(07,01)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem</b> 50g <b>(03)</b> Wędlina drobiowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Sałata 5g Papryka 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa curry z ciecierzycą i warzywami [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ryż gotowany [G] 200g <b>Kurczak z warzywami po chińsku [D]</b> 300g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Jabłko 100g	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Pasta rybna</b> 50g <b>(04,03,07)</b> Ser, tłusty 50g <b>(07)</b> Ogórek kiszony 50g
<b>Dieta łatwostrawna</b>  E: <b>2098.95</b> kcal, B: <b>93.83</b> g, T: <b>75.85</b> g, W: <b>268.36</b> g, Błonnik [g]: <b>21.86</b> , Cukier [g]: <b>60</b> , Sód [mg]: <b>2306.83</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>23.62</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> <b>Zupa mleczna z kaszą manną [G]</b> 250g <b>(07,01)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem</b> 50g <b>(03)</b> Wędlina drobiowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa koperkowa [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ryż gotowany [G] 200g <b>Gotowany kurczak w lekkim białym sosie [G]</b> 120g <b>(09,07,01)</b> <b>Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G]</b> 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Jabłko gotowane [G] 100g	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Ser, tłusty 50g <b>(07)</b> <b>Delikatna pasta rybna</b> 50g <b>(04,07)</b> Pomidor bez skórki 50g
<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>  E: <b>1912.47</b> kcal, B: <b>105.85</b> g, T: <b>88.38</b> g, W: <b>184.33</b> g, Błonnik [g]: <b>32.05</b> , Cukier [g]: <b>44.91</b> , Sód [mg]: <b>2812.44</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>31.37</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb razowy. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem</b> 50g <b>(03)</b> Wędlina drobiowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Sałata 5g Papryka 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa curry z ciecierzycą i warzywami [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ryż brązowy gotowany [G] 150g <b>Kurczak z warzywami po chińsku [D]</b> 300g Jabłko 100g	<b>2 Kolacja</b>  Serek homo naturalny 150g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb razowy. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Pasta rybna</b> 60g <b>(04,03,07)</b> Ser, tłusty 50g <b>(07)</b> Ogórek kiszony 50g

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-04)			
<b>Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej</b>  E: <b>2359.8</b> kcal, B: <b>110.08</b> g, T: <b>85.85</b> g, W: <b>297.18</b> g, Błonnik [g]: <b>32.47</b> , Cukier [g]: <b>72.74</b> , Sód [mg]: <b>2815.72</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>25.12</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> <b>Zupa mleczna z kaszą manną [G]</b> 300g <b>(07,01)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem</b> 50g <b>(03)</b> Wędlina drobiowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Sałata 5g Papryka 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa curry z ciecierzycą i warzywami [G]</b> 350g <b>(09)</b> Ryż gotowany [G] 220g <b>Kurczak z warzywami po chińsku [D]</b> 350g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Jabłko 100g Słonecznik, nasiona, łuskane 20g	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Pasta rybna</b> 50g <b>(04,03,07)</b> Ser, tłusty 50g <b>(07)</b> Ogórek kiszony 50g
<b>Dieta podstawowa dziecięca</b>  E: <b>2115.42</b> kcal, B: <b>97.81</b> g, T: <b>74.59</b> g, W: <b>272.93</b> g, Błonnik [g]: <b>29.34</b> , Cukier [g]: <b>68.91</b> , Sód [mg]: <b>2719.58</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>23.6</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> <b>Zupa mleczna z kaszą manną [G]</b> 250g <b>(07,01)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Klasyczna pasta jajeczna ze szczypiorkiem</b> 50g <b>(03)</b> Wędlina drobiowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Sałata 5g Papryka 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa curry z ciecierzycą i warzywami [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ryż gotowany [G] 200g <b>Kurczak z warzywami po chińsku [D]</b> 300g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Jabłko 100g	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Pasta rybna</b> 50g <b>(04,03,07)</b> Ser, tłusty 50g <b>(07)</b> Ogórek kiszony 50g
<b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>  E: <b>2083.57</b> kcal, B: <b>93.48</b> g, T: <b>61.52</b> g, W: <b>297.86</b> g, Błonnik [g]: <b>22.64</b> , Cukier [g]: <b>74.63</b> , Sód [mg]: <b>2253.71</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>27.37</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> <b>Zupa mleczna z kaszą manną [G]</b> 300g <b>(07,01)</b> Chleb pszenny. 80g <b>(01)</b> Masło 10g <b>(07)</b> <b>Pasta z białek jaj z warzywami</b> 50g <b>(03)</b> Wędlina drobiowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa koperkowa [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 300g <b>Gotowany kurczak w lekkim białym sosie [G]</b> 120g <b>(09,07,01)</b> <b>Gotowane warzywa [G]</b> 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Jabłko gotowane [G] 200g	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenny. 100g <b>(01)</b> Masło 10g <b>(07)</b> Serek kanapkowy 70g <b>(07)</b> <b>Delikatna pasta rybna</b> 50g <b>(04,07)</b> Pomidor bez skórki 50g

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Wtorek (2026-05-05)			
<b>Dieta podstawowa</b>  E: <b>1912.71</b> kcal, B: <b>94.03</b> g, T: <b>80.14</b> g, W: <b>218.28</b> g, Błonnik [g]: <b>30.31</b> , Cukier [g]: <b>64.27</b> , Sód [mg]: <b>2128.42</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>25.91</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Twarożek z rzodkiewką</b> 60g <b>(07)</b> Wędlina wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Sałata 5g Pomidor 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa buraczkowa [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 200g <b>Pieczona sztuka mięsa wieprzowego z pieczarkami w sosie własnym [P]</b> 120g <b>Surówka koperkowa z marchewką z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Serek homo naturalny 150g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> <b>Sałatka jarzynowa z ciecierzycą</b> 100g <b>(03,12,10)</b> Rzodkiewka 10g Papryka 40g
<b>Dieta łatwostrawna</b>  E: <b>1807</b> kcal, B: <b>92.11</b> g, T: <b>62.19</b> g, W: <b>233.75</b> g, Błonnik [g]: <b>28.37</b> , Cukier [g]: <b>81.34</b> , Sód [mg]: <b>2099.71</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>23.78</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Twarożek 60g <b>(07)</b> Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa buraczkowa [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 200g <b>Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie bazyliowym [G]</b> 120g <b>(09,07,01)</b> <b>Gotowana marchewka [G]</b> 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Serek homo naturalny 150g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Dżem 60g Pomidor bez skórki 50g
<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>  E: <b>1945.21</b> kcal, B: <b>99.79</b> g, T: <b>93.51</b> g, W: <b>192.41</b> g, Błonnik [g]: <b>34.22</b> , Cukier [g]: <b>57.25</b> , Sód [mg]: <b>2220.12</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>27.13</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb razowy. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Twarożek z rzodkiewką</b> 60g <b>(07)</b> Wędlina wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Sałata 5g Pomidor 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa buraczkowa [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 150g <b>Pieczona sztuka mięsa wieprzowego z pieczarkami w sosie własnym [P]</b> 120g <b>Surówka koperkowa z marchewką z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Jabłko 100g Słonecznik, nasiona, łuskane 30g	<b>2 Kolacja</b>  Serek homo naturalny 150g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb razowy. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> <b>Sałatka jarzynowa z ciecierzycą</b> 100g <b>(03,12,10)</b> Rzodkiewka 10g Papryka 40g
<b>Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej</b>  E: <b>2001.5</b> kcal, B: <b>100.04</b> g, T: <b>82.34</b> g, W: <b>230.24</b> g, Błonnik [g]: <b>31.82</b> , Cukier [g]: <b>65.96</b> , Sód [mg]: <b>2192.55</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>26.65</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Twarożek z rzodkiewką</b> 60g <b>(07)</b> Wędlina wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Sałata 5g Pomidor 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa buraczkowa [G]</b> 350g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 250g <b>Pieczona sztuka mięsa wieprzowego z pieczarkami w sosie własnym [P]</b> 150g <b>Surówka koperkowa z marchewką z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Serek homo naturalny 150g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> <b>Sałatka jarzynowa z ciecierzycą</b> 100g <b>(03,12,10)</b> Rzodkiewka 10g Papryka 40g

Jadłospis	Wtorek (2026-05-05)			
<b>Dieta podstawowa dziecięca</b>  E: <b>1912.71</b> kcal, B: <b>94.03</b> g, T: <b>80.14</b> g, W: <b>218.28</b> g, Błonnik [g]: <b>30.31</b> , Cukier [g]: <b>64.27</b> , Sód [mg]: <b>2128.42</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>25.91</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Twarożek z rzodkiewką</b> 60g <b>(07)</b> Wędlina wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Sałata 5g Pomidor 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa buraczkowa [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 200g <b>Pieczona sztuka mięsa wieprzowego z pieczarkami w sosie własnym [P]</b> 120g <b>Surówka koperkowa z marchewką z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Serek homo naturalny 150g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> <b>Sałatka jarzynowa z ciecierzycą</b> 100g <b>(03,12,10)</b> Rzodkiewka 10g Papryka 40g
	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenny. 80g <b>(01)</b> Masło 10g <b>(07)</b> Wędlina wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Twarożek 70g <b>(07)</b> Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa grycikowa [G]</b> 300g <b>(09,01)</b> Ziemniaki gotowane [G] 300g <b>Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie bazyliowym [G]</b> 120g <b>(09,07,01)</b> <b>Gotowana marchewka [G]</b> 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Serek homo naturalny 150g <b>(07)</b> Herbatniki bebe 40g <b>(01,07,06)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenny. 80g <b>(01)</b> Masło 10g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Dżem 60g Pomidor bez skórki 50g
<b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>  E: <b>1993.1</b> kcal, B: <b>101.03</b> g, T: <b>51.69</b> g, W: <b>293.96</b> g, Błonnik [g]: <b>24.61</b> , Cukier [g]: <b>88.41</b> , Sód [mg]: <b>2247.66</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>19.63</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenny. 80g <b>(01)</b> Masło 10g <b>(07)</b> Wędlina wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Twarożek 70g <b>(07)</b> Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa grycikowa [G]</b> 300g <b>(09,01)</b> Ziemniaki gotowane [G] 300g <b>Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie bazyliowym [G]</b> 120g <b>(09,07,01)</b> <b>Gotowana marchewka [G]</b> 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Serek homo naturalny 150g <b>(07)</b> Herbatniki bebe 40g <b>(01,07,06)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenny. 80g <b>(01)</b> Masło 10g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Dżem 60g Pomidor bez skórki 50g

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki  
 Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S - smażenie

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	środa (2026-05-06)			
<b>Dieta podstawowa</b>  E: <b>2084.11</b> kcal, B: <b>95.43</b> g, T: <b>83.96</b> g, W: <b>250.33</b> g, Błonnik [g]: <b>29.38</b> , Cukier [g]: <b>71.77</b> , Sód [mg]: <b>2215.45</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>28.07</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <u>(07)</u> <b>Zupa mleczna z ryżem [G]</b> 250g <u>(07)</u> Chleb pszenno-żytni. 80g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> <b>Pasta drobiowa</b> 50g <u>(07,12,10)</u> Ser, tyłżycki tłusty 60g <u>(07)</u> Sałata 5g Ogórek 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa kalafiorowa [G]</b> 300g <u>(09)</u> Kasza jęczmienna gotowana [G] 200g <u>(01)</u> <b>Duszony gulasz wieprzowy [D]</b> 120g <u>(09)</u> <b>Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G]</b> 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Jogurt naturalny 100g <u>(07)</u>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <u>(01)</u> Chleb razowy. 40g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> <b>Kanapkowa pasta z fasoli</b> 60g Wędlina wieprzowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u> Pomidor 50g
<b>Dieta łatwostrawna</b>  E: <b>2145.68</b> kcal, B: <b>111.6</b> g, T: <b>69.73</b> g, W: <b>277.13</b> g, Błonnik [g]: <b>27.22</b> , Cukier [g]: <b>71.18</b> , Sód [mg]: <b>2050.66</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>25.76</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <u>(07)</u> <b>Zupa mleczna z kaszą manną [G]</b> 250g <u>(07,01)</u> Chleb pszenno-żytni. 80g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Ser, tyłżycki tłusty 50g <u>(07)</u> <b>Delikatna pasta drobiowa</b> 60g <u>(07)</u> Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa kalafiorowa [G]</b> 300g <u>(09)</u> <b>Kasza kuskus gotowana [G]</b> 200g <u>(01)</u> <b>Gotowany gulasz wieprzowy [G]</b> 120g <u>(09)</u> <b>Gotowane buraczki [G]</b> 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Jogurt naturalny 100g <u>(07)</u>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 80g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> <b>Pomidorowa pasta twarogowa</b> 60g <u>(07)</u> Wędlina wieprzowa. 60g <u>(01,07,06,09)</u> Pomidor bez skórki 50g
<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>  E: <b>1965.11</b> kcal, B: <b>94.2</b> g, T: <b>93.97</b> g, W: <b>200.75</b> g, Błonnik [g]: <b>33.15</b> , Cukier [g]: <b>55.96</b> , Sód [mg]: <b>2212.6</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>27.26</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <u>(07)</u> Chleb razowy. 80g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> <b>Pasta drobiowa</b> 60g <u>(07,12,10)</u> Ser, tyłżycki tłusty 60g <u>(07)</u> Sałata 5g Ogórek 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa kalafiorowa [G]</b> 300g <u>(09)</u> Kasza jęczmienna gotowana [G] 150g <u>(01)</u> <b>Duszony gulasz wieprzowy [D]</b> 120g <u>(09)</u> <b>Surówka z buraczków surowych z dodatkiem oleju rzepakowego</b> 200g Jabłko 100g Słonecznik, nasiona, łuskane 30g	<b>2 Kolacja</b>  Jogurt naturalny 100g <u>(07)</u>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb razowy. 80g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> <b>Kanapkowa pasta z fasoli</b> 60g Wędlina wieprzowa. 60g <u>(01,07,06,09)</u> Pomidor 50g
<b>Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej</b>  E: <b>2290.64</b> kcal, B: <b>105.77</b> g, T: <b>88.27</b> g, W: <b>283.62</b> g, Błonnik [g]: <b>32.78</b> , Cukier [g]: <b>74.84</b> , Sód [mg]: <b>2427.43</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>29.45</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <u>(07)</u> <b>Zupa mleczna z ryżem [G]</b> 300g <u>(07)</u> Chleb pszenno-żytni. 100g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> <b>Pasta drobiowa</b> 50g <u>(07,12,10)</u> Ser, tyłżycki tłusty 60g <u>(07)</u> Sałata 5g Ogórek 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa kalafiorowa [G]</b> 350g <u>(09)</u> Kasza jęczmienna gotowana [G] 220g <u>(01)</u> <b>Duszony gulasz wieprzowy [D]</b> 150g <u>(09)</u> <b>Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G]</b> 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Jogurt naturalny 100g <u>(07)</u>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 60g <u>(01)</u> Chleb razowy. 40g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> <b>Kanapkowa pasta z fasoli</b> 60g Wędlina wieprzowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u> Pomidor 50g

Jadłospis	środa (2026-05-06)			
<b>Dieta podstawowa dziecięca</b>  E: <b>2084.11 kcal</b> , B: <b>95.43 g</b> , T: <b>83.96 g</b> , W: <b>250.33 g</b> , Błonnik [g]: <b>29.38</b> , Cukier [g]: <b>71.77</b> , Sód [mg]: <b>2215.45</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>28.07</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> <b>Zupa mleczna z ryżem [G]</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Pasta drobiowa</b> 50g <b>(07,12,10)</b> Ser, tłusty 60g <b>(07)</b> Sałata 5g Ogórek 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa kalafiorowa [G]</b> 300g <b>(09)</b> Kasza jęczmienna gotowana [G] 200g <b>(01)</b> <b>Duszony gulasz wieprzowy [D]</b> 120g <b>(09)</b> <b>Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G]</b> 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Jogurt naturalny 100g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> <b>Kanapkowa pasta z fasoli</b> 60g Wędlina wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Pomidor 50g
	<b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>  E: <b>2056.44 kcal</b> , B: <b>107.63 g</b> , T: <b>68.6 g</b> , W: <b>262.21 g</b> , Błonnik [g]: <b>21.03</b> , Cukier [g]: <b>74.52</b> , Sód [mg]: <b>2127.65</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>31.61</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> <b>Zupa mleczna z ryżem [G]</b> 300g <b>(07)</b> Chleb pszenny. 80g <b>(01)</b> Masło 10g <b>(07)</b> Ser żółty 50g <b>(07)</b> Serek kanapkowy 40g <b>(07)</b> <b>Delikatna pasta drobiowa</b> 50g <b>(07)</b> Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ryżowa [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 300g <b>Gotowany gulasz wieprzowy [G]</b> 120g <b>(09)</b> <b>Gotowane buraczki [G]</b> 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Jogurt naturalny 100g <b>(07)</b>

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S - smażenie

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Czwartek (2026-05-07)			
Dieta podstawowa	Śniadanie	Obiad	2 Kolacja	Kolacja
E: <b>1915.6</b> kcal, B: <b>96.12</b> g, T: <b>76.83</b> g, W: <b>219.08</b> g, Błonnik [g]: <b>23.43</b> , Cukier [g]: <b>61.86</b> , Sód [mg]: <b>2012.39</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>26.06</b>	<b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <u>(07)</u> Chleb pszenno-żytni. 80g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Wędlina drobiowa. 60g <u>(01,07,06,09)</u> <b>Twarożek z warzywami</b> 60g <u>(07)</u> Rzodkiewka 10g Papryka 40g	<b>Zupa porowa z ziemniakami [G]</b> 300g <u>(09)</u> Ziemniaki gotowane [G] 200g <b>Pieczone udko z kurczaka w sosie pomidorowym [P]</b> 120g <u>(09,07,01)</u> <b>Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G]</b> 200g Banan 200g	Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u>	<b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <u>(01)</u> Chleb razowy. 40g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Wędlina wieprzowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u> <b>Sałatka makaronowa z warzywami i serem</b> 100g <u>(01,03,07)</u> Sałata 5g Ogórek 45g
Dieta łatwostrawna	Śniadanie	Obiad	2 Kolacja	Kolacja
E: <b>1968.79</b> kcal, B: <b>93.17</b> g, T: <b>72.99</b> g, W: <b>242.93</b> g, Błonnik [g]: <b>20.88</b> , Cukier [g]: <b>47.96</b> , Sód [mg]: <b>1985.41</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>24.62</b>	<b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <u>(07)</u> Chleb pszenno-żytni. 80g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> <b>Delikatny twarożek z warzywami</b> 60g <u>(07)</u> Wędlina drobiowa. 60g <u>(01,07,06,09)</u> Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g	<b>Zupa marchewkowa [G]</b> 300g <u>(09)</u> Ziemniaki gotowane [G] 200g <b>Gotowane udko z kurczaka w sosie pietruszkowym [G]</b> 120g <u>(09,07,01)</u> <b>Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G]</b> 200g Banan 150g	Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u>	<b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 80g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Wędlina wieprzowa. 60g <u>(01,07,06,09)</u> Miód pszczeli 60g Pomidor bez skórki 50g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Obiad	2 Kolacja	Kolacja
E: <b>1943.46</b> kcal, B: <b>107.37</b> g, T: <b>93.52</b> g, W: <b>178.72</b> g, Błonnik [g]: <b>27.13</b> , Cukier [g]: <b>45.35</b> , Sód [mg]: <b>2062.79</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>29.16</b>	<b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <u>(07)</u> Chleb razowy. 80g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Wędlina drobiowa. 60g <u>(01,07,06,09)</u> <b>Twarożek z warzywami</b> 60g <u>(07)</u> Rzodkiewka 10g Papryka 40g	<b>Zupa porowa z ziemniakami [G]</b> 300g <u>(09)</u> Ziemniaki gotowane [G] 150g <b>Duszone udko z kurczaka w sosie pietruszkowym [D]</b> 150g <u>(09,07,01)</u> <b>Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G]</b> 200g Jabłko 100g Dynia, pestki, łuskane 30g	Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u>	<b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb razowy. 100g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Wędlina wieprzowa. 60g <u>(01,07,06,09)</u> Jajko gotowane [G] 50g <u>(03)</u> Sałata 5g Ogórek 45g
Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej	Śniadanie	Obiad	2 Kolacja	Kolacja
E: <b>1960.79</b> kcal, B: <b>102.13</b> g, T: <b>79.49</b> g, W: <b>218.38</b> g, Błonnik [g]: <b>23.73</b> , Cukier [g]: <b>52.86</b> , Sód [mg]: <b>2034.99</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>26.77</b>	<b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <u>(07)</u> Chleb pszenno-żytni. 80g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Wędlina drobiowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u> <b>Twarożek z warzywami</b> 60g <u>(07)</u> Rzodkiewka 10g Papryka 40g	<b>Zupa porowa z ziemniakami [G]</b> 350g <u>(09)</u> Ziemniaki gotowane [G] 250g <b>Duszone udko z kurczaka w sosie pietruszkowym [D]</b> 150g <u>(09,07,01)</u> <b>Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G]</b> 200g Banan 150g	Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u>	<b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <u>(01)</u> Chleb razowy. 40g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Wędlina wieprzowa. 70g <u>(01,07,06,09)</u> <b>Sałatka makaronowa z warzywami i serem</b> 100g <u>(01,03,07)</u> Sałata 5g Ogórek 45g

Jadłospis	Czwartek (2026-05-07)			
<b>Dieta podstawowa dziecięca</b>  E: <b>1915.6</b> kcal, B: <b>96.12</b> g, T: <b>76.83</b> g, W: <b>219.08</b> g, Błonnik [g]: <b>23.43</b> , Cukier [g]: <b>61.86</b> , Sód [mg]: <b>2012.39</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>26.06</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g (07) Chleb pszenno-żytni. 80g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) <b>Twarożek z warzywami</b> 60g (07) Rzodkiewka 10g Papryka 40g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa porowa z ziemniakami [G]</b> 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 200g <b>Pieczone udko z kurczaka w sosie pomidorowym [P]</b> 120g (09,07,01) <b>Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym [G]</b> 200g Banan 200g	<b>2 Kolacja</b>  Serek homo naturalny 150g (07)	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g (01) Chleb razowy. 40g (01) Masło 20g (07) Wędlina wieprzowa. 50g (01,07,06,09) <b>Sałatka makaronowa z warzywami i serem</b> 100g (01,03,07) Sałata 5g Ogórek 45g
	<b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>  E: <b>2042.14</b> kcal, B: <b>100.14</b> g, T: <b>55.52</b> g, W: <b>292.49</b> g, Błonnik [g]: <b>18.16</b> , Cukier [g]: <b>61.02</b> , Sód [mg]: <b>2092.41</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>19.89</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g (07) Chleb pszenny. 80g (01) Masło 10g (07) <b>Delikatny twarożek z warzywami</b> 60g (07) Wędlina drobiowa. 60g (01,07,06,09) Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa marchewkowa [G]</b> 300g (09) Ziemniaki gotowane [G] 300g <b>Gotowane udko z kurczaka w sosie pietruszkowym [G]</b> 120g (09,07,01) <b>Gotowane warzywa [G]</b> 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Serek homo naturalny 150g (07) Herbatniki bebe 40g (01,07,06)

**W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.**

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki  
 Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S - smażenie

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Piątek (2026-05-08)			
<b>Dieta podstawowa</b>  E: <b>2019.75</b> kcal, B: <b>98.92</b> g, T: <b>80.7</b> g, W: <b>242.52</b> g, Błonnik [g]: <b>29.16</b> , Cukier [g]: <b>52.97</b> , Sód [mg]: <b>2353.88</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>26.56</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> <b>Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G]</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Jajko gotowane [G] 50g <b>(03)</b> Wędlina wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Pomidor 45g Sałata 5g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 200g <b>Smażona ryba z panierką [S]</b> 120g <b>(04,01,03)</b> <b>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Jabłko 150g	<b>2 Kolacja</b>  Kefir naturalny 200g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Ser, tyłżycki tłusty 50g <b>(07)</b> Papryka 50g
<b>Dieta łatwostrawna</b>  E: <b>1897.71</b> kcal, B: <b>94.22</b> g, T: <b>69.04</b> g, W: <b>239.79</b> g, Błonnik [g]: <b>29.52</b> , Cukier [g]: <b>54.53</b> , Sód [mg]: <b>2428.01</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>25.27</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> <b>Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G]</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Jajko gotowane [G] 50g <b>(03)</b> Wędlina wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 200g <b>Gotowana ryba w sosie warzywnym [G]</b> 120g <b>(04,09,07)</b> <b>Gotowana marchewka [G]</b> 200g Jabłko gotowane [G] 150g	<b>2 Kolacja</b>  Kefir naturalny 200g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Ser, tyłżycki tłusty 50g <b>(07)</b> Pomidor bez skórki 50g
<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>  E: <b>1876</b> kcal, B: <b>97.51</b> g, T: <b>86.39</b> g, W: <b>197.39</b> g, Błonnik [g]: <b>33.64</b> , Cukier [g]: <b>57.67</b> , Sód [mg]: <b>2476.88</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>28.62</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb razowy. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Jajko gotowane [G] 50g <b>(03)</b> Wędlina wieprzowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Pomidor 45g Sałata 5g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 150g <b>Gotowana ryba w sosie warzywnym [G]</b> 150g <b>(04,09,07)</b> <b>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Jabłko 150g Dynia, pestki, łuskane 20g	<b>2 Kolacja</b>  Kefir naturalny 200g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb razowy. 100g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Ser, tyłżycki tłusty 70g <b>(07)</b> Papryka 50g

Jadłospis	Piątek (2026-05-08)			
<b>Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej</b>  E: <b>2165.95</b> kcal, B: <b>107.09</b> g, T: <b>83.75</b> g, W: <b>264.8</b> g, Błonnik [g]: <b>30.72</b> , Cukier [g]: <b>55.73</b> , Sód [mg]: <b>2455.61</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>27.24</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> <b>Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G]</b> 300g <b>(07)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Jajko gotowane [G] 50g <b>(03)</b> Wędlina wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Pomidor 45g Sałata 5g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G]</b> 350g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 250g <b>Smażona ryba z panierką [S]</b> 150g <b>(04,01,03)</b> <b>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Jabłko 150g	<b>2 Kolacja</b>  Kefir naturalny 200g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Ser, tyłżycki tłusty 50g <b>(07)</b> Papryka 50g
<b>Dieta podstawowa dziecięca</b>  E: <b>2019.75</b> kcal, B: <b>98.92</b> g, T: <b>80.7</b> g, W: <b>242.52</b> g, Błonnik [g]: <b>29.16</b> , Cukier [g]: <b>52.97</b> , Sód [mg]: <b>2353.88</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>26.56</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> <b>Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G]</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Jajko gotowane [G] 50g <b>(03)</b> Wędlina wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Pomidor 45g Sałata 5g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 200g <b>Smażona ryba z panierką [S]</b> 120g <b>(04,01,03)</b> <b>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego</b> 200g Jabłko 150g	<b>2 Kolacja</b>  Kefir naturalny 200g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Ser, tyłżycki tłusty 50g <b>(07)</b> Papryka 50g
<b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>  E: <b>1871.75</b> kcal, B: <b>106.99</b> g, T: <b>48.92</b> g, W: <b>264.41</b> g, Błonnik [g]: <b>26.62</b> , Cukier [g]: <b>52.82</b> , Sód [mg]: <b>2079.91</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>19.42</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> <b>Zupa mleczna z płatkami jaglanymi [G]</b> 300g <b>(07)</b> Chleb pszenny. 80g <b>(01)</b> Masło 10g <b>(07)</b> <b>Pasta z białek jaj z pietruszką</b> 50g <b>(03,07)</b> Wędlina wieprzowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Pomidor bez skórki 45g Sałata 5g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa ziemniaczana z natką pietruszki [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 300g <b>Gotowana ryba w sosie warzywnym [G]</b> 120g <b>(04,09,07)</b> <b>Gotowana marchewka [G]</b> 200g Jabłko gotowane [G] 150g	<b>2 Kolacja</b>  Serek homo naturalny 150g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenny. 80g <b>(01)</b> Masło 10g <b>(07)</b> Twaróg 50g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 50g <b>(01,07,06,09)</b> Pomidor bez skórki 50g

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S - smażenie

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Sobota (2026-05-09)			
<b>Dieta podstawowa</b>  E: <b>1993.79</b> kcal, B: <b>75.73</b> g, T: <b>83.27</b> g, W: <b>248.27</b> g, Błonnik [g]: <b>27.4</b> , Cukier [g]: <b>48.69</b> , Sód [mg]: <b>2071.43</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>30.26</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Serek kanapkowy 60g <b>(07)</b> Papryka 40g Rzodkiewka 10g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa szpinakowa z ryżem [G]</b> 300g <b>(09)</b> Kasza gryczana gotowana [G] 200g <b>Duszony gulasz drobiowy z marchewką [D]</b> 120g <b>(09,07,01)</b> <b>Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G]</b> 200g Jabłko 150g	<b>2 Kolacja</b>  Jogurt naturalny 100g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Miód pszczeli 50g <b>Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem</b> 60g <b>(03,07)</b> Ogórek 50g
<b>Dieta łatwostrawna</b>  E: <b>1955.61</b> kcal, B: <b>76.12</b> g, T: <b>69.88</b> g, W: <b>264.13</b> g, Błonnik [g]: <b>26.59</b> , Cukier [g]: <b>45.81</b> , Sód [mg]: <b>2056.78</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>26.7</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Serek kanapkowy 50g <b>(07)</b> Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa szpinakowa z ryżem [G]</b> 300g <b>(09)</b> <b>Kasza kuskus gotowana [G]</b> 200g <b>(01)</b> <b>Gotowany gulasz drobiowy z marchewką [G]</b> 120g <b>(09,07,01)</b> <b>Gotowane buraczki [G]</b> 200g Jabłko gotowane [G] 150g	<b>2 Kolacja</b>  Jogurt naturalny 100g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Miód pszczeli 50g <b>Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem</b> 50g <b>(03,07)</b> Pomidor bez skórki 50g
<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>  E: <b>1962.51</b> kcal, B: <b>93.69</b> g, T: <b>93.34</b> g, W: <b>202.21</b> g, Błonnik [g]: <b>32.34</b> , Cukier [g]: <b>61.77</b> , Sód [mg]: <b>2696.6</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>31.36</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb razowy. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Serek kanapkowy 60g <b>(07)</b> Papryka 40g Rzodkiewka 10g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa szpinakowa z ryżem brązowym [G]</b> 300g <b>(09)</b> Kasza gryczana gotowana [G] 150g <b>Duszony gulasz drobiowy z marchewką [D]</b> 150g <b>(09,07,01)</b> <b>Surówka z buraczków surowych z dodatkiem oleju rzepakowego</b> 200g Jabłko 150g Słonecznik, nasiona, łuskane 20g	<b>2 Kolacja</b>  Jogurt naturalny 100g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb razowy. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> <b>Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem</b> 60g <b>(03,07)</b> Ogórek 50g
<b>Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej</b>  E: <b>2156.3</b> kcal, B: <b>83.78</b> g, T: <b>85.32</b> g, W: <b>278.12</b> g, Błonnik [g]: <b>31.34</b> , Cukier [g]: <b>51.68</b> , Sód [mg]: <b>2262.47</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>30.57</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenno-żytni. 100g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Serek kanapkowy 60g <b>(07)</b> Papryka 40g Rzodkiewka 10g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa szpinakowa z ryżem [G]</b> 350g <b>(09)</b> Kasza gryczana gotowana [G] 220g <b>Duszony gulasz drobiowy z marchewką [D]</b> 150g <b>(09,07,01)</b> <b>Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G]</b> 200g Jabłko 150g	<b>2 Kolacja</b>  Jogurt naturalny 100g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 60g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Miód pszczeli 50g <b>Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem</b> 60g <b>(03,07)</b> Ogórek 50g

Jadłospis	Sobota (2026-05-09)			
<b>Dieta podstawowa dziecięca</b>  E: <b>1993.79 kcal</b> , B: <b>75.73 g</b> , T: <b>83.27 g</b> , W: <b>248.27 g</b> , Błonnik [g]: <b>27.4</b> , Cukier [g]: <b>48.69</b> , Sód [mg]: <b>2071.43</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>30.26</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenno-żytni. 80g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Serek kanapkowy 60g <b>(07)</b> Papryka 40g Rzodkiewka 10g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa szpinakowa z ryżem [G]</b> 300g <b>(09)</b> Kasza gryczana gotowana [G] 200g <b>Duszony gulasz drobiowy z marchewką [D]</b> 120g <b>(09,07,01)</b> <b>Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego [G]</b> 200g Jabłko 150g	<b>2 Kolacja</b>  Jogurt naturalny 100g <b>(07)</b>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <b>(01)</b> Chleb razowy. 40g <b>(01)</b> Masło 20g <b>(07)</b> Miód pszczeli 50g <b>Klasyczna pasta jajeczna z koperkiem</b> 60g <b>(03,07)</b> Ogórek 50g
	<b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>  E: <b>1875.61 kcal</b> , B: <b>78.02 g</b> , T: <b>55.75 g</b> , W: <b>276.93 g</b> , Błonnik [g]: <b>23.27</b> , Cukier [g]: <b>51.9</b> , Sód [mg]: <b>2265.95</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>24.37</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <b>(07)</b> Chleb pszenny. 80g <b>(01)</b> Masło 10g <b>(07)</b> Wędlina drobiowa. 60g <b>(01,07,06,09)</b> Serek kanapkowy 60g <b>(07)</b> Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa koperkowa [G]</b> 300g <b>(09)</b> Ziemniaki gotowane [G] 300g <b>Gotowany gulasz drobiowy z marchewką [G]</b> 120g <b>(09,07,01)</b> <b>Gotowane buraczki [G]</b> 200g Jabłko gotowane [G] 150g	<b>2 Kolacja</b>  Kefir naturalny 200g <b>(07)</b>

**W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.**

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis	Niedziela (2026-05-10)			
<b>Dieta podstawowa</b>  E: <b>1904.81</b> kcal, B: <b>84.82</b> g, T: <b>65.98</b> g, W: <b>259.08</b> g, Błonnik [g]: <b>33.72</b> , Cukier [g]: <b>70.07</b> , Sód [mg]: <b>1994.83</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>17.81</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <u>(07)</u> <b>Zupa mleczna z płatkami owsianymi</b> [G] 250g <u>(07,01)</u> Chleb pszenno-żytni. 80g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Wędlina wieprzowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u> <b>Kanapkowa pasta z ciecierzycy</b> 50g Sałata 5g Pomidor 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa krupnik</b> [G] 300g <u>(09,01)</u> Ziemniaki gotowane [G] 200g <b>Pieczona sztuka wieprzowa w sosie pieczarkowo cebulowym</b> [P] 120g <u>(09)</u> <b>Gotowany kalafior skropiony olejem rzepakowym</b> [G] 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Jabłko 100g	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <u>(01)</u> Chleb razowy. 40g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> <b>Pasta rybna</b> 50g <u>(04,03,07)</u> Wędlina drobiowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u> Papryka 50g
<b>Dieta łatwostrawna</b>  E: <b>1902.44</b> kcal, B: <b>94.72</b> g, T: <b>60.26</b> g, W: <b>255.71</b> g, Błonnik [g]: <b>25.12</b> , Cukier [g]: <b>60.61</b> , Sód [mg]: <b>1911.93</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>16.4</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <u>(07)</u> <b>Zupa mleczna z płatkami owsianymi</b> [G] 250g <u>(07,01)</u> Chleb pszenno-żytni. 80g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> <b>Delikatna pasta drobiowa</b> 50g <u>(07)</u> Wędlina wieprzowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u> Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa grysikowa</b> [G] 300g <u>(09,01)</u> Ziemniaki gotowane [G] 200g <b>Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie selerowo pietruszkowym</b> [G] 120g <u>(09,07,01)</u> <b>Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym</b> [G] 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Jabłko gotowane [G] 100g	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 80g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Wędlina drobiowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u> <b>Delikatna pasta rybna</b> 50g <u>(04,07)</u> Pomidor bez skórki 50g
<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>  E: <b>1889.91</b> kcal, B: <b>94.56</b> g, T: <b>82.48</b> g, W: <b>209.6</b> g, Błonnik [g]: <b>36.29</b> , Cukier [g]: <b>57.82</b> , Sód [mg]: <b>2284.77</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>21.08</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <u>(07)</u> Chleb razowy. 80g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Wędlina wieprzowa. 60g <u>(01,07,06,09)</u> <b>Kanapkowa pasta z ciecierzycy</b> 70g Sałata 5g Pomidor 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa krupnik</b> [G] 300g <u>(09,01)</u> Ziemniaki gotowane [G] 150g <b>Pieczona sztuka wieprzowa w sosie pieczarkowo cebulowym</b> [P] 150g <u>(09)</u> <b>Gotowany kalafior skropiony olejem rzepakowym</b> [G] 200g Jabłko 150g Dynia, pestki, łuskane 30g	<b>2 Kolacja</b>  Kefir naturalny 200g <u>(07)</u>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb razowy. 100g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> <b>Pasta rybna</b> 60g <u>(04,03,07)</u> Wędlina drobiowa. 60g <u>(01,07,06,09)</u> Papryka 50g

Jadłospis	Niedziela (2026-05-10)			
<b>Dieta dla kobiet w ciąży / matki karmiącej</b>  E: <b>2154.03</b> kcal, B: <b>98.85</b> g, T: <b>69.98</b> g, W: <b>300.59</b> g, Błonnik [g]: <b>38.08</b> , Cukier [g]: <b>72.74</b> , Sód [mg]: <b>2243.86</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>19.54</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <u>(07)</u> <b>Zupa mleczna z płatkami owsianymi</b> [G] 300g <u>(07,01)</u> Chleb pszenno-żytni. 100g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Wędlina wieprzowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u> <b>Kanapkowa pasta z ciecierzycy</b> 50g Sałata 5g Pomidor 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa krupnik</b> [G] 350g <u>(09,01)</u> Ziemniaki gotowane [G] 250g <b>Pieczona sztuka mięsa wieprzowego z pieczarkami w sosie własnym</b> [P] 150g <b>Gotowany kalafior skropiony olejem rzepakowym</b> [G] 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Jabłko 100g	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 60g <u>(01)</u> Chleb razowy. 40g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> <b>Pasta rybna</b> 50g <u>(04,03,07)</u> Wędlina drobiowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u> Papryka 50g
<b>Dieta podstawowa dziecięca</b>  E: <b>1904.81</b> kcal, B: <b>84.82</b> g, T: <b>65.98</b> g, W: <b>259.08</b> g, Błonnik [g]: <b>33.72</b> , Cukier [g]: <b>70.07</b> , Sód [mg]: <b>1994.83</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>17.81</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <u>(07)</u> <b>Zupa mleczna z płatkami owsianymi</b> [G] 250g <u>(07,01)</u> Chleb pszenno-żytni. 80g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> Wędlina wieprzowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u> <b>Kanapkowa pasta z ciecierzycy</b> 50g Sałata 5g Pomidor 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa krupnik</b> [G] 300g <u>(09,01)</u> Ziemniaki gotowane [G] 200g <b>Pieczona sztuka wieprzowa w sosie pieczarkowo cebulowym</b> [P] 120g <u>(09)</u> <b>Gotowany kalafior skropiony olejem rzepakowym</b> [G] 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Jabłko 100g	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenno-żytni. 40g <u>(01)</u> Chleb razowy. 40g <u>(01)</u> Masło 20g <u>(07)</u> <b>Pasta rybna</b> 50g <u>(04,03,07)</u> Wędlina drobiowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u> Papryka 50g
<b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>  E: <b>2044.21</b> kcal, B: <b>119.44</b> g, T: <b>55.7</b> g, W: <b>274.59</b> g, Błonnik [g]: <b>20.43</b> , Cukier [g]: <b>55.74</b> , Sód [mg]: <b>1987.93</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>21.38</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru</b> 250g <u>(07)</u> <b>Zupa mleczna z płatkami owsianymi</b> [G] 300g <u>(07,01)</u> Chleb pszenny. 80g <u>(01)</u> Masło 10g <u>(07)</u> <b>Delikatna pasta drobiowa</b> 50g <u>(07)</u> Wędlina wieprzowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u> Sałata 5g Pomidor bez skórki 45g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa grysikowa</b> [G] 300g <u>(09,01)</u> Ziemniaki gotowane [G] 300g <b>Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie selerowo pietruszkowym</b> [G] 120g <u>(09,07,01)</u> <b>Gotowane warzywa</b> [G] 200g Banan 150g	<b>2 Kolacja</b>  Serek homo naturalny 150g <u>(07)</u>	<b>Kolacja</b>  <b>Herbata bez cukru</b> 250g Chleb pszenny. 80g <u>(01)</u> Masło 10g <u>(07)</u> Wędlina drobiowa. 50g <u>(01,07,06,09)</u> <b>Delikatna pasta rybna</b> 50g <u>(04,07)</u> Pomidor bez skórki 50g

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów: 01. Zboża zawierające gluten; 02. Skorupiaki i produkty pochodne; 03. Jaja i produkty pochodne; 04. Ryby i produkty pochodne; 05. Orzeszki ziemne; 06. Soja i produkty pochodne; 07. Mleko i produkty pochodne; 08. Orzechy; 09. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki; 13. Łubin; 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S - smażenie

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

