Jadłospisy za okres od dnia 11.05. 2026 do dnia 20.05. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-10 środa	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki ryżowe na mleku przetarte 400 ml (***MLE,***) Polędwica sopocka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka drobiowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa koperkowa 400 ml (***SEL,***) Mięso drobiowe w sosie pomidorowym z warzywami 200g Makaron pszenny 250g (***GLU, PSZ,***) Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa koperkowa przetarta 400 ml (***SEL,***) Mięso drobiowe mielone w sosie pomidorowym z warzywami 200g (***MLE, GLU***) Ziemniaki gotowane miel. 250g Bukiet warzyw gotowany miel. 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE***) Masło roślinne 10g Bulka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Pieczona owsianka 100g (***MLE,***)	Pieczona owsianka 100g (***MLE,***)
		E: 2244,32 kcal; B: 107,8 g; T: 69,7 g; W: 306,7 g Kw. tł. nasy.: 16,91 g; Bł.: 27,80 g; Sól: 5,38 g;	E: 2240,2 kcal; B: 107,8 g; T: 72,7 g; W: 287,17 g Kw. tł. nasy.: 23,1 g; Bł.: 27,80 g; Sól: 5,38 g;

Jadłospisy za okres od dnia 11.05. 2026 do dnia 20.05. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-11 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek z koperkiem 70g (***MLE***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek z koperkiem 70g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Barszcz ukraiński 400 ml (***SEL,***) Pieczona pierś z kurczaka 100g Sos jogurtowo-ziołowy 150ml (***MLE, PSZ, GLU***) Ziemniaki gotowane 250g Kalafior gotowany 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Barszcz ukraiński przetarty 400 ml (***SEL,***) Pieczona pierś z kurczaka mielona100g Sos jogurtowo-ziołowy 150ml (***MLE, PSZ, GLU***) Ziemniaki gotowane 250g Kalafior gotowany miel. 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Wędlina z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka wieprzowa (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Wędlina z indyka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka wieprzowa miel. (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)
		E: 2045,02 kcal; B: 105,15 g; T: 59,29 g; W: 255,88 g Kw. tł. nasy.: 14,03 g; Bł.: 23,72 g; Sól: 5,08 g;	E: 2087,77 kcal; B: 109,10 g; T: 62,06 g; W: 275,81 g Kw. tł. nasy.: 24,00 g; Bł.: 25,72 g; Sól: 5,6 g;

Jadłospisy za okres od dnia 11.05. 2026 do dnia 20.05. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-12 piątek	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy 70g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Jabłko pieczone 150g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jaglane na mleku przetarte 400 ml (***MLE,***) Wędlina drobiowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Jabłko pieczone 150g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa jarzynowa 400 ml (***SEL,***) Miruna pieczona 100 g (***RYB,***) Sos jogurtowo-cytrynowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250 g Mix warzyw gotowanych 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa jarzynowa przetarta 400 ml (***SEL,***) Miruna pieczona przetarta100 g (***RYB,***) Sos jogurtowo-cytrynowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250 g Mix warzyw gotowanych miel. 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got. miel. 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)
		E: 2208,3 kcal; B: 113,9 g; T: 70,55g; W: 297,0 g Kw. tł. nasy.: 16,4 g; Bł.: 27,6 g; Sól: 5,99 g;	E: 2248,3 kcal; B: 123,3 g; T: 73,55g; W: 297,4 g Kw. tł. nasy.: 23,4 g; Bł.: 27,6 g; Sól: 5,99 g;

Jadłospisy za okres od dnia 11.05. 2026 do dnia 20.05. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-13 sobota	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Ser biały 70g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki ryżowe na mleku mielone 400 ml (***MLE,***) Szynka drobiowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Ser biały miel. 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa ziemniaczana 400 ml (***SEL,***) Ryż zapiekany (250g) z warzywami Filet z kurczaka 100g w sosie koperkowym 150ml (***MLE,***) Marchewka gotowana 100g (***MLE,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa ziemniaczana przetarta 400 ml (***SEL,***) Filet z kurczaka mielony 100g w sosie koperkowym 150ml (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka gotowana miel. 100g (***MLE,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka warzywna dieta 70g (***SEL, MLE,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bulka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)
		E: 1990,64 kcal; B: 106,16 g; T: 54,11 g; W: 270,7 g Kw. tł. nasy.:14,91 g; Bł.: 24,02 g; Sól: 5,13 g;	E: 1970,88 kcal; B: 101,16 g; T: 56,11 g; W: 250,66 g Kw. tł. nasy.:22,21 g; Bł.: 24,02 g; Sól: 5,1 g;

Jadłospisy za okres od dnia 11.05. 2026 do dnia 20.05. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-14 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Twaróg 70 g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki owsiane na mleku mielone 400 ml (***MLE,GLU***) Szynka wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Twaróg 70 g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Krupnik z kaszą jęczmienną 400 ml (***SEL,GLU***) Gołąbki bez zawijania 100g (***GLU, PSZ,***) Sos pomidorowy 150ml Ziemniaki gotowane 250g Fasolka szparagowa 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Krupnik z kaszą jęczmienną mielony 400 ml (***SEL,GLU***) Mięso mielone 100 g Sos pomidorowy 150ml Ziemniaki gotowane 250g Fasolka szparagowa miel. 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Ryż z jabłkiem 250g Sos jogurtowy 100g (***MLE***) Cukier 5g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka mielona 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka drobiowa mielona 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)
		E: 2037,27 kcal; B: 96,22 g; T: 46,00 g; W: 332,47 g Kw. tł. nasy.: 15,08 g; Bł.: 28,53 g; Sól: 4,87 g;	E: 2090,07 kcal; B: 98,22 g; T: 53,00 g; W: 312,47 g Kw. tł. nasy.: 22,58 g; Bł.: 29,55 g; Sól: 4,93 g;

Jadłospisy za okres od dnia 11.05. 2026 do dnia 20.05. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-15 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany 70 g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jaglane na mleku mielone 400 ml (***MLE,***) Szynka wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany 70 g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Bulion warzywny z makaronem 400 ml (***SEL ,GLU, PSZ,***) Potrawka z kurczaka 200g (***GLU, PSZ, MLE***) Kasza jęczmienna 250g (***GLU,***) Brokuły gotowane 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Bulion warzywny z ziemniakami przetarty 400 ml (***SEL,***) Kurczak got. mielony 200g Sos biały (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250g Brokuły gotowane miel. 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Polędwica 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta jajeczna 70g (***JAJ, MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bulka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)
		E: 1987,16 kcal; B: 104,11 g; T: 51,79 g; W: 270,4 g Kw. tł. nasy.: 14,25 g; Bł.: 22,24 g; Sól: 5,04 g;	E: 2027,00 kcal; B: 114,01 g; T: 52,02 g; W: 286,4 g Kw. tł. nasy.: 24,25 g; Bł.: 24,24 g; Sól: 5,08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 11.05. 2026 do dnia 20.05. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-16 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 70g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa miel 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy 200g (***GLU, PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250g Buraczki gotowane 100 g (***GLU, PSZ, MLE***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa jarzynowa z ziemniakami przetarta 400 ml (***SEL,***) Mięso gotowane mielone 100g Sos własny 150ml (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250g Buraczki gotowane miel. 100 g (***GLU, PSZ, MLE***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Sałata 10g Jabłko pieczone 150g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka drobiowa miel.30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Jabłko pieczone 150g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Kisiel 200g	Kisiel 200g
		E: 2411,14 kcal; B: 95,10 g; T: 73,62 g; W: 362,11 g Kw. tł. nasy.: 17,15 g; Bł.: 26,32 g; Sól: 5,13 g;	E: 2371,55 kcal; B: 97,11 g; T: 75,68 g; W: 360,33 g Kw. tł. nasy.: 21,02 g; Bł.: 25,22 g; Sól: 5,20 g;

Jadłospisy za okres od dnia 11.05. 2026 do dnia 20.05. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-17 środa	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE,***) Wędlina wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Wędlina drobiowa gotowana 30g (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jaglane na mleku przetarta 400 ml (***MLE,***) Wędlina wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got. mielone 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa z cukinii na wywarze warzywnym 400 ml (***SEL, MLE***) Naleśniki z twarożkiem 2szt (***GLU, PSZ, MLE,JAJ***) Sos jogurtowy z jabłkiem prażonym 150g (***MLE***) Jabłko pieczone 1szt. Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa z cukinii na wywarze warzywnym przetarta 400 ml (***SEL, MLE***) Mięso gotowane mielone 100g Sos koperkowy 150ml (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka gotowana miel.100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,***) Wędlina drobiowa gotowana 30g (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka z piersi kurczaka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Wędlina drobiowa gotowana miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)
		E: 2193,74 kcal; B: 94,00 g; T: 55,04 g; W: 309,22 g Kw. tł. nasy.: 15,95 g; Bł.: 27,08 g; Sól: 5,01 g;	E: 2199,74 kcal; B: 98,99 g; T: 60,06 g; W: 299,62 g Kw. tł. nasy.: 20,00 g; Bł.: 26,09 g; Sól: 5,44 g;

Jadłospisy za okres od dnia 11.05. 2026 do dnia 20.05. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-18 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany 70g (***MLE,)*** Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany 70g (***MLE,)*** Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa koperkowa 400 ml (***SEL,***) Kurczak w sosie brokułowym 200g (***MLE, GLU***) Makaron świderki 250g (***GLU, PSZ,***) Fasolka szparagowa 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa koperkowa przetarta 400 ml (***SEL,***) Kurczak gotowany mielony 100g Sos brokułowy mielony (***MLE, GLU***) Ziemniaki gotowane 250g Fasolka szparagowa miel. 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Szynka z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta twarogowa 70g (***MLE***) Masło roślinne 10g Bulka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta jajeczno-twarogowa 70g (***JAJ, MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)
		E: 2197,35 kcal; B: 116,65 g; T: 82,33 g; W: 251,69 g Kw. tł. nasy.: 16,32 g; Bł.: 24,50 g; Sól: 5,07 g;	E: 2190,01 kcal; B: 117,04 g; T: 79,46 g; W: 248,60 g Kw. tł. nasy.: 21,10 g; Bł.: 24,11 g; Sól: 5,01 g;

Jadłospisy za okres od dnia 11.05. 2026 do dnia 20.05. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-19 piątek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jęczmienne na mleku przetarte 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got mielone 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa kartoflanka 400 ml (***SEL, MLE***) Pieczony mintaj w panierce 100g (***GLU, JAJ, RYB***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka gotowana 100g (***MLE***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa kartoflanka przetarta 400 ml (***SEL, MLE***) Pieczony mintaj mielony 100g (***GLU, JAJ, RYB***) Sos ziołowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka gotowana miel. 100g (***MLE***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 70 g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 70 g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bulka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Nocna owsianka 100g (***MLE,***)	Nocna owsianka przetarta 100g (***MLE,***)
		E: 2114,15 kcal; B: 102,01 g; T: 74,31 g; W: 229,90 g Kw. tł. nasy.: 15,6 g; Bł.: 24,76 g; Sól: 5,18 g;	E: 2099,10 kcal; B: 104,01 g; T: 76,33 g; W: 220,93 g Kw. tł. nasy.: 21,90 g; Bł.: 24,08 g; Sól: 5,18 g;

Jadłospisy za okres od dnia 10.06. 2026 do dnia 19.06. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-06-10 środa	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Rzodkiewka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Sałata 10g Rzodkiewka 70g Herbata b/c 350 ml	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Sałata 10g Rzodkiewka 70g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn			Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Masło roślinne 5g Szynka wiejska 20g (***SOJ, GOR,***) Pomidor 30g	Koktajl jogurtowo-owocowy 150ml (***MLE***) Chałka 35g (***GLU, PSZ,***)	Koktajl jogurtowo-owocowy 150ml (***MLE***) Chałka 35g (***GLU, PSZ,***)
	Obiad	Zupa koperkowa 400 ml (***SEL,***) Mięso drobiowe w sosie pomidorowym z warzywami 200g Makaron pszenny 250g (***GLU, PSZ,***) Surówka z zielonego ogórka i kapusty 100g (***JAJ, GOR,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa koperkowa 400 ml (***SEL,***) Mięso drobiowe w sosie pomidorowym z warzywami 200g Makaron pszenny 250g (***GLU, PSZ,***) Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa koperkowa 400 ml (***SEL,***) Mięso drobiowe w sosie pomidorowym z warzywami 200g Makaron pełnoziarnisty 250g (***GLU, PSZ,***) Surówka z zielonego ogórka i kapusty 100g (***JAJ, GOR,***) Kompot b/c 350 ml	Zupa koperkowa 400 ml (***SEL,***) Mięso drobiowe w sosie pomidorowym z warzywami 200g Makaron pszenny 250g (***GLU, PSZ,***) Surówka z zielonego ogórka i kapusty 100g (***JAJ, GOR,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa koperkowa 400 ml (***SEL,***) Mięso drobiowe w sosie pomidorowym z warzywami 200g Makaron pszenny 250g (***GLU, PSZ,***) Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko pieczone 150g
	Kolacja	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Ogórek 70g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***) Ogórek 70g Herbata b/c 350 ml	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Ogórek 70g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Pieczona owsianka 100g (***MLE,***)	Pieczona owsianka 100g (***MLE,***)	Pieczona owsianka 100g (***MLE,***)	Pieczona owsianka 100g (***MLE,***)	Pieczona owsianka 100g (***MLE,***)
		E: 2259,9 kcal; B: 111,2 g; T: 75,5 g; W: 303,4 g Kw. tł. nasy.: 31,6 g; Bł.: 37,5 g; Sól: 5,80 g;	E: 2274,2 kcal; B: 109,8 g; T: 72,7 g; W: 306,7 g Kw. tł. nasy.: 23,5 g; Bł.: 27,70 g; Sól: 5,38 g;	E: 2494,9 kcal; B: 121,5 g; T: 82,5g; W: 342,3 g W tym cukry: 58,2 g Kw. tł. nasy.: 26,2 g; Bł.: 50,3 g; Sól: 5,46 g;	E: 2462,74 kcal; B: 117,5 g; T: 79,2 g; W: 342,12 g Kw. tł. nasy.: 26,81 g; Bł.: 41,875 g; Sól: 5,90 g;	E: 2571,2 kcal; B: 119,8 g; T: 78,7 g; W: 358,7 g Kw. tł. nasy.: 26,4 g; Bł.: 30,81 g; Sól: 5,39 g;

Jadłospisy za okres od dnia 10.06. 2026 do dnia 19.06. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-06-11 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z groszku 70g Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek z koperkiem 70g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z groszku 70g Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z groszku 70g Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek z koperkiem 70g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn			Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Masło roślinne 5g Jajko got. 1szt. (***JAJ,***) Papryka 30g	Mus owocowy 100g Chrupki kukurydziane 20g	Mus owocowy 100g Chrupki kukurydziane 20g
	Obiad	Barszcz ukraiński 400 ml (***SEL,***) Pieczona pierś z kurczaka 100g Sos śmietanowy 150ml (***MLE, PSZ, GLU***) Kasza gryczana 250g Surówka z kapusty pekińskiej 100g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Barszcz ukraiński 400 ml (***SEL,***) Pieczona pierś z kurczaka 100g Sos jogurtowo-ziołowy 150ml (***MLE, PSZ, GLU***) Ziemniaki gotowane 250g Kalafior gotowany 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Barszcz ukraiński 400 ml (***SEL,***) Pieczona pierś z kurczaka 100g Sos śmietanowy 150ml (***MLE, PSZ, GLU***) Kasza gryczana 250g Surówka z kapusty pekińskiej 100g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml	Barszcz ukraiński 400 ml (***SEL,***) Pieczona pierś z kurczaka 100g Sos śmietanowy 150ml (***MLE, PSZ, GLU***) Kasza gryczana 250g Surówka z kapusty pekińskiej 100g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Barszcz ukraiński 400 ml (***SEL,***) Pieczona pierś z kurczaka 100g Sos jogurtowo-ziołowy 150ml (***MLE, PSZ, GLU***) Ziemniaki gotowane 250g Kalafior gotowany 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Wafle ryżowe 10g Pasta z pieczonych warzyw 30g Sałata 5g	Wafle ryżowe 10g Pasta z pieczonych warzyw 30g Sałata 5g	Wafle ryżowe 10g Pasta z pieczonych warzyw 30g Sałata 5g
	Kolacja	Wędlina z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka makaronowa 80g (***PSZ, GLU, MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Rzodkiewka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Wędlina z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka makaronowa dieta 80g (***PSZ, GLU, MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Wędlina z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka makaronowa pełnoziarnista 80g (***PSZ, GLU, MLE***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***) Rzodkiewka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Wędlina z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka makaronowa 80g (***PSZ, GLU, MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Rzodkiewka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Wędlina z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka makaronowa dieta 80g (***PSZ, GLU, MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)	Budyń b/c 200g (***MLE, JAJ***)	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)
		E: 2314,95 kcal; B: 113,16 g; T: 67,79 g; W: 332,5 g Kw. tł. nasy.: 26,86 g; Bł.: 41,69 g; Sól: 6,07 g;	E: 2105,12 kcal; B: 112,15 g; T: 63,26 g; W: 285,81 g Kw. tł. nasy.: 24,00 g; Bł.: 26,72 g; Sól: 5,68 g;	E: 2517,85 kcal; B: 121,04 g; T: 83,04 g; W: 343,64 g W tym cukry: 56,6 g Kw. tł. nasy.: 24,74 g; Bł.: 47,99 g; Sól: 6,00 g;	E: 2542,55 kcal; B: 117,04 g; T: 74,34 g; W: 371,13 g Kw. tł. nasy.: 27,04 g; Bł.: 47,00 g; Sól: 6,11 g;	E: 2345,12 kcal; B: 116,15 g; T: 69,26 g; W: 328,81 g Kw. tł. nasy.: 27,00 g; Bł.: 34,72 g; Sól: 5,71 g;

Jadłospisy za okres od dnia 10.06. 2026 do dnia 19.06. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-06-12 piątek	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE,***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Hummus 70g (***SEZ, SOJ***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Jabłko 150g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE,***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Jabłko pieczone 150g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE,***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Hummus 70g (***SEZ, SOJ***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Papryka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE,***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Hummus 70g (***SEZ, SOJ***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Papryka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE,***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn			Czekoladowy pudding chia b/c (***MLE,***)	Czekoladowy pudding chia (***MLE,***)	Czekoladowy pudding chia (***MLE,***)
	Obiad	Zupa jarzynowa 400 ml (***SEL,***) Miruna pieczona 100 g (***RYB,***) Sos śmietanowo-cytrynowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z pora 100 g (***MLE,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa jarzynowa 400 ml (***SEL,***) Miruna pieczona 100 g (***RYB,***) Sos jogurtowo-cytrynowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250 g Mix warzyw gotowanych 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa jarzynowa 400 ml (***SEL,***) Miruna pieczona 100 g (***RYB,***) Sos śmietanowo-cytrynowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z pora 100 g (***MLE,***) Kompot b/c 350 ml	Zupa jarzynowa 400 ml (***SEL,***) Miruna pieczona 100 g (***RYB,***) Sos śmietanowo-cytrynowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z pora 100 g (***MLE,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa jarzynowa 400 ml (***SEL,***) Miruna pieczona 100 g (***RYB,***) Sos jogurtowo-cytrynowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250 g Mix warzyw gotowanych 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko pieczone 150g
	Kolacja	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got. 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got. 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got. 1szt. (***JAJ,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got. 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got. 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)	Koktajl owocowy 150g b/c (***MLE,***)	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)
		E: 2135,56 kcal; B: 112,3 g; T: 69,5 g; W: 286,3 g Kw. tł. nasy.: 25,8 g; Bł.: 39,7 g; Sól: 6,49 g;	E: 2248,3 kcal; B: 123,3 g; T: 73,55g; W: 297,4 g Kw. tł. nasy.: 23,4 g; Bł.: 28,6 g; Sól: 5,99 g;	E: 2391,2 kcal; B: 115,4 g; T: 88,1 g; W: 313,1 g W tym cukry: 54,9 g Kw. tł. nasy.: 28,0 g; Bł.: 48,0 g; Sól: 6,59 g;	E: 2475,2 kcal; B: 117,13 g; T: 88,37 g; W: 330,04 g Kw. tł. nasy.: 32,13 g; Bł.: 46,83 g; Sól: 6,5 g;	E: 2558,3 kcal; B: 133,3 g; T: 84,55g; W: 342,4 g Kw. tł. nasy.: 31,4 g; Bł.: 34,6 g; Sól: 5,99 g;

Jadłospisy za okres od dnia 10.06. 2026 do dnia 19.06. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-06-13 sobota	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z soczewicy 70g Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Papryka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Ser biały 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z czarnej soczewicy 70g Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Papryka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z soczewicy 70g Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Papryka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Ser biały 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn			Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Masło roślinne 5g Ser biały 50g (***MLE,***) Rzodkiewka 30g	Jogurt owocowy 1szt. (150g) (***MLE,)*** Chrupki kukurydziane 20g	Jogurt owocowy 1szt. (150g) (***MLE,)*** Chrupki kukurydziane 20g
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Ryż zapiekany (250g) z warzywami Filet z kurczaka 100g w sosie koperkowym 150ml (***MLE,***) Mizeria 100g (***MLE,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa ziemniaczana 400 ml (***SEL,***) Ryż zapiekany (250g) z warzywami Filet z kurczaka 100g w sosie koperkowym 150ml (***MLE,***) Marchewka gotowana 100g (***MLE,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Ryż brązowy zapiekany (250g) z warzywami Filet z kurczaka 100g w sosie koperkowym 150ml (***MLE,***) Mizeria 100g (***MLE,***) Kompot b/c 350 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Ryż zapiekany (250g) z warzywami Filet z kurczaka 100g w sosie koperkowym 150ml (***MLE,***) Mizeria 100g (***MLE,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa ziemniaczana 400 ml (***SEL,***) Ryż zapiekany (250g) z warzywami Filet z kurczaka 100g w sosie koperkowym 150ml (***MLE,***) Marchewka gotowana 100g (***MLE,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Wafle ryżowe 10g Twaróg 30g (***MLE,***) Sałata 5g	Wafle ryżowe 10g Twaróg 30g (***MLE,***) Sałata 5g	Jabłko pieczone 150g
	Kolacja	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka warzywna 70g (***SEL, JAJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Pomidor 70g Sałata 10 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka warzywna dieta 70g (***SEL, MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Sałata 10g Pomidor 70 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka warzywna 70g (***SEL, JAJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***) Pomidor 70g Sałata 10 g Herbata b/c 350 ml	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka warzywna 70g (***SEL, JAJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Pomidor 70g Sałata 10 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka warzywna dieta 70g (***SEL, MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Sałata 10g Pomidor 70 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)
		E: 2056,12 kcal; B: 98,43 g; T: 63,6 g; W: 288,64 g Kw. tł. nasy.: 22,84 g; Bł.: 29,77 g; Sól: 5,75 g;	E: 2020,44 kcal; B: 109,16 g; T: 60,11 g; W: 270,7 g Kw. tł. nasy.:22,21 g; Bł.: 24,02 g; Sól: 5,13 g;	E: 2222,02 kcal; B: 114,18 g; T: 74,11 g; W: 297,55 g W tym cukry: 51,7 g Kw. tł. nasy.: 25,77 g; Bł.: 45,51 g; Sól: 5,81 g;	E: 2335,44 kcal; B: 113,21 g; T: 68,68 g; W: 334,27 g Kw. tł. nasy.: 29,18 g; Bł.: 34,29 g; Sól: 5,8 g;	E: 2305,44 kcal; B: 116,16 g; T: 65,11 g; W: 322,7 g Kw. tł. nasy.:25,21 g; Bł.: 29,02 g; Sól: 5,23 g;

Jadłospisy za okres od dnia 10.06. 2026 do dnia 19.06. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-06-14 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE,GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z fasoli 70 g Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Papryka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE,GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Twaróg 70 g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z fasoli 70 g Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Papryka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE,GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z fasoli 70 g Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Papryka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE,GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Twaróg 70 g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn			Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Masło roślinne 5g Ser żółty 20g (***MLE,***) Pomidor 30g	Koktajl jogurtowo-owocowy 150ml (***MLE***) Herbatniki 3szt. (***GLU, PSZ, JAJ, MLE***)	Koktajl jogurtowo-owocowy 150ml (***MLE***) Herbatniki 3szt. (***GLU, PSZ, JAJ, MLE***)
	Obiad	Krupnik z kaszą jęczmienną 400 ml (***SEL,GLU***) Gołąbki bez zawijania 100g (***GLU, PSZ,***) Sos pomidorowy 150ml Ziemniaki gotowane 250g Surówka z czerwonej kapusty 100 g (***JAJ, GOR,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Krupnik z kaszą jęczmienną 400 ml (***SEL,GLU***) Gołąbki bez zawijania 100g (***GLU, PSZ,***) Sos pomidorowy 150ml Ziemniaki gotowane 250g Fasolka szparagowa 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Krupnik z kaszą jęczmienną 400 ml (***SEL,GLU***) Gołąbki bez zawijania 100g (***GLU, PSZ,***) Sos pomidorowy 150ml Ziemniaki gotowane 250g Surówka z czerwonej kapusty 100 g (***JAJ, GOR,***) Kompot b/c 350 ml	Krupnik z kaszą jęczmienną 400 ml (***SEL,GLU***) Gołąbki bez zawijania 100g (***GLU, PSZ,***) Sos pomidorowy 150ml Ziemniaki gotowane 250g Surówka z czerwonej kapusty 100 g (***JAJ, GOR,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Krupnik z kaszą jęczmienną 400 ml (***SEL,GLU***) Gołąbki bez zawijania 100g (***GLU, PSZ,***) Sos pomidorowy 150ml Ziemniaki gotowane 250g Fasolka szparagowa 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Pomarańcz 150g	Pomarańcz 150g	Mus owocowy 100g
		Ryż z jabłkiem 250g Sos jogurtowy 100g (***MLE***) Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Ryż z jabłkiem 250g Sos jogurtowy 100g (***MLE***) Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Ryż brązowy z jabłkiem b/c 250g Sos jogurtowy 10g (***MLE***) Herbata b/c 350 ml	Ryż z jabłkiem 250g Sos jogurtowy 100g (***MLE***) Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Ryż z jabłkiem 250g Sos jogurtowy 100g (***MLE***) Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)	Budyń b/c 200g (***MLE, JAJ***)	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)
		E: 2149,37 kcal; B: 95,11 g; T: 55,29 g; W: 343,79 g Kw. tł. nasy.: 18,64 g; Bł.: 38,53 g; Sól: 5,01 g;	E: 2067,27 kcal; B: 97,22 g; T: 49,00 g; W: 332,47 g Kw. tł. nasy.: 21,08 g; Bł.: 28,53 g; Sól: 4,87 g;	E: 2283,52 kcal; B: 102,72 g; T: 66,29 g; W: 347,88 g W tym cukry: 56,00 g; Kw. tł. nasy.: 20,84 g; Bł.: 44,7 g; Sól: 5,13 g;	E: 2282,82 kcal; B: 97,64 g; T: 47,75 g; W: 385,59 g Kw. tł. nasy.: 22,8 g; Bł.: 36,1 g; Sól: 5,04 g;	E: 2294,27 kcal; B: 104,22 g; T: 54,00 g; W: 384,47 g Kw. tł. nasy.: 23,08 g; Bł.: 32,53 g; Sól: 4,87 g;

Jadłospisy za okres od dnia 10.06. 2026 do dnia 19.06. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-06-15 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany 70 g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Rzodkiewka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany 70 g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany 70 g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Rzodkiewka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany 70 g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Rzodkiewka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany 70 g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn			Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Masło roślinne 5g Szynka drobiowa 20g (***SOJ, GOR,***) Ogórek 30g	Jogurt owocowy 1szt (***MLE***) Biszkopty 5szt. (***GLU, PSZ, JAJ***)	Jogurt owocowy 1szt (***MLE***) Biszkopty 5szt. (***GLU, PSZ, JAJ***)
	Obiad	Rosół z makaronem 400 ml (***SEL, GLU, PSZ,***) Potrawka z kurczaka 200g (***GLU, PSZ, MLE***) Kasza jęczmienna 250g (***GLU,***) Surówka z warzyw mieszanych 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Rosół z makaronem 400 ml (***SEL, GLU, PSZ,***) Potrawka z kurczaka 200g (***GLU, PSZ, MLE***) Kasza jęczmienna 250g (***GLU,***) Brokuły gotowane 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Rosół z makaronem 400 ml (***SEL, GLU, PSZ,***) Potrawka z kurczaka 200g (***GLU, PSZ, MLE***) Kasza jęczmienna 250g (***GLU,***) Surówka z warzyw mieszanych 100g Kompot b/c 350 ml	Rosół z makaronem 400 ml (***SEL, GLU, PSZ,***) Potrawka z kurczaka 200g (***GLU, PSZ, MLE***) Kasza jęczmienna 250g (***GLU,***) Surówka z warzyw mieszanych 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Rosół z makaronem 400 ml (***SEL, GLU, PSZ,***) Potrawka z kurczaka 200g (***GLU, PSZ, MLE***) Kasza jęczmienna 250g (***GLU,***) Brokuły gotowane 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Wafle ryżowe 10g Pasta z pieczonych warzyw 30g Sałata 5g	Wafle ryżowe 10g Pasta z pieczonych warzyw 30g Sałata 5g	Wafle ryżowe 10g Pasta z pieczonych warzyw 30g Sałata 5g
	Kolacja	Polędwica 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta jajeczna 70g (***JAJ, MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta jajeczna 70g (***JAJ, MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta jajeczna 70g (***JAJ, MLE***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Polędwica 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta jajeczna 70g (***JAJ, MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta jajeczna 70g (***JAJ, MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)
		E: 2021,23 kcal; B: 110,26 g; T: 56,35 g; W: 285,73 g Kw. tł. nasy.: 27,3 g; Bł.: 30,24 g; Sól: 5,17 g;	E: 2057,6 kcal; B: 114,01 g; T: 55,79 g; W: 286,4 g Kw. tł. nasy.: 24,25 g; Bł.: 22,24 g; Sól: 5,08 g;	E: 2167,23 kcal; B: 115,9 g; T: 66,73 g; W: 296,72 g W tym cukry: 50,6 g Kw. tł. nasy.: 23,76 g; Bł.: 39,37 g; Sól: 5,26 g;	E: 2345,73 kcal; B: 121,26 g; T: 64,77 g; W: 337,9 g Kw. tł. nasy.: 28,82 g; Bł.: 33,58 g; Sól: 5,18 g;	E: 2347,6 kcal; B: 122,01 g; T: 65,79 g; W: 326,4 g Kw. tł. nasy.: 29,25 g; Bł.: 26,24 g; Sól: 5,19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 10.06. 2026 do dnia 19.06. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-06-16 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Ser żółty 30g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Ser żółty 30g (***MLE***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Ser żółty 30g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn			Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Masło roślinne 5g Polędwica sopocka 20g (***SOJ, GOR,***) Pomidor 30g	Mus owocowy 100g Herbatniki 3szt. (***GLU, PSZ, JAJ, MLE***)	Mus owocowy 100g Herbatniki 3szt. (***GLU, PSZ, JAJ, MLE***)
	Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy 200g (***GLU, PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250g Buraczki zasmażane 100 g (***GLU, PSZ, MLE***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy 200g (***GLU, PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250g Buraczki zasmażane 100 g (***GLU, PSZ, MLE***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy 200g (***GLU, PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250g Surówka z buraków 100 g Kompot b/c 350 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy 200g (***GLU, PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250g Buraczki zasmażane 100 g (***GLU, PSZ, MLE***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy 200g (***GLU, PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250g Buraczki zasmażane 100 g (***GLU, PSZ, MLE***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko pieczone 150g
	Kolacja	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Hummus 70g (***SEZ, SOJ***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Jabłko 150g Sałata 10 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Sałata 10g Jabłko pieczone 150g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Hummus 70g (***SEZ, SOJ***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***) Papryka 70g Sałata 10 g Herbata b/c 350 ml	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Hummus 70g (***SEZ, SOJ***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Papryka 70g Sałata 10 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Kisiel 200g	Kisiel 200g	Kisiel b/c 200g	Kisiel 200g	Kisiel 200g
		E: 2581,87 kcal; B: 93,85 g; T: 94,46 g; W: 365,64 g Kw. tł. nasy.: 27,43 g; Bł.: 37,34 g; Sól: 5,45 g;	E: 2421,57 kcal; B: 96,17 g; T: 75,68 g; W: 362,34 g Kw. tł. nasy.: 20,8 g; Bł.: 26,32 g; Sól: 5,23 g;	E: 2300,12 kcal; B: 98,92 g; T: 91,78 g; W: 299,36 g W tym cukry: 55,8 g Kw. tł. nasy.: 22,67 g; Bł.: 40,13 g; Sól: 6,30 g;	E: 2692,87 kcal; B: 93,9 g; T: 95,06 g; W: 392,59 g Kw. tł. nasy.: 27,28 g; Bł.: 42,34 g; Sól: 6,90 g;	E: 2628,57 kcal; B: 98,17 g; T: 78,68 g; W: 408,34 g Kw. tł. nasy.: 20,8 g; Bł.: 33,32 g; Sól: 5,29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 10.06. 2026 do dnia 19.06. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-06-17 środa	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE***) Wędlina wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE,***) Wędlina wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got. 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE,***) Wędlina wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got. 1szt. (***JAJ,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE***) Wędlina wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE,***) Wędlina wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got. 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn			Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Masło roślinne 5g Wędlina drobiowa gotowana 20g (***SOJ, GOR,***) Pomidor 30g	Koktajl jogurtowo-owocowy 150g (***MLE,)*** Biszkopty 5szt. (***GLU, PSZ, JAJ***)	Koktajl jogurtowo-owocowy 150g (***MLE,)*** Biszkopty 5szt. (***GLU, PSZ, JAJ***)
	Obiad	Zupa z cukinii na wywarze warzywnym 400 ml (***SEL, MLE***) Naleśniki z twarożkiem 2szt (***GLU, PSZ, MLE,JAJ***) Sos jogurtowy z jabłkiem prażonym 150g (***MLE***) Surówka z marchewki 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa z cukinii na wywarze warzywnym 400 ml (***SEL, MLE***) Naleśniki z twarożkiem 2szt (***GLU, PSZ, MLE,JAJ***) Sos jogurtowy z jabłkiem prażonym 150g (***MLE***) Surówka z marchewki 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa z cukinii na wywarze warzywnym 400 ml (***SEL, MLE***) Naleśniki razowe z twarożkiem 2szt (***GLU, PSZ, MLE,JAJ***) Sos jogurtowy z jabłkiem prażonym 150g (***MLE***) Surówka z marchewki 100g Kompot b/c 350 ml	Zupa z cukinii na wywarze warzywnym 400 ml (***SEL, MLE***) Naleśniki z twarożkiem 2szt (***GLU, PSZ, MLE,JAJ***) Sos jogurtowy z jabłkiem prażonym 150g (***MLE***) Surówka z marchewki 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa z cukinii na wywarze warzywnym 400 ml (***SEL, MLE***) Naleśniki z twarożkiem 2szt (***GLU, PSZ, MLE,JAJ***) Sos jogurtowy z jabłkiem prażonym 150g (***MLE***) Surówka z marchewki 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Pomarańcz 150g	Pomarańcz 150g	Gruszka pieczona 150g
	Kolacja	Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka makaronowa 80g (***PSZ, GLU, MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Papryka 70g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka jarzynowa 80g (***SEL, MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka makaronowa pełnoziarnista 80g (***PSZ, GLU, MLE***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***) Papryka 70g Herbata b/c 350 ml	Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka makaronowa 80g (***PSZ, GLU, MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Papryka 70g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka jarzynowa 80g (***SEL, MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Herbata b/c 350 ml 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: 2298,54 kcal; B: 95,44 g; T: 63,19 g; W: 342,63 g Kw. tł. nasy.: 24,59 g; Bł.: 41,8 g; Sól: 5,21 g;	E: 2232,94 kcal; B: 94,89 g; T: 60,36 g; W: 334,62 g Kw. tł. nasy.: 18,5 g; Bł.: 27,08 g; Sól: 5,06 g;	E: 2307,14 kcal; B: 96,81 g; T: 66,36 g; W: 333.42 g W tym cukry: 58,0 g Kw. tł. nasy.: 21.84 g; Bł.: 45.73 g; Sól: 5,01 g;	E: 2608,54 kcal; B: 118,44 g; T: 67,13 g; W: 399,1 g Kw. tł. nasy.: 26,12 g; Bł.: 45,42 g; Sól: 5,34 g;	E: 2465,94 kcal; B: 102,89 g; T: 64,36 g; W: 375,62 g Kw. tł. nasy.: 20,5 g; Bł.: 33,08 g; Sól: 5,09 g;

Jadłospisy za okres od dnia 10.06. 2026 do dnia 19.06. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-06-18 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Smalec z białej fasoli 70g Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Rzodkiewka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany 70g (***MLE,)*** Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Sałatka z pomidora i sałaty 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Smalec z białej fasoli 70g Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Sałata 10g Rzodkiewka 70g Herbata b/c 350 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Smalec z białej fasoli 70g Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Sałata 10g Rzodkiewka 70g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany 70g (***MLE,)*** Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Sałatka z pomidora i sałaty 80g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn			Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Masło roślinne 5g Jajko got. 1szt. (***JAJ,***) Pomidor 30g	Jogurt owocowy 1szt (150g) (***MLE***) Chrupki kukurydziane 20g	Jogurt owocowy 1szt (150g) (***MLE***) Chrupki kukurydziane 20g
	Obiad	Zupa koperkowa 400 ml (***SEL,***) Kurczak w sosie brokułowym 200g (***MLE, GLU***) Makaron świderki 250g (***GLU, PSZ,***) Surówka z czerwonej kapusty 100g (***JAJ, GOR,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa koperkowa 400 ml (***SEL,***) Kurczak w sosie brokułowym 200g (***MLE, GLU***) Makaron świderki 250g (***GLU, PSZ,***) Fasolka szparagowa 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa koperkowa 400 ml (***SEL,***) Kurczak w sosie brokułowym 200g (***MLE, GLU***) Makaron świderki razowy 250g (***GLU, PSZ,***) Surówka z czerwonej kapusty 100g (***JAJ, GOR,***) Kompot b/c 350 ml	Zupa koperkowa 400 ml (***SEL,***) Kurczak w sosie brokułowym 200g (***MLE, GLU***) Makaron świderki 250g (***GLU, PSZ,***) Surówka z czerwonej kapusty 100g (***JAJ, GOR,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa koperkowa 400 ml (***SEL,***) Kurczak w sosie brokułowym 200g (***MLE, GLU***) Makaron świderki 250g (***GLU, PSZ,***) Fasolka szparagowa 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Wafle ryżowe 10g Twaróg 30g ***(MLE)*** Sałata 5g	Wafle ryżowe 10g Twaróg 30g ***(MLE)*** Sałata 5g	Jabłko pieczone 150g
	Kolacja	Szynka z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka grecka 100g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Ogórek 70g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta jajeczno-twarogowa 70g (***JAJ, MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka grecka 100g (***MLE***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***) Ogórek 70g Herbata b/c 350 ml	Szynka z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka grecka 100g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Ogórek 70g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta jajeczno-twarogowa 70g (***JAJ, MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)	Budyń b/c 200g (***MLE, JAJ***)	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)
		E: 2312,88 kcal; B: 112,38 g; T: 87,81 g; W: 253,09 g Kw. tł. nasy.: 24,95 g; Bł.: 33,53 g; Sól: 5,86 g;	E: 2259,95 kcal; B: 118,44 g; T: 85,63 g; W: 251,69 g Kw. tł. nasy.: 21,18 g; Bł.: 24,50 g; Sól: 5,24 g;	E: 2386,13 kcal; B: 125,9 g; T: 99,55g; W: 264,91 g W tym cukry: 50,9 g Kw. tł. nasy.: 24,85 g; Bł.: 47,49 g; Sól: 5,46 g;	E: 2491,98 kcal; B: 127,16 g; T: 92,89 g; W: 304,72 g Kw. tł. nasy.: 25,29 g; Bł.: 38,05 g; Sól: 6,10 g;	E: 2544,95 kcal; B: 125,44 g; T: 90,63 g; W: 303,69 g Kw. tł. nasy.: 23,18 g; Bł.: 29,50 g; Sól: 5,34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 10.06. 2026 do dnia 19.06. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-06-19 piątek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Rzodkiewka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got 1szt. (***JAJ,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Rzodkiewka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Rzodkiewka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn			Bananowy pudding chia b/c (***MLE,***)	Bananowy pudding chia (***MLE,***)	Bananowy pudding chia (***MLE,***)
	Obiad	Zupa zacierkowa 400 ml (***SEL, MLE***) Pieczony mintaj w panierce 100g (***GLU, JAJ, RYB***) Ziemniaki pieczone 250g Surówka z kiszonej kapusty 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa zacierkowa 400 ml (***SEL, MLE***) Pieczony mintaj w panierce 100g (***GLU, JAJ, RYB***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka gotowana 100g (***MLE***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa zacierkowa 400 ml (***SEL, MLE***) Pieczony mintaj 100g (***RYB***) Ziemniaki pieczone 250g Surówka z kiszonej kapusty 100g Kompot b/c 350 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (***SEL, MLE***) Pieczony mintaj w panierce 100g (***GLU, JAJ, RYB***) Ziemniaki pieczone 250g Surówka z kiszonej kapusty 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa zacierkowa 400 ml (***SEL, MLE***) Pieczony mintaj w panierce 100g (***GLU, JAJ, RYB***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka gotowana 100g (***MLE***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko pieczone 150g
	Kolacja	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z soczewicy 70 g Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 70 g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z soczewicy 70 g Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z soczewicy 70 g Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 70 g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Nocna owsianka 100g (***MLE,***)	Nocna owsianka 100g (***MLE,***)	Nocna owsianka 100g (***MLE,***)	Nocna owsianka 100g (***MLE,***)	Nocna owsianka 100g (***MLE,***)
		E: 2196,23 kcal; B: 95,0 g; T: 85,29 g; W: 250,04 g Kw. tł. nasy.: 23,06 g; Bł.: 28,16 g; Sól: 6,57 g;	E: 2117,15 kcal; B: 101,01 g; T: 75,81 g; W: 235,93 g Kw. tł. nasy.: 20,5 g; Bł.: 24.76 g; Sól: 5,18 g;	E: 2274,79 kcal; B: 98,00 g; T: 93,77 g; W: 268,23 g W tym cukry: 55,2 g Kw. tł. nasy.: 23,21 g; Bł.: 34,49 g; Sól: 6,23 g;	E: 2436,13 kcal; B: 113,89 g; T: 99,88 g; W: 314,26 g Kw. tł. nasy.: 24,36 g; Bł.: 38,26 g; Sól: 6,71 g;	E: 2399,15 kcal; B: 108,01 g; T: 81,81 g; W: 287,93 g Kw. tł. nasy.: 20,75 g; Bł.: 33.76 g; Sól: 5,18 g;