# *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Dieta podstawowa C01 | Dieta łatwostrawna C02 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 2026-05-31 niedziela | Śniadanie | Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,*** )<br>Szynka wieprzowa gotowana 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek homogenizowany 70g (***MLE,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Ogórek 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,*** )<br>Szynka wieprzowa gotowana 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek homogenizowany 70g (***MLE,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Sałatka z pomidora i sałaty 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,*** )<br>Szynka wieprzowa gotowana 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek homogenizowany 70g (***MLE,*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Ogórek 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml | Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,*** )<br>Szynka wieprzowa gotowana 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek homogenizowany 70g (***MLE,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Ogórek 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,*** )<br>Szynka wieprzowa gotowana 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek homogenizowany 70g (***MLE,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Sałatka z pomidora i sałaty 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | | Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***)<br>Masło roślinne 5g<br>Ser żółty 20g ( ***MLE,*** )<br>Rzodkiewka 30g | Serek waniliowy 1szt. ( ***MLE, )***<br>Chrupki kukurydziane 20g | Serek waniliowy 1szt. ( ***MLE, )***<br>Chrupki kukurydziane 20g |
| | Obiad | Barszcz czerwony z ziemniakami i jajkiem 400 ml (***SEL, MLE, JAJ*** )<br>Kotlet schabowy z pieca 100g (***GLU, JAJ, PSZ*** )<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Sałatka colesław 100g (***MLE, JAJ, GOR***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Barszcz czerwony z ziemniakami i jajkiem 400 ml (***SEL, MLE, JAJ*** )<br>Bitki schabowe w sosie własnym 100g<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Bukiet warzyw gotowany 100g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Barszcz czerwony z ziemniakami i jajkiem 400 ml (***SEL, MLE, JAJ*** )<br>Bitki schabowe w sosie własnym 100g<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Sałatka colesław 100g (***MLE, JAJ, GOR***)<br>Kompot b/c 350 ml | Barszcz czerwony z ziemniakami i jajkiem 400 ml (***SEL, MLE, JAJ*** )<br>Kotlet schabowy z pieca 100g (***GLU, JAJ, PSZ*** )<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Sałatka colesław 100g (***MLE, JAJ, GOR***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Barszcz czerwony z ziemniakami i jajkiem 400 ml (***SEL, MLE, JAJ*** )<br>Bitki schabowe w sosie własnym 100g<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Bukiet warzyw gotowany 100g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | | Jabłko 150g | Jabłko 150g | Jabłko pieczone 150g |
| | Kolacja | Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Ser żółty 30 g (***MLE***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***)<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Sałata 10g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Wędlina drobiowa 30 g (***MLE***)<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***)<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10 g<br>Herbata b/c 350 ml | Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Ser żółty 30 g (***MLE***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***)<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Sałata 10g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Koktajl owocowy 150g (***MLE,*** ) | Koktajl owocowy 150g (***MLE,*** ) | Koktajl owocowy b/c 150g (***MLE,*** ) | Koktajl owocowy 150g (***MLE,*** ) | Koktajl owocowy 150g (***MLE,*** ) |
| | | E: 2156,33 kcal;<br>B: 119,76 g; T: 69,24 g; W: 276,94 g<br>Kw. tł. nasy.: 22,01 g;<br>Bł.: 32,52 g; Sól: 5,44 g; | E: 1992,85 kcal;<br>B: 112,13 g; T: 53,1 g; W: 291,42 g<br>Kw. tł. nasy.: 20,52 g;<br>Bł.: 26,54 g; Sól: 5,03 g; | E: 2187,01 kcal;<br>B: 119,98 g; T: 70,99 g; W: 287,76 g W tym cukry: 54,01 g<br>Kw. tł. nasy.: 21,5 g;<br>Bł.: 38,18 g; Sól: 5,11 g; | E: 2504,93 kcal;<br>B: 132,94 g; T: 80,44 g; W: 330,22 g<br>Kw. tł. nasy.: 26,00 g;<br>Bł.: 36,04 g; Sól: 5,51 g; | E: 2383,85 kcal;<br>B: 139,13 g; T: 60,1 g; W: 2346,42 g<br>Kw. tł. nasy.: 23,92 g;<br>Bł.: 30,54 g; Sól: 5,05 g; |

## *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Dieta podstawowa C01 | Dieta łatwostrawna C02 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 2026-06-01 poniedziałek | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU,***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Pasta z makreli, jajka i ogórka kiszonego 70g (***RYB, JAJ, MLE***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Papryka 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU,***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Twaróg 70g (***MLE,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Pomidor 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Pasta z makreli, jajka i ogórka kiszonego 70g (***RYB, JAJ, MLE***)<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Papryka 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml | Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU,***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Pasta z makreli, jajka i ogórka kiszonego 70g (***RYB, JAJ, MLE***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Papryka 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU,***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Twaróg 70g (***MLE,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Pomidor 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | | Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***)<br>Masło roślinne 5g<br>Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Rzodkiewka 30g | Jogurt owocowy 150g ( ***MLE,***)<br>Biszkopty 5szt. ( ***GLU, PSZ, JAJ***) | Jogurt owocowy 150g ( ***MLE,***)<br>Biszkopty 5szt. ( ***GLU, PSZ, JAJ***) |
| | Obiad | Zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***SEL, MLE, GLU, PSZ,JAJ***)<br>Filet z kurczaka pieczony100g<br>Sos pietruszkowy (***MLE, GLU***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Surówka z czerwonej kapusty 100g (***MLE, JAJ, GOR***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***SEL, MLE, GLU, PSZ,JAJ***)<br>Filet z kurczaka pieczony100g<br>Sos pietruszkowy (***MLE, GLU***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Marchewka gotowana 100g (***MLE***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa brokułowa z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (***SEL, MLE, GLU, PSZ,JAJ***)<br>Filet z kurczaka pieczony100g<br>Sos pietruszkowy (***MLE, GLU***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Surówka z czerwonej kapusty 100g (***MLE, JAJ, GOR***)<br>Kompot b/c 350 ml | Zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***SEL, MLE, GLU, PSZ***)<br>Filet z kurczaka pieczony100g<br>Sos pietruszkowy (***MLE, GLU,JAJ***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Surówka z czerwonej kapusty 100g (***MLE, JAJ, GOR***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***SEL, MLE, GLU, PSZ,JAJ***)<br>Filet z kurczaka pieczony100g<br>Sos pietruszkowy (***MLE, GLU***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Marchewka gotowana 100g (***MLE***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | | Wafle ryżowe 10g<br>Twaróg 30g (***MLE,***)<br>Sałata 5g | Wafle ryżowe 10g<br>Twaróg 30g (***MLE,***)<br>Sałata 5g | Jabłko pieczone 150g |
| | Kolacja | Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Sałatka grecka 100g (***MLE***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU PSZ,***)<br>Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***)<br>Pomidor 70g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Sałata 10g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Sałatka grecka 100g (***MLE***)<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***)<br>Pomidor 70g<br>Herbata b/c 350 ml | Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Sałatka grecka 100g (***MLE***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU PSZ,***)<br>Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***)<br>Pomidor 70g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Sałata 10g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Budyń 200g (***MLE,***) | Budyń 200g (***MLE,***) | Budyń b/c 200g (***MLE,***) | Budyń 200g (***MLE,***) | Budyń 200g (***MLE,***) |
| | | E: 2552,35 kcal;<br>B: 108,1 g; T: 90,12 g; W: 364,66 g<br>Kw. tł. nasy.: 27,76 g;<br>Bł.: 40,71 g; Sól: 5,11 g; | E: 2264,51 kcal;<br>B: 107,2 g; T: 62,61 g; W: 327,18 g<br>Kw. tł. nasy.: 24,09 g;<br>Bł.: 26,8 g; Sól: 4,85 g; | E: 2570,53 kcal;<br>B: 115,65 g; T: 92,56 g; W: 349,87 g W tym cukry: 61,02 g;<br>Kw. tł. nasy.: 26,25 g;<br>Bł.: 47,5 g; Sól: 5,24 g; | E: 2784,85 kcal;<br>B: 120,1 g; T: 95,54 g; W: 398,83 g<br>Kw. tł. nasy.: 29,28 g;<br>Bł.: 44,99 g; Sól: 5,14 g; | E: 2493,5 kcal;<br>B: 114,52 g; T: 65,6 g; W: 370,00 g<br>Kw. tł. nasy.: 26,09 g;<br>Bł.: 28,8 g; Sól: 4,95 g; |

## *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Dieta podstawowa C01 | Dieta łatwostrawna C02 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 2026-06-02 wtorek | Śniadanie | Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Ogórek 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE,GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Sałata 10g<br>Ogórek 70g<br>Herbata b/c 350 ml | Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Ogórek 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | | Koktajl jogurtowo-owocowy b/c (150g) (***MLE***)<br>Nasiona chia 15 g | Koktajl jogurtowo-owocowy (150g) (***MLE***)<br>Nasiona chia 15 g | Koktajl jogurtowo-owocowy (150g) (***MLE***)<br>Nasiona chia 15 g |
| | Obiad | Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,MLE***)<br>Sos bolognese z mozzarellą 200g (***MLE,***)<br>Makaron 250g ( ***GLU, PSZ, JAJ*** )<br>Fasolka szparagowa 100g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***)<br>Sos bolognese z mozzarellą 200g (***MLE,***)<br>Makaron 250g ( ***GLU, PSZ, JAJ*** )<br>Fasolka szparagowa 100g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,MLE***)<br>Sos bolognese z mozzarellą 200g (***MLE,***)<br>Makaron pełnoziarnisty 250g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Fasolka szparagowa 100g<br>Kompot b/c 350 ml | Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,MLE***)<br>Sos bolognese z mozzarellą 200g (***MLE,***)<br>Makaron 250g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Fasolka szparagowa 100g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***)<br>Sos bolognese z mozzarellą 200g (***MLE,***)<br>Makaron 250g ( ***GLU, PSZ, JAJ*** )<br>Fasolka szparagowa 100g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | | Jabłko 150g | Jabłko 150g | Jabłko pieczone 150g |
| | Kolacja | Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Papryka 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Jabłko pieczone 150 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***)<br>Papryka 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml | Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Papryka 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Jabłko pieczone 150 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Pieczona owsianka 150g (***MLE,*** ) | Pieczona owsianka 150g (***MLE,*** ) | Pieczona owsianka 150g (***MLE,*** ) | Pieczona owsianka 150g (***MLE,*** ) | Pieczona owsianka 150g (***MLE,*** ) |
| | | E: 2005,8 kcal;<br>B: 91,5 g; T: 53,5 g; W: 302,4 g<br>Kw. tł. nasy.: 21,8 g;<br>Bł.: 33,5 g; Sól: 5,01 g; | E: 2020,5 kcal;<br>B: 95,2 g; T: 53,00 g; W: 305,4 g<br>Kw. tł. nasy.: 21,5 g;<br>Bł.: 25,4 g; Sól: 4,87 g; | E: 2140,2 kcal;<br>B: 198,5 g; T: 61,7 g; W: 319,1 g W tym cukry: 52,02 g;<br>Kw. tł. nasy.: 23,0 g;<br>Bł.: 42,6 g; Sól: 5,16 g; | E: 2261,18 kcal;<br>B: 102,02 g; T: 60,55 g; W: 347,6 g<br>Kw. tł. nasy.: 23,41 g;<br>Bł.: 36,64 g; Sól: 5,05 g; | E: 2273,5 kcal;<br>B: 105,2 g; T: 61,00 g; W: 342,4 g<br>Kw. tł. nasy.: 22,8 g;<br>Bł.: 28,7 g; Sól: 5,17 g; |

# *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Dieta podstawowa C01 | Dieta łatwostrawna C02 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 2026-06-03 Środa | Śniadanie | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( ***MLE, GLU***)<br>Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Jajko got 1szt. (***JAJ,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( ***MLE, GLU***)<br>Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Jajko got 1szt. (***JAJ,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Sałatka z pomidora i sałaty 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( ***MLE, GLU***)<br>Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Jajko got 1szt. (***JAJ,*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( ***MLE, GLU***)<br>Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Jajko got 1szt. (***JAJ,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Sałatka z pomidora i sałaty 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( ***MLE, GLU***)<br>Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Jajko got 1szt. (***JAJ,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Sałatka z pomidora i sałaty 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | | Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***)<br>Masło roślinne 5g<br>Szynka wieprzowa 20g (***SOJ, GOR,*** )<br>Ogórek 30g | Mus owocowy 100ml<br>Biszkopty 5szt. ( ***GLU, PSZ, JAJ***) | Mus owocowy 100ml<br>Biszkopty 5szt. ( ***GLU, PSZ, JAJ***) |
| | Obiad | Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 400 ml (***SEL,***)<br>Pierś z kurczaka w sosie szpinakowym 100g ( ***MLE***)<br>Ryż biały 250g<br>Sałatka z buraków 100g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 400 ml (***SEL,***)<br>Pierś z kurczaka w sosie szpinakowym 100g ( ***MLE***)<br>Ryż biały 250g<br>Warzywa gotowane 100g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 400 ml (***SEL,***)<br>Pierś z kurczaka w sosie szpinakowym 100g ( ***MLE***)<br>Ryż brązowy 250g<br>Sałatka z buraków 100g<br>Kompot b/c 350 ml | Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 400 ml (***SEL,***)<br>Pierś z kurczaka w sosie szpinakowym 100g ( ***MLE***)<br>Ryż biały 250g<br>Sałatka z buraków 100g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 400 ml (***SEL,***)<br>Pierś z kurczaka w sosie szpinakowym 100g ( ***MLE***)<br>Ryż biały 250g<br>Warzywa gotowane 100g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | | Wafle ryżowe 10g<br>Twaróg 30g (***MLE,*** )<br>Sałata 5g | Wafle ryżowe 10g<br>Twaróg 30g (***MLE,*** )<br>Sałata 5g | Wafle ryżowe 10g<br>Twaróg 30g (***MLE,*** )<br>Sałata 5g |
| | Kolacja | Ser żółty 30 g (***MLE***)<br>Sałatka gyros 30g (***JAJ, GOR, MLE*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Rzodkiewka 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Wędlina wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Sałatka gyros dieta 30g (***JAJ, GOR, MLE*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Ser żółty 30 g (***MLE***)<br>Sałatka gyros 30g (***JAJ, GOR, MLE*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***)<br>Rzodkiewka 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml | Ser żółty 30 g (***MLE***)<br>Sałatka gyros 30g (***JAJ, GOR, MLE*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Rzodkiewka 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Wędlina wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Sałatka gyros dieta 30g (***JAJ, GOR, MLE*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Koktajl owocowy 150g (***MLE,*** ) | Koktajl owocowy 150g (***MLE,*** ) | Koktajl owocowy b/c 150g (***MLE,*** ) | Koktajl owocowy 150g (***MLE,*** ) | Koktajl owocowy 150g (***MLE,*** ) |
| | | E: 2406,1 kcal;<br>B: 116,6 g; T: 81,8 g; W: 334,4 g<br>Kw. tł. nasy.: 25,7 g;<br>Bł.: 38,3 g; Sól: 6,11 g; | E: 2339,3 kcal;<br>B: 113,8 g; T: 71,6 g; W: 315,,8 g<br>Kw. tł. nasy.: 23,9 g;<br>Bł.: 26,7 g; Sól: 5,65 g; | E: 2539,3 kcal;<br>B: 125,65 g; T: 91,24 g; W: 336,26 g W tym cukry: 58,1 g<br>Kw. tł. nasy.: 26,48 g;<br>Bł.: 44,99 g; Sól: 6,00 g; | E: 2644,1 kcal;<br>B: 130,88 g; T: 85,76 g; W: 356,88 g<br>Kw. tł. nasy.: 27,6 g;<br>Bł.: 41,35 g; Sól: 6,18 g; | E: 2538,3 kcal;<br>B: 121,8 g; T: 75,0g; W: 350,8 g<br>Kw. tł. nasy.: 26,0 g;<br>Bł.: 29,7 g; Sól: 5,95 g; |

## *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Dieta podstawowa C01 | Dieta łatwostrawna C02 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 2026-06-04 czwartek | Śniadanie | Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Serek śmietankowy 70g ( ***MLE,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Pomidor 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Serek śmietankowy 70g ( ***MLE,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Jabłko pieczone 150g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Serek śmietankowy 70g ( ***MLE,***)<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Pomidor 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml | Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Serek śmietankowy 70g ( ***MLE,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Pomidor 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Serek śmietankowy 70g ( ***MLE,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Jabłko pieczone 150g Sałata<br>10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | | Czekoladowy pudding chia b/c ( ***MLE,***) | Czekoladowy pudding chia ( ***MLE,***) | Czekoladowy pudding chia ( ***MLE,***) |
| | Obiad | Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***SEL, GLU, PSZ, MLE, JAJ,***)<br>Nuggetsy z kurczaka z pieca w płatkach kukurydzianych 100 g<br>(***GLU, PSZ, JAJ***)<br>Ziemniaki pieczone 250 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej 100g (***MLE, JAJ, GOR***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***SEL, GLU, PSZ, MLE, JAJ,***)<br>Nuggetsy z kurczaka z pieca w płatkach kukurydzianych 100 g<br>(***GLU, PSZ, JAJ***)<br>Ziemniaki gotowane 250 g<br>Brokuły gotowane 100 g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (***SEL, GLU, PSZ, MLE, JAJ,***)<br>Nuggetsy z kurczaka z pieca w płatkach kukurydzianych 100 g<br>(***GLU, PSZ, JAJ***)<br>Ziemniaki pieczone 250 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej 100g (***MLE, JAJ, GOR***)<br>Kompot b/c 350 ml | Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***SEL, GLU, PSZ, MLE, JAJ,***)<br>Nuggetsy z kurczaka z pieca w płatkach kukurydzianych 100 g<br>(***GLU, PSZ, JAJ***)<br>Ziemniaki pieczone 250 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej 100g (***MLE, JAJ, GOR***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***SEL, GLU, PSZ, MLE, JAJ,***)<br>Nuggetsy z kurczaka z pieca w płatkach kukurydzianych 100 g<br>(***GLU, PSZ, JAJ***)<br>Ziemniaki gotowane 250 g<br>Brokuły gotowane 100 g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | | Jabłko 150g | Jabłko 150g | Jabłko pieczone 150g |
| | Kolacja | Twaróg 70g (***MLE***)<br>Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Ogórek 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Twaróg 70g (***MLE***)<br>Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Pomidor 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Twaróg 70g (***MLE***)<br>Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Ogórek 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml | Twaróg 70g (***MLE***)<br>Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Ogórek 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Twaróg 70g (***MLE***)<br>Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Pomidor 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Jogurt naturalny 150g (***MLE,***) | Jogurt naturalny 150g (***MLE,***) | Jogurt naturalny 150g (***MLE,***) | Jogurt naturalny 150g (***MLE,***) | Jogurt naturalny 150g (***MLE,***) |
| | | E: 2266,51 kcal;<br>B: 120,21 g; T: 69,04 g; W: 310,73 g<br>Kw. tł. nasy.: 23,21 g;<br>Bł.: 33,74 g; Sól: 5,88 g; | E: 2220,47 kcal;<br>B: 118,5 g; T: 66,31 g; W: 301,69 g<br>Kw. tł. nasy.: 23,41 g;<br>Bł.: 25,11 g; Sól: 5,45 g; | E: 2519,00 kcal;<br>B: 123,74 g; T: 88,93 g; W: 335,75 g W tym cukry: 60,12 g<br>Kw. tł. nasy.: 26,08 g;<br>Bł.: 49,02 g; Sól: 5,95 g; | E: 2608,17 kcal;<br>B: 125,00 g; T: 87,94 g; W: 354,45 g<br>Kw. tł. nasy.: 25,14 g;<br>Bł.: 38,69 g; Sól: 6,02 g; | E: 2530,47 kcal;<br>B: 128,5 g; T: 78,31 g; W: 346,69 g<br>Kw. tł. nasy.: 24,71 g;<br>Bł.: 29,11 g; Sól: 5,95 g; |

## *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Dieta podstawowa C01 | Dieta łatwostrawna C02 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 2026-06-05 piątek | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( ***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( ***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( ***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( ***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( ***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | | Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***)<br>Masło roślinne 5g<br>Jajko got 1szt. (***JAJ,*** )<br>Rzodkiewka 30g | Mus owocowy 100ml<br>Herbatniki 3szt. ( ***GLU, PSZ, JAJ, MLE*** ) | Mus owocowy 100ml<br>Herbatniki 3szt. ( ***GLU, PSZ, JAJ, MLE*** ) |
| | Obiad | Ryżanka z ziemniakami 400 ml (***SEL,***)<br>Filet z miruny w panierce z pieca 100g (***RYB, PSZ, GLU*** )<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Surówka colesław 100 g (***MLE, JAJ, GOR***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Ryżanka z ziemniakami 400 ml (***SEL,***)<br>Filet z miruny w panierce z pieca 100g (***RYB, PSZ, GLU*** )<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Bukiet warzyw gotowanych 100 g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Ryżanka z ziemniakami 400 ml (***SEL,***)<br>Filet z miruny w panierce z pieca 100g (***RYB, PSZ, GLU*** )<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Surówka colesław 100 g (***MLE, JAJ, GOR***)<br>Kompot b/c 350 ml | Ryżanka z ziemniakami 400 ml (***SEL,***)<br>Filet z miruny w panierce z pieca 100g (***RYB, PSZ, GLU*** )<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Surówka colesław 100 g (***MLE, JAJ, GOR***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Ryżanka z ziemniakami 400 ml (***SEL,***)<br>Filet z miruny w panierce z pieca 100g (***RYB, PSZ, GLU*** )<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Bukiet warzyw gotowanych 100 g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | | Wafle ryżowe 10g<br>Pasta z pieczonych warzyw 30g<br>Sałata 5g | Wafle ryżowe 10g<br>Pasta z pieczonych warzyw 30g<br>Sałata 5g | Wafle ryżowe 10g<br>Pasta z pieczonych warzyw 30g<br>Sałata 5g |
| | Kolacja | Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Sałatka warzywna 70g (***SEL, JAJ, GOR,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Ogórek 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Sałatka warzywna dieta 70g (***SEL, JAJ, MLE,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Sałatka warzywna dieta 70g (***SEL, JAJ, MLE,*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***)<br>Ogórek 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml | Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Sałatka warzywna 70g (***SEL, JAJ, GOR,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Ogórek 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Sałatka warzywna dieta 70g (***SEL, JAJ, MLE,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Budyń 200g (***MLE,*** ) | Budyń 200g (***MLE,*** ) | Budyń b/c 200g (***MLE,*** ) | Budyń 200g (***MLE,*** ) | Budyń 200g (***MLE,*** ) |
| | | E: 2344,34 kcal;<br>B: 112,41 g; T: 80,49 g; W: 320,32 g<br>Kw. tł. nasy.: 24,14 g;<br>Bł.: 36,83 g; Sól: 5,33 g; | E: 2382,91 kcal;<br>B: 115,41 g; T: 79,76 g; W: 322,8 g<br>Kw. tł. nasy.: 24,91 g;<br>Bł.: 27,01 g; Sól: 5,11 g; | E: 2555,34 kcal;<br>B: 122,18 g; T: 94,51 g; W: 329,33 g W tym cukry: 55,2 g<br>Kw. tł. nasy.: 26,91 g;<br>Bł.: 42,80 g; Sól: 5,35 g; | E: 2656,74 kcal;<br>B: 116,94 g; T: 85,14 g; W: 378,99 g<br>Kw. tł. nasy.: 27,03 g;<br>Bł.: 40,01 g; Sól: 5,80 g; | E: 2694,91 kcal;<br>B: 119,41 g; T: 84,76 g; W: 380,8 g<br>Kw. tł. nasy.: 27,12 g;<br>Bł.: 30,91 g; Sól: 5,91 g; |

# *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Dieta podstawowa C01 | Dieta łatwostrawna C02 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 2026-006-06 sobota | Śniadanie | Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***)<br>Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Pasta z suszonego pomidora70g<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***)<br>Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Twaróg 70g (***MLE*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***)<br>Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Pasta z suszonego pomidora70g<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml | Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***)<br>Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Pasta z suszonego pomidora70g<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***)<br>Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Twaróg 70g (***MLE*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | | Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Masło roślinne 5g<br>Pasta z ciecierzycy 50g<br>Papryka 30g | Koktajl jogurtowo-owocowy (150g) (***MLE***)<br>Chrupki kukurydziane 20g | Koktajl jogurtowo-owocowy (150g) (***MLE***)<br>Chrupki kukurydziane 20g |
| | Obiad | Zupa z cukinii na wywarze warzywnym 400 ml (***SEL,MLE***)<br>Gulasz wieprzowy 200g ( ***GLU, PSZ, MLE, SEL,*** )<br>Kasza gryczana 250g<br>Mizeria 100g (***MLE,*** )<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa z cukinii na wywarze warzywnym 400 ml (***SEL, MLE***)<br>Gulasz wieprzowy 200g ( ***GLU, PSZ, MLE, SEL,*** )<br>Kasza jaglana 250g<br>Fasolka szparagowa 100 g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa z cukinii na wywarze warzywnym 400 ml (***SEL, MLE***)<br>Gulasz wieprzowy 200g ( ***GLU, PSZ, MLE, SEL,*** )<br>Kasza gryczana 250g<br>Mizeria 100g (***MLE,*** )<br>Kompot b/c 350 ml | Zupa z cukinii na wywarze warzywnym 400 ml (***SEL, MLE***)<br>Gulasz wieprzowy 200g ( ***GLU, PSZ, MLE, SEL,*** )<br>Kasza gryczana 250g<br>Mizeria 100g (***MLE,*** )<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa z cukinii na wywarze warzywnym 400 ml (***SEL, MLE***)<br>Gulasz wieprzowy 200g ( ***GLU, PSZ, MLE, SEL,*** )<br>Kasza jaglana 250g<br>Fasolka szparagowa 100 g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | | Pomarańcz 150g | Pomarańcz 150g | Gruszka pieczona 150g |
| | Kolacja | Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Jajko got 1szt. (***JAJ,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***)<br>Rzodkiewka 70g<br>Sałata 10 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Jajko got 1szt. (***JAJ,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Sałata 10g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Jajko got 1szt. (***JAJ,*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***)<br>Rzodkiewka 70g<br>Sałata 10 g<br>Herbata b/c 350 ml | Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Jajko got 1szt. (***JAJ,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***)<br>Rzodkiewka 70g<br>Sałata 10 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Jajko got 1szt. (***JAJ,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Sałata 10g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Kisiel 200g | Kisiel 200g | Kisiel 200g | Kisiel 200g | Kisiel 200g |
| | | E: 2119,05 kcal;<br>B: 101,53 g; T: 69,2 g; W: 283,89 g<br>Kw. tł. nasy.: 24,8 g;<br>Bł.: 32,64 g; Sól: 5,40 g; | E: 2106,3 kcal;<br>B: 103,52 g; T: 63,24 g; W: 288,06 g<br>Kw. tł. nasy.: 22,18 g;<br>Bł.: 27,52 g; Sól: 5,33 g; | E: 2338,15 kcal;<br>B: 106,35 g; T: 83,02 g; W: 309,29 g W tym cukry: 52,8 g<br>Kw. tł. nasy.: 25,11 g;<br>Bł.: 40,03 g; Sól: 5,55 g; | E: 2438,57 kcal;<br>B: 110,08 g; T: 72,84 g; W: 352,71 g<br>Kw. tł. nasy.: 26,18 g;<br>Bł.: 37,65 g; Sól: 5,45 g; | E: 2366,3 kcal;<br>B: 112,52 g; T: 67,24 g; W: 336,06 g<br>Kw. tł. nasy.: 26,79 g;<br>Bł.: 32,42 g; Sól: 5,53 g; |

## *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Dieta podstawowa C01 | Dieta łatwostrawna C02 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 2026-06-07 niedziela | Śniadanie | Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Pasta z brokuła i pestek słonecznika 70g (***MLE,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***)<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Ogórek 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Pasta z brokuła 70g (***MLE,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***)<br>Pomidor 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE,***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Pasta z brokuła i pestek słonecznika 70g (***MLE,***)<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Ogórek 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml | Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Pasta z brokuła i pestek słonecznika 70g (***MLE,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***)<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Ogórek 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Pasta z brokuła 70g (***MLE,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***)<br>Pomidor 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | | Truskawkowy pudding chia b/c (***MLE,***) | Truskawkowy pudding chia (***MLE,***) | Truskawkowy pudding chia (***MLE,***) |
| | Obiad | Zupa kalafiorowa z makaronem 400 ml (***SEL,MLE, GLU, PSZ,JAJ***)<br>Kotlet mielony pieczony 100g (***GLU, JAJ, PSZ***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Marchewka na ciepło 100g (***MLE, GLU, PSZ,***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa kalafiorowa z makaronem 400 ml (***SEL,MLE, GLU, PSZ,JAJ***)<br>Kotlet mielony pieczony 100g (***GLU, JAJ, PSZ***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Marchewka na ciepło 100g (***MLE, GLU, PSZ,***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (***SEL,MLE, GLU, PSZ,JAJ***)<br>Kotlet mielony pieczony 100g (***GLU, JAJ, PSZ***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Surówka z marchwii 100g (***MLE,***)<br>Kompot b/c 350 ml | Zupa kalafiorowa z makaronem 400 ml (***SEL,MLE, GLU, PSZ,JAJ***)<br>Kotlet mielony pieczony 100g (***GLU, JAJ, PSZ***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Marchewka na ciepło 100g (***MLE, GLU, PSZ,***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa kalafiorowa z makaronem 400 ml (***SEL,MLE, GLU, PSZ,JAJ***)<br>Kotlet mielony pieczony 100g (***GLU, JAJ, PSZ***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Marchewka na ciepło 100g (***MLE, GLU, PSZ,***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | | Jabłko 150g | Jabłko 150g | Jabłko pieczone 150g |
| | Kolacja | Szynka gotowana 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Twarożek 70g (***MLE,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g (***GLU PSZ,***)<br>Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***)<br>Papryka 70g<br>Sałata 10 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka gotowana 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Twarożek 70g (***MLE,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***)<br>Sałata 10g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka gotowana 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Twarożek 70g (***MLE,***)<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***)<br>Papryka 70g<br>Sałata 10 g<br>Herbata b/c 350 ml | Szynka gotowana 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Twarożek 70g (***MLE,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g (***GLU PSZ,***)<br>Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***)<br>Papryka 70g<br>Sałata 10 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka gotowana 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Twarożek 70g (***MLE,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***)<br>Sałata 10g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Nocna owsianka 100g (***MLE,***) | Nocna owsianka 100g (***MLE,***) | Nocna owsianka 100g (***MLE,***) | Nocna owsianka 100g (***MLE,***) | Nocna owsianka 100g (***MLE,***) |
| | | E: 2270,87 kcal;<br>B: 123,73 g; T: 75,61 g; W: 302,05 g<br>Kw. tł. nasy.: 24,17 g;<br>Bł.: 35,54 g; Sól: 5,13 g; | E: 2200,31 kcal;<br>B: 120,02 g; T: 72,99 g; W: 293,19 g<br>Kw. tł. nasy.: 22,33 g;<br>Bł.: 25,04 g; Sól: 5,03 g; | E: 2523,58 kcal;<br>B: 125,00 g; T: 87,2 g; W: 337,61 g W tym cukry: 55,71 g<br>Kw. tł. nasy.: 26,17 g;<br>Bł.: 46,64 g; Sól: 5,09 g; | E: 2526,53 kcal;<br>B: 138,52 g; T: 81,59 g; W: 339,77 g<br>Kw. tł. nasy.: 26,67 g;<br>Bł.: 40,49 g; Sól: 5,2 g; | E: 2456,31 kcal;<br>B: 135,02 g; T: 78,99 g; W: 330,19 g<br>Kw. tł. nasy.: 24,42 g;<br>Bł.: 30,14 g; Sól: 5,13 g; |

# *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Dieta podstawowa C01 | Dieta łatwostrawna C02 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 2026-06-08 poniedziałek | Śniadanie | Płatki gryczane na mleku 400 ml (***MLE,***)<br>Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Pasta z dorsza i jajka 70g (***RYB, JAJ, MLE*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Ogórek 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki gryczane na mleku 400 ml (***MLE,***)<br>Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek śmietankowy naturalny 70g ( ***MLE,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki gryczane na mleku 400 ml (***MLE,***)<br>Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Pasta z dorsza i jajka 70g (***RYB, JAJ, MLE*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Ogórek 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml | Płatki gryczane na mleku 400 ml (***MLE,***)<br>Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Pasta z dorsza i jajka 70g (***RYB, JAJ, MLE***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Ogórek 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki gryczane na mleku 400 ml (***MLE,***)<br>Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek śmietankowy naturalny 70g ( ***MLE,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | | Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Masło roślinne 5g<br>Polędwica wieprzowa 20g (***SOJ, GOR,*** )<br>Pomidor 30g | Jogurt owocowy 1szt. 150g (***MLE,*** )<br>Herbatniki 3szt. ( ***GLU, PSZ, JAJ, MLE*** ) | Jogurt owocowy 1szt. 150g (***MLE,*** )<br>Herbatniki 3szt. ( ***GLU, PSZ, JAJ, MLE*** ) |
| | Obiad | Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***SEL, GLU, PSZ, MLE*** )<br>Pulpety wieprzowe 200g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Sos koperkowy 150ml ( ***GLU, PSZ, MLE,*** )<br>Kasza jęczmienna 250g ( ***GLU,*** )<br>Surówka z czerwonej kapusty 100 g ( ***JAJ, GOR,*** )<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***SEL, GLU, PSZ, MLE*** )<br>Pulpety wieprzowe 200g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Sos koperkowy 150ml ( ***GLU, PSZ, MLE,*** )<br>Kasza jęczmienna 250g ( ***GLU,*** )<br>Fasolka szparagowa 100 g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (***SEL, GLU, PSZ, MLE*** )<br>Pulpety wieprzowe 200g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Sos koperkowy 150ml ( ***GLU, PSZ, MLE,*** )<br>Kasza jęczmienna 250g ( ***GLU,*** )<br>Surówka z czerwonej kapusty 100 g ( ***JAJ, GOR,*** )<br>Kompot b/c 350 ml | Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***SEL,GLU,PSZ, MLE*** )<br>Pulpety wieprzowe 200g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Sos koperkowy 150ml ( ***GLU, PSZ, MLE,*** )<br>Kasza jęczmienna 250g ( ***GLU,*** )<br>Surówka z czerwonej kapusty 100 g ( ***JAJ, GOR,*** )<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***SEL, GLU, PSZ, MLE*** )<br>Pulpety wieprzowe 200g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Sos koperkowy 150ml ( ***GLU, PSZ, MLE,*** )<br>Kasza jęczmienna 250g ( ***GLU,*** )<br>Fasolka szparagowa 100 g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | | Jabłko 150g | Jabłko 150g | Jabłko pieczone 150g |
| | Kolacja | Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Ser żółty 70g (***MLE,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***)<br>Rzodkiewka 70g<br>Sałata 10 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Ser biały 70g (***MLE,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Sałata 10g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Ser żółty 70g (***MLE,*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***)<br>Rzodkiewka 70g<br>Sałata 10 g<br>Herbata b/c 350 ml | Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Ser żółty 70g (***MLE,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU PSZ,*** )<br>Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***)<br>Rzodkiewka 70g<br>Sałata 10 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Ser biały 70g (***MLE,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Sałata 10g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Koktajl owocowy 150g (***MLE,*** ) | Koktajl owocowy 150g (***MLE,*** ) | Koktajl owocowy b/c 150g (***MLE,*** ) | Koktajl owocowy 150g (***MLE,*** ) | Koktajl owocowy 150g (***MLE,*** ) |
| | | E: 2018,2 kcal;<br>B: 104,7 g; T: 62,6 g; W: 275,6 g<br>Kw. tł. nasy.: 21,21 g;<br>Bł.: 30,4 g; Sól: 5,15 g; | E: 2032,1 kcal;<br>B: 101,9 g; T: 62,2 g; W: 278,6 g<br>Kw. tł. nasy.: 20,33 g;<br>Bł.: 24,2 g; Sól: 5,01 g; | E: 2147,5 kcal;<br>B: 109,8 g; T: 68,4 g; W: 294,1 g W tym cukry: 51,1 g<br>Kw. tł. nasy.: 22,0 g;<br>Bł.: 39,6 g; Sól: 5,30 g; | E: 2286,11 kcal;<br>B: 113,91 g; T: 66,7 g; W: 325,99 g<br>Kw. tł. nasy.: 25,22 g;<br>Bł.: 33,56 g; Sól: 5,21 g; | E: 2309,1 kcal;<br>B: 108,9 g; T: 68,2 g; W: 326,6 g<br>Kw. tł. nasy.: 24,18 g;<br>Bł.: 27,2 g; Sól: 5,12 g; |

# *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Dieta podstawowa C01 | Dieta łatwostrawna C02 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 2026-06-09 wtorek | Śniadanie | Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, PSZ, GLU***)<br>Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Jajko got 1szt. (***JAJ,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, PSZ, GLU***)<br>Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Jajko got. 1szt. (***JAJ,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU***)<br>Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Jajko got. 1szt. (***JAJ,***)<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml | Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, PSZ, GLU***)<br>Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Jajko got 1szt. (***JAJ,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***)<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, PSZ, GLU***)<br>Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Jajko got. 1szt. (***JAJ,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Pomidor 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | | Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***)<br>Masło roślinne 5g<br>Wędlina wieprzowa 20g (***SOJ, GOR,***)<br>Rzodkiewka 30g | Mus owocowy 100g<br>Biszkopty 5szt. ( ***GLU, PSZ, JAJ***) | Mus owocowy 100g<br>Biszkopty 5szt. ( ***GLU, PSZ, JAJ***) |
| | Obiad | Zupa z czerwonej soczewicy 400 ml (***SEL,***)<br>Bitka wieprzowa duszona w sosie warzywnym (***GLU, PSZ, SEL,***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Surówka z białej kapusty z olejem 100g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa warzywna 400 ml (***SEL,***)<br>Bitka wieprzowa duszona 100g w sosie warzywnym (***GLU, PSZ, SEL,***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Brokuły gotowane 100g (***MLE***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa z czerwonej soczewicy 400 ml (***SEL,***)<br>Bitka wieprzowa duszona 100g w sosie warzywnym (***GLU, PSZ, SEL,***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Surówka z białej kapusty z olejem 100g<br>Kompot b/c 350 ml | Zupa z czerwonej soczewicy 400 ml (***SEL,***)<br>Bitka wieprzowa duszona w sosie warzywnym (***GLU, PSZ, SEL,***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Surówka z białej kapusty z olejem 100g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa warzywna 400 ml (***SEL,***)<br>Bitka wieprzowa duszona 100g w sosie warzywnym (***GLU, PSZ, SEL,***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Brokuły gotowane 100g (***MLE***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | | Wafle ryżowe 10g<br>Twaróg 30g (***MLE,***)<br>Sałata 5g | Wafle ryżowe 10g<br>Twaróg 30g (***MLE,***)<br>Sałata 5g | Jabłko pieczone 150g |
| | Kolacja | Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Pasta z czerwonej fasoli 70g<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU PSZ,***)<br>Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***)<br>Jabłko 150g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Ser biały 70g (***MLE***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Jabłko pieczone 150g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Pasta z czerwonej fasoli 70g<br>Masło roślinne 10g<br>Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***)<br>Papryka 70g<br>Herbata b/c 350 ml | Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Pasta z czerwonej fasoli 70g<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Chleb mieszany 60 g ( ***GLU PSZ,***)<br>Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***)<br>Papryka 70g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Ser biały 70g (***MLE***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Pomidor 70g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Kisiel 200g | Kisiel 200g | Kisiel b/c 200g | Kisiel 200g | Kisiel 200g |
| | | E: 2128,78 kcal;<br>B: 121,33 g; T: 63,88 g; W: 285,76 g<br>Kw. tł. nasy.: 22,99 g;<br>Bł.: 34,69 g; Sól: 5,14 g; | E: 2079,53 kcal;<br>B: 123,48 g; T: 55,92 g; W: 285,74 g<br>Kw. tł. nasy.: 21,11 g;<br>Bł.: 26,23 g; Sól: 5,06 g; | E: 2272,88 kcal;<br>B: 130,52 g; T: 72,53 g; W: 3297,3 g W tym cukry: 55,0 g<br>Kw. tł. nasy.: 23,77 g;<br>Bł.: 42,15 g; Sól: 5,21 g; | E: 2358,78 kcal;<br>B: 129,33 g; T: 67,82 g; W: 3326,43 g<br>Kw. tł. nasy.: 25,74 g;<br>Bł.: 37,17 g; Sól: 5,17 g; | E: 2274,53 kcal;<br>B: 126,48 g; T: 56,92 g; W: 330,74 g<br>Kw. tł. nasy.: 23,045 g;<br>Bł.: 29,43 g; Sól: 5,08 g; |

# *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Dieta Papkowata |
|---|---|---|---|
| 2026-05-31 niedziela | Śniadanie | Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***)<br>Szynka wieprzowa gotowana 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Serek homogenizowany 70g (***MLE,***)<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Pomidor b/skóry 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki ryżowe na mleku przetarte 400 ml (***MLE,***)<br>Szynka wieprzowa gotowana miel. 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Serek homogenizowany 70g (***MLE,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Pomidor b/skóry mielony 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | |
| | Obiad | Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (***SEL, MLE,***)<br>Bitki schabowe w sosie własnym 100g<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Bukiet warzyw gotowany 100g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Barszcz czerwony z ziemniakami i jajkiem przetarty 400 ml<br>(***SEL, MLE, JAJ***)<br>Schab duszony w sosie własnym mielony 100g<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Bukiet warzyw gotowany miel. 100g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | |
| | Kolacja | Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Pomidor b/skóry 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka z piersi kurczaka mielona 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Wędlina drobiowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bulka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Pomidor b/skóry mielony 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Koktajl owocowy 150g (***MLE,***) | Koktajl owocowy 150g (***MLE,***) |
| | | E: 1923,80 kcal;<br>B: 104,03 g; T: 48,11 g; W: 291,12 g<br>Kw. tł. nasy.: 12,55 g;<br>Bł.: 26,54 g; Sól: 5,01 g; | E: 1993,85 kcal;<br>B: 112,13 g; T: 52,1 g; W: 291,42 g<br>Kw. tł. nasy.: 20,52 g;<br>Bł.: 25,54 g; Sól: 5,03 g; |

## *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Dieta Papkowata |
|---|---|---|---|
| 2026-06-01 poniedziałek | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE,GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Twaróg 70g (***MLE,*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki owsiane na mleku przetarte 400 ml (***MLE,GLU*** )<br>Szynka wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Twaróg miel. 70g (***MLE,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry mielony 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | |
| | Obiad | Zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***SEL, MLE, GLU, PSZ***)<br>Filet z kurczaka pieczony100g<br>Sos pietruszkowy (***MLE, GLU*** )<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Marchewka gotowana 100g (***MLE***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 400 ml (***SEL, MLE,***)<br>Filet z kurczaka pieczony mielony100g<br>Sos pietruszkowy (***MLE, GLU*** )<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Marchewka gotowana mielona 100g (***MLE***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | |
| | Kolacja | Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Polędwica sopocka mielona 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Szynka drobiowa mielona 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry mielony 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Budyń 200g (***MLE,*** ) | Budyń 200g (***MLE,*** ) |
| | | E: 2234,21 kcal;<br>B: 102,2 g; T: 56,31 g; W: 327,18 g<br>Kw. tł. nasy.: 15,61 g;<br>Bł.: 25,44 g; Sól: 4,81 g; | E: 2135,21 kcal;<br>B: 106,2 g; T: 63,61 g; W: 301,19 g<br>Kw. tł. nasy.: 24,09 g;<br>Bł.: 26,0 g; Sól: 4,81 g; |

## *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Dieta Papkowata |
|---|---|---|---|
| 2026-06-02 wtorek | Śniadanie | Kasza manna na mleku 400 ml ( ***MLE, GLU***)<br>Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Kasza manna na mleku 400 ml ( ***MLE, GLU***)<br>Szynka drobiowa mielona 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Szynka wieprzowa mielona 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry mielony 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | |
| | Obiad | Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***)<br>Sos bolognese z mozzarellą 200g (***MLE,***)<br>Makaron 250g ( ***GLU, PSZ, JAJ*** )<br>Fasolka szparagowa 100g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa koperkowa z ziemniakami przetarta 400 ml (***SEL,***)<br>Mięso gotowane mielone100g<br>Sos pomidorowy (***MLE,***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Fasolka szparagowa mielona 100g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | |
| | Kolacja | Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Jabłko pieczone 150 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Polędwica sopocka mielona 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bulka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Jabłko pieczone 150 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Pieczona owsianka 150g (***MLE,*** ) | Pieczona owsianka 150g (***MLE,*** ) |
| | | E: 2003,98 kcal;<br>B: 93,2 g; T: 49,09 g; W: 304,4 g<br>Kw. tł. nasy.: 15,02 g;<br>Bł.: 25,4 g; Sól: 4,87 g; | E: 2010,5 kcal;<br>B: 95,2 g; T: 52,00 g; W: 296,1 g<br>Kw. tł. nasy.: 21,4 g;<br>Bł.: 25,4 g; Sól: 4,87 g; |

## *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Dieta Papkowata |
|---|---|---|---|
| 2026-06-03 środa | Śniadanie | Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU***)<br>Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Ser twarogowy 70g (***MLE*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki jęczmienne na mleku przetarte 400 ml (***MLE, GLU***)<br>Polędwica sopocka mielona 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Jajko got mielone 1szt. (***JAJ,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry mielony 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | |
| | Obiad | Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 400 ml (***SEL,***)<br>Pierś z kurczaka w sosie szpinakowym100g (***MLE***)<br>Ryż biały 250g<br>Warzywa gotowane 100g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa jarzynowa z ziemniakami przetarta 400 ml (***SEL,***)<br>Pierś z kurczaka mielona 100g<br>Sos biały mleczny (***MLE, GLU***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Warzywa gotowane mielone 100g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | |
| | Kolacja | Wędlina wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Polędwica 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Wędlina wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Polędwica miel. 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry mielony 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Koktajl owocowy 150g (***MLE,*** ) | Koktajl owocowy 150g (***MLE,*** ) |
| | | E: 2210,1 kcal;<br>B: 109,4 g; T: 61,77 g; W: 3297,,8 g<br>Kw. tł. nasy.: 15,9 g;<br>Bł.: 26,7 g; Sól: 5,41 g; | E: 2221,5 kcal;<br>B: 110,8 g; T: 65,9 g; W: 300,,7 g<br>Kw. tł. nasy.: 23,9 g;<br>Bł.: 26,11 g; Sól: 5,45 g; |

## *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Dieta Papkowata |
|---|---|---|---|
| 2026-06-04 czwartek | Śniadanie | Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU*** )<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek śmietankowy 70g ( ***MLE,***)<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Jabłko pieczone 150g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Kasza manna na mleku 400 ml ( ***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek śmietankowy 70g ( ***MLE,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Jabłko pieczone 150g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | |
| | Obiad | Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***SEL, MLE, GLU, PSZ, JAJ***)<br>Nuggetsy z kurczaka z pieca w płatkach kukurydzianych 100 g (***GLU, PSZ, JAJ*** )<br>Ziemniaki gotowane 250 g<br>Brokuły gotowane 100 g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa z pomidorowa z ziemniakami przetarta 400 ml (***SEL, MLE***)<br>Filet z kurczaka mielony 100g<br>Sos pietruszkowy (***MLE,***)<br>Ziemniaki gotowane 250 g<br>Brokuły gotowane miel. 100 g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | |
| | Kolacja | Twaróg 70g (***MLE*** )<br>Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Twaróg miel. 70g (***MLE*** )<br>Szynka drobiowa miel. 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bulka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry mielony 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Jogurt naturalny 150g (***MLE,*** ) | Jogurt naturalny 150g (***MLE,*** ) |
| | | E: 2170,88 kcal;<br>B: 117,11 g; T: 64,01 g; W: 301,69 g<br>Kw. tł. nasy.: 15,51 g;<br>Bł.: 25,11 g; Sól: 5,45 g; | E: 2100,40 kcal;<br>B: 118,9 g; T: 61,00 g; W: 281,69 g<br>Kw. tł. nasy.: 20,41 g;<br>Bł.: 25,71 g; Sól: 5,05 g; |

## *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Dieta Papkowata |
|---|---|---|---|
| 2026-06-05 piątek | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( ***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( ***MLE, GLU***)<br>Szynka wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry mielony 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | |
| | Obiad | Ryżanka z ziemniakami 400 ml (***SEL,***)<br>Filet z miruny w panierce z pieca 100g (***RYB, PSZ, GLU*** )<br>Sos koperkowy 150ml (***MLE***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Bukiet warzyw gotowany 100 g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Ryżanka z ziemniakami przetarta 400 ml (***SEL,***)<br>Filet z miruny pieczony mielony 100g ( ***RYB*** )<br>Sos koperkowy (***MLE,*** )<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Bukiet warzyw gotowany mielony 100 g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | |
| | Kolacja | Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Ser twarogowy 70 g (***MLE,*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka wiejska miel. 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Ser twarogowy miel. 70 g (***MLE,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bulka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry mielony 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Budyń 200g (***MLE,*** ) | Budyń 200g (***MLE,*** ) |
| | | E: 2296,11 kcal;<br>B: 116,00 g; T: 73,96 g; W: 309,8 g<br>Kw. tł. nasy.: 15,90 g;<br>Bł.: 27,01 g; Sól: 4,89 g; | E: 2332,88 kcal;<br>B: 116,00 g; T: 77,26 g; W: 308,18 g<br>Kw. tł. nasy.: 24,71 g;<br>Bł.: 27,11 g; Sól: 4,90 g; |

## *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Dieta Papkowata |
|---|---|---|---|
| 2026-06-06 sobota | Śniadanie | Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***)<br>Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Twaróg 70g (***MLE,*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki ryżowe na mleku przetarte 400 ml (***MLE,***)<br>Szynkowa z piersi kurczaka miel. 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Twaróg miel. 70g (***MLE,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry mielony 80g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | |
| | Obiad | Zupa z cukinii na wywarze warzywnym 400 ml (***SEL,MLE,***)<br>Gulasz wieprzowy 200g ( ***GLU, PSZ, MLE, SEL,*** )<br>Kasza jaglana 250g<br>Fasolka szparagowa 100 g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa z cukinii na wywarze warzywnym przetarta 400 ml<br>(***SEL,MLE,***)<br>Mięso gotowane mielone 100g<br>Sos własny 150ml (***MLE,*** )<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Fasolka szparagowa mielona 100 g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | |
| | Kolacja | Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Sałata 10g<br>Pomidor b/skóry 70 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Jajko got mielone 1szt. (***JAJ,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry mielony 80g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Kisiel 200g | Kisiel 200g |
| | | E: 2027,33 kcal;<br>B: 99,12 g; T: 61,44 g; W: 288,06 g<br>Kw. tł. nasy.: 13,01 g;<br>Bł.: 27,52 g; Sól: 5,30 g; | E: 2057,3 kcal;<br>B: 101,42 g; T: 63,14 g; W: 280,16 g<br>Kw. tł. nasy.: 22,01 g;<br>Bł.: 26,42 g; Sól: 5,33 g; |

## *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Dieta Papkowata |
|---|---|---|---|
| 2026-06-07 niedziela | Śniadanie | Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE,***)<br>Szynka wieprzowa gotowana 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Pasta z brokuła 70g (***MLE,***)<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***)<br>Pomidor b/skóry 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki jaglane na mleku przetarte 400 ml (***MLE,***)<br>Szynka wieprzowa gotowana miel. 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Pasta z brokuła 70g (***MLE,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***)<br>Pomidor b/skóry mielony 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | |
| | Obiad | Zupa kalafiorowa z makaronem 400 ml (***SEL,MLE, GLU, PSZ***)<br>Kotlet mielony pieczony 100g (***GLU, JAJ, PSZ***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Marchewka na ciepło 100g (***MLE, GLU, PSZ***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa kalafiorowa z ziemniakami przetarta 400 ml (***SEL,MLE,***)<br>Mięso mielone 100g<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Marchewka na ciepło mielona 100g (***MLE, GLU, PSZ***)<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | |
| | Kolacja | Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Twarożek 70g (***MLE,***)<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***)<br>Pomidor b/skóry 70 g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Twarożek 70g (***MLE,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bulka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***)<br>Pomidor b/skóry mielony 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Nocna owsianka 100g (***MLE,***) | Nocna owsianka 100g (***MLE,***) |
| | | E: 2180,03 kcal;<br>B: 121,02 g; T: 66,09 g; W: 287,19 g<br>Kw. tł. nasy.: 15,80 g;<br>Bł.: 25,04 g; Sól: 5,03 g; | E: 2164,91 kcal;<br>B: 123,02 g; T: 69,88 g; W: 277,14 g<br>Kw. tł. nasy.: 22,02 g;<br>Bł.: 25,04 g; Sól: 5,00 g; |

# *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Dieta Papkowata |
|---|---|---|---|
| 2026-06-08 poniedziałek | Śniadanie | Płatki gryczane na mleku 400 ml (***MLE,***)<br>Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek śmietankowy naturalny 70g ( ***MLE,*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Pomidor b/skóry 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Płatki gryczane na mleku przetarte 400 ml (***MLE,***)<br>Polędwica sopocka miel. 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Serek śmietankowy naturalny 70g ( ***MLE,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Warzywa got. mielone 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | |
| | Obiad | Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***SEL, GLU, PSZ, MLE*** )<br>Pulpety wieprzowe 200g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Sos koperkowy 150ml ( ***GLU, PSZ, MLE,*** )<br>Kasza jęczmienna 250g ( ***GLU,*** )<br>Fasolka szparagowa 100 g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa pomidorowa z ziemniakami przetarta 400 ml (***SEL, MLE,***)<br>Mięso gotowane mielone 100g<br>Sos koperkowy 150ml ( ***GLU, PSZ, MLE,*** )<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Fasolka szparagowa miel. 100 g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | |
| | Kolacja | Szynka 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Ser biały 70g (***MLE,*** )<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Sałata 10g<br>Pomidor b/skóry 70 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Szynka miel. 30g (***SOJ, GOR,*** )<br>Ser biały miel. 70g (***MLE,*** )<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,*** )<br>Warzywa got. mielone 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Koktajl owocowy 150g (***MLE,***) | Koktajl owocowy 150g (***MLE,***) |
| | | E: 2005,2 kcal;<br>B: 99,8 g; T: 58,1 g; W: 278,6 g<br>Kw. tł. nasy.: 14,9 g;<br>Bł.: 24,2 g; Sól: 5,01 g; | E: 2022,21 kcal;<br>B: 98,9 g; T: 62,2 g; W: 268,6 g<br>Kw. tł. nasy.: 21,8 g;<br>Bł.: 25,2 g; Sól: 5,01 g; |

## *Jadłospisy za okres od dnia 31.05. 2026 do dnia 09.06. 2026*

| | | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Dieta Papkowata |
|---|---|---|---|
| 2026-06-09 wtorek | Śniadanie | Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***)<br>Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Wędlina wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Pomidor b/skóry 70g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***)<br>Wędlina drobiowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Jajko got. mielone 1szt. (***JAJ,***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Warzywa got. mielone 80 g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | II Śn | | |
| | Obiad | Zupa warzywna 400 ml (***SEL, MLE***)<br>Bitka wieprzowa duszona 100g w sosie warzywnym (***GLU, PSZ, SEL,***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Brokuły gotowane 100g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Zupa warzywna przetarta 400 ml (***SEL, MLE***)<br>Bitka wieprzowa duszona mielona 100g w sosie warzywnym (***GLU, PSZ, SEL,***)<br>Ziemniaki gotowane 250g<br>Brokuły gotowane miel.100 g<br>Kompot b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PD | | |
| | Kolacja | Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Ser biały 70g ( ***MLE***)<br>Masło roślinne 10g<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Jabłko pieczone 150g<br>Sałata 10g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g | Polędwica sopocka miel 30g (***SOJ, GOR,***)<br>Ser biały miel. 70g ( ***MLE***)<br>Masło extra 82% 10g (***MLE***)<br>Bułka pszenna 90 g ( ***GLU, PSZ,***)<br>Jabłko pieczone 150g<br>Herbata b/c 350 ml<br>Cukier 5g |
| | PN | Kisiel 200g | Kisiel 200g |
| | | E: 2030,43 kcal;<br>B: 115,08 g; T: 51,92 g; W: 265,14 g<br>Kw. tł. nasy.: 15,60 g;<br>Bł.: 24,23 g; Sól: 5,06 g; | E: 2070,03 kcal;<br>B: 120,48 g; T: 55,02 g; W: 281,84 g<br>Kw. tł. nasy.: 21,30 g;<br>Bł.: 26,53 g; Sól: 5,06 g; |