Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-20 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 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 owsiane na mleku przetarte 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 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 pomidorowa z ryżem 400 ml (***SEL, MLE***) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos koperkowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250 g Brokuły gotowane 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa pomidorowa z ryżem mielona 400 ml (***SEL, MLE***) Filet z kurczaka mielony 100g Sos koperkowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250 g Brokuły gotowane miel. 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Szynka wieprzowa 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	Szynka wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Wędlina drobiowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bulka 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: 2248,71 kcal; B: 112,00 g; T: 65,51g; W: 230,29 g Kw. tł. nasy.: 15,41 g; Bł.: 30,84 g; Sól: 4,99 g;	E: 2290,89 kcal; B: 114,00 g; T: 82,57g; W: 230,29 g Kw. tł. nasy.: 17,00 g; Bł.: 28,04 g; Sól: 4,79 g;

Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-21 niedziela	Śniadanie	Płatki gryczane na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy 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 gryczane na mleku mielone 400 ml (***MLE,***) Szynka drobiowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta jajeczna miel. 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
	II Śn		
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Kotlet mielony pieczony 100g (***GLU, JAJ, PSZ***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka na ciepło 100g (***MLE, GLU, PSZE***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami przetarta 400 ml (***SEL,***) Mięso gotowane mielone 100g Sos biały mleczny (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka na ciepło miel. 100g (***MLE, GLU, PSZE***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Ser twarogowy 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	Polędwica sopocka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Ser twarogowy miel. 70g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bulka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)
		E: 2070,08 kcal; B: 107,28 g; T: 62,91g; W: 259,22 g Kw. tł. nasy.: 14,21 g; Bł.: 25,84 g; Sól: 5,03 g	E: 2088,28 kcal; B: 112,28 g; T: 72,9 g; W: 259,00 g Kw. tł. nasy.: 18,29 g; Bł.: 24,81 g; Sól: 5,00 g

Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-22 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy 70 g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Jabłko pieczone 150g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki owsiane na mleku mielone 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka z indyka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy miel. 70 g (***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	Krupnik z kaszą jęczmienną 400 ml (***SEL,GLU***) Pierogi z serem białym (***GLU, PSZ, MLE,JAJ***) Sos jogurtowo-owocowy 150g (***MLE***) Mus jabłkowy 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Krupnik z kaszą jęczmienną mielony 400 ml (***SEL,GLU***) Filet z kurczaka duszony mielony 100 g Sos koperkowy 150 g (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250g Brokuł gotowany mielony 100g 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,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka mielona 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka drobiowa mielona 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bulka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Kisiel 200g	Kisiel 200g
		E: 2112,6 kcal; B: 92,3 g; T: 55,02 g; W: 328,3 g Kw. tł. nasy.: 15,11 g; Bł.: 29,4 g; Sól: 4,88 g;	E: 2127,42 kcal; B: 96,3 g; T: 59,00 g; W: 302,4 g Kw. tł. nasy.: 17,18 g; Bł.: 28,1 g; Sól: 5,01 g;

Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-23 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE,GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta twarogowa 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,***) 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
	II Śn		
	Obiad	Zupa warzywna 400 ml (***SEL,***) Gołąbek bez zawijania 100g (***GLU, PSZ,***) Sos pomidorowy 150ml (***MLE***) Kasza bulgur 250g Kalafior gotowany 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa warzywna przetarta 400 ml (***SEL,***) Mięso gotowane mielone 100g Sos pomidorowy 150ml (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250g Kalafior gotowany miel. 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Ser twarogowy 70g (***MLE***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Sałata 10g Pomidor b/skóry 70 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Ser twarogowy mielony 70g (***MLE***) Szynka drobiowa 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	Pieczona owsianka 100g (***MLE,***)	Pieczona owsianka przetarta 100g (***MLE,***)
		E: 2140,61 kcal; B: 111,80 g; T: 55,84 g; W: 290,19 g Kw. tł. nasy.: 15,76 g; Bł.: 30,13 g; Sól: 5,01 g;	E: 2132,77 kcal; B: 110,88 g; T: 60,14 g; W: 288,00 g Kw. tł. nasy.: 22,70 g; Bł.: 29,10 g; Sól: 5,00 g;

Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-24 środa	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE,***) Twarożek 70g (***MLE***) Wędlina drobiowa 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 przetarte 400 ml (***MLE,***) Wędlina drobiowa 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 brokułowa 400 ml (***SEL, MLE***) Leczo warzywne z mięsem wieprzowym 200g Ryż biały 250g Bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa brokułowa przetarta 400 ml (***SEL, MLE***) Mięso gotowane mielone 100g Sos koperkowy 150ml (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250g Bukiet warzyw gotowanych miel. 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany naturalny 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	Polędwica sopocka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE***) 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: 2044,51 kcal; B: 106,56 g; T: 49,61 g; W: 299,65 g Kw. tł. nasy.: 15,33 g; Bł.: 29,35 g; Sól: 5,02 g;	E: 2003,55 kcal; B: 105,01 g; T: 51,11 g; W: 278,60 g Kw. tł. nasy.: 21,02 g; Bł.: 27,12 g; Sól: 5,09 g;

Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-25 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek z koperkiem 70g (***MLE***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Jabłko pieczone 150g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Polędwica sopocka mielona 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek z koperkiem 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 ziemniaczana 400 ml (***SEL,***) Pierś z kurczaka z pieca 100g Ziemniaki gotowane 250g Buraczki gotowane 100g (***MLE, GLU, PSZ***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa ziemniaczana przetarta 400 ml (***SEL,***) Pierś z kurczaka mielona 100g Sos biały mleczny (***MLE, GLU***) Ziemniaki gotowane 250g Buraczki gotowane miel. 100g (***MLE, GLU, PSZ***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Polędwica 30g (***SOJ, GOR,***) 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,***) Polędwica mielona30g (***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	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)
		E: 1985,90 kcal; B: 98,06 g; T: 49,33 g; W: 290,01 g Kw. tł. nasy.: 14,90 g; Bł.: 27,83 g; Sól: 4,98 g;	E: 2005,09 kcal; B: 198,03 g; T: 50,71 g; W: 292,11 g Kw. tł. nasy.: 18,73 g; Bł.: 26,03 g; Sól: 5,00 g;

Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-26 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***MLE, GLU, PSZ, JAJ***) Szynka drobiowa 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	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Polędwica sopocka mielona 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got mielone 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry mielony 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL, MLE***) Pieczony dorsz 100g (***RYB***) Sos koperkowy 150ml (***MLE***) Ziemniaki gotowane 250g Kalafior gotowany 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa marchewkowa z ziemniakami przetarta 400 ml (***SEL, MLE***) Pieczony dorsz mielona 100g (***RYB***) Sos koperkowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250g Kalafior gotowany mielony 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Ser twarogowy 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	Szynka drobiowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Ser twarogowy miel. 70 g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bulka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry mielony 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)
		E: 2041,10 kcal; B: 199,14 g; T: 51,81 g; W: 304,7 g Kw. tł. nasy.: 14,5 g; Bł.: 27.4 g; Sól: 5,2 g;	E: 2071,00 kcal; B: 102,4 g; T: 56,61 g; W: 304,7 g Kw. tł. nasy.: 24,5 g; Bł.: 27.2 g; Sól: 5,4 g;

Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-27 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Twaróg 70g (***MLE***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Jabłko pieczone 150 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki owsiane na mleku przetarte 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Twaróg 70g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa ziemniaczana 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 ziemniaczana przetarta 400 ml (***SEL, MLE***) Mięso mielone 100g Sos pietruszkowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250 g Marchewka gotowana miel. 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Szynka drobiowa 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	Szynka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Polędwica sopocka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bulka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry mielony 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Kisiel 200g	Kisiel 200g
		E: 2172,31 kcal; B: 86,2 g; T: 53,17g; W: 313,21 g Kw. tł. nasy.: 15,9 g; Bł.: 29,1 g; Sól: 4,8 g;	E: 2132,43 kcal; B: 91,0 g; T: 52,29g; W: 293,13 g Kw. tł. nasy.: 23,22 g; Bł.: 28,21 g; Sól: 4,85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-28 niedziela	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka wieprzowa gotowana 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	Płatki ryżowe na mleku przetarte 400 ml (***MLE,***) Szynka wieprzowa gotowana miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry mielony 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (***SEL, MLE,***) Bitki schabowe w sosie własnym 100g Ziemniaki gotowane 250g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Barszcz czerwony z ziemniakami i jajkiem przetarty 400 ml (***SEL, MLE, JAJ***) Schab duszony w sosie własnym mielony 100g Ziemniaki gotowane 250g Bukiet warzyw gotowany miel. 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Szynka z piersi kurczaka 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	Szynka z piersi kurczaka mielona 30g (***SOJ, GOR,***) Wędlina drobiowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry mielony 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)
		E: 1923,80 kcal; B: 104,03 g; T: 48,11 g; W: 291,12 g Kw. tł. nasy.: 12,55 g; Bł.: 26,54 g; Sól: 5,01 g;	E: 1993,85 kcal; B: 112,13 g; T: 52,1 g; W: 291,42 g Kw. tł. nasy.: 20,52 g; Bł.: 25,54 g; Sól: 5,03 g;

Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-06-29 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE,GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Twaróg 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 owsiane na mleku przetarte 400 ml (***MLE,GLU***) Szynka wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Twaróg miel. 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry mielony 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***SEL, MLE, GLU, PSZ***) Filet z kurczaka pieczony100g Sos pietruszkowy (***MLE, GLU***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka gotowana 100g (***MLE***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 400 ml (***SEL, MLE,***) Filet z kurczaka pieczony mielony100g Sos pietruszkowy (***MLE, GLU***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka gotowana mielona 100g (***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,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka mielona 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka drobiowa mielona 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bulka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry mielony 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Budyń 200g (***MLE,***)	Budyń 200g (***MLE,***)
		E: 2234,21 kcal; B: 102,2 g; T: 56,31 g; W: 327,18 g Kw. tł. nasy.: 15,61 g; Bł.: 25,44 g; Sól: 4,81 g;	E: 2135,21 kcal; B: 106,2 g; T: 63,61 g; W: 301,19 g Kw. tł. nasy.: 24,09 g; Bł.: 26,0 g; Sól: 4,81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-06-20 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Ser żółty 30g (***MLE***) 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 owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 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 owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Ser żółty 30g (***MLE***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Ser żółty 30g (***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	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 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			Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Masło roślinne 5g Wędlina wieprzowa 20g (***SOJ, GOR,***) Papryka 30g	Mus owocowy 100g Herbatniki 3szt. (***GLU, PSZ, JAJ, MLE***)	Mus owocowy 100g Herbatniki 3szt. (***GLU, PSZ, JAJ, MLE***)
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (***SEL, MLE***) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos koperkowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z białej kapusty 100 g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (***SEL, MLE***) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos koperkowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250 g Brokuły gotowane 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (***SEL, MLE***) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos koperkowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z białej kapusty 100 g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (***SEL, MLE***) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos koperkowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z białej kapusty 100 g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (***SEL, MLE***) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos koperkowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250 g Brokuły gotowane 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko pieczone 150g
	Kolacja	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) 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	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) 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,***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) 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	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) 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 b/c 150g (***MLE,***)	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)
		E: 2211,28 kcal; B: 114,4 g; T: 87,57g; W: 262,67 g Kw. tł. nasy.: 23,41 g; Bł.: 30,84 g; Sól: 5,99 g;	E: 2278,79 kcal; B: 117,00 g; T: 78,57g; W: 230,29 g Kw. tł. nasy.: 19,41 g; Bł.: 28,84 g; Sól: 4,99 g;	E: 2323,1 kcal; B: 118,9 g; T: 89,1 g; W: 267,2 g W tym cukry: 52,1 g Kw. tł. nasy.: 23,9 g; Bł.: 38,1 g; Sól: 5,09 g;	E: 2391,68 kcal; B: 115,68 g; T: 90,24 g; W: 282,64 g Kw. tł. nasy.: 24,74 g; Bł.: 36,01 g; Sól: 6,04 g;	E: 2511,79 kcal; B: 119,00 g; T: 81,57g; W: 276,29 g Kw. tł. nasy.: 20,41 g; Bł.: 37,84 g; Sól: 5,09 g;

Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-06-21 niedziela	Śniadanie	Płatki gryczane na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z makreli i jajka 70g (***RYB, JAJ, MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Arbuz 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki gryczane na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka drobiowa 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	Płatki gryczane na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z makreli i jajka 70g (***RYB, JAJ, MLE,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Płatki gryczane na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z makreli i jajka 70g (***RYB, 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	Płatki gryczane na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka drobiowa 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
	II Śn			Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Masło roślinne 5g Serek śmietankowy 50g (***MLE,***) Ogórek 30g	Koktajl jogurtowo-owocowy 150g (***MLE,)*** Chrupki kukurydziane 20g	Koktajl jogurtowo-owocowy 150g (***MLE,)*** Chrupki kukurydziane 20g
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Kotlet mielony pieczony 100g (***GLU, JAJ, PSZ***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka na ciepło 100g (***MLE, GLU, PSZE***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Kotlet mielony pieczony 100g (***GLU, JAJ, PSZ***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka na ciepło 100g (***MLE, GLU, PSZE***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Kotlet mielony pieczony 100g (***GLU, JAJ, PSZ***) Ziemniaki gotowane 250g Surówka z marchewki z olejem 100g Kompot b/c 350 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Kotlet mielony pieczony 100g (***GLU, JAJ, PSZ***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka na ciepło 100g (***MLE, GLU, PSZE***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Kotlet mielony pieczony 100g (***GLU, JAJ, PSZ***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka na ciepło 100g (***MLE, GLU, PSZE***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Arbuz 150g	Arbuz 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,***) Papryka 70g Sałata 10 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Ser twarogowy 70g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Sałata 10g Pomidor 70 g 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,***) Ser twarogowy 70g (***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: 2240,27 kcal; B: 107,99 g; T: 83,82 g; W: 288,18 g Kw. tł. nasy.: 22,31 g; Bł.: 34,72 g; Sól: 5,22 g;	E: 2092,98 kcal; B: 113,28 g; T: 72,9 g; W: 259,01 g Kw. tł. nasy.: 19,21 g; Bł.: 27,84 g; Sól: 5,03 g;	E: 2466,5 kcal; B: 118,4 g; T: 93,8 g; W: 317,00 g W tym cukry: 56,23 g Kw. tł. nasy.: 20,2 g; Bł.: 42,2 g; Sól: 5,11 g;	E: 2731,71 kcal; B: 122,7 g; T: 89,89 g; W: 391,88 g Kw. tł. nasy.: 24,70 g; Bł.: 42,19 g; Sól: 5,31 g;	E: 2345,98 kcal; B: 122,28 g; T: 76,9 g; W: 306,01 g Kw. tł. nasy.: 21,21 g; Bł.: 34,84 g; Sól: 5,63 g;

Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-06-22 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE,GLU***) Szynka z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy 70 g (***MLE,***) 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 owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU,***) Szynka z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy 70 g (***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 owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy 70 g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE,GLU,***) Szynka z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy 70 g (***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	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU,***) Szynka z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy 70 g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Jabłko pieczone 150g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn			Jogurt nat 150g (***MLE,***) Nasiona chia 15 g	Jogurt owocowy 150g (***MLE,***) Nasiona chia 15 g	Jogurt owocowy 150g (***MLE,***) Nasiona chia 15 g
	Obiad	Krupnik z kaszą jęczmienną 400 ml (***SEL,GLU***) Pierogi z serem białym (***GLU, PSZ, MLE,JAJ***) Sos jogurtowo-owocowy 150g (***MLE***) Surówka z selera i jabłka 100 g (***MLE, SEL)*** Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Krupnik z kaszą jęczmienną 400 ml (***SEL,GLU***) Pierogi z serem białym (***GLU, PSZ, MLE,JAJ***) Sos jogurtowo-owocowy 150g (***MLE***) Surówka z selera i jabłka 100 g (***MLE,SEL***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Krupnik z kaszą jęczmienną 400 ml (***SEL,GLU***) Filet z kurczaka duszony 100 g (***GLU,***) Sos koperkowy 150 g (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250g Surówka z selera i jabłka 100 g (***MLE,SEL***) Kompot b/c 350 ml	Krupnik z kaszą jęczmienną 400 ml (***SEL,GLU***) Pierogi z serem białym (***GLU, PSZ, MLE,JAJ***) Sos jogurtowo-owocowy 150g (***MLE***) Surówka z selera i jabłka 100 g (***MLE,SEL***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Krupnik z kaszą jęczmienną 400 ml (***SEL,GLU***) Pierogi z serem białym (***GLU, PSZ, MLE,JAJ***) Sos jogurtowo-owocowy 150g (***MLE***) Surówka z selera i jabłka 100 g (***MLE,SEL***) 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 sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z suszonego pomidora 70g Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Rzodkiewka 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,***) Sałata 10g Pomidor 70 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z suszonego pomidora 70g Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***) Rzodkiewka 70g Sałata 10 g Herbata b/c 350 ml	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z suszonego pomidora 70g Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Rzodkiewka 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,***) Sałata 10g Pomidor 70 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Kisiel 200g	Kisiel 200g	Kisiel b/c 200g	Kisiel 200g	Kisiel 200g
		E: 2254,8 kcal; B: 89,3 g; T: 76,8 g; W: 334,5 g Kw. tł. nasy.: 26,10 g; Bł.: 48,00 g; Sól: 5,01 g;	E: 2147,2 kcal; B: 97,3 g; T: 61,00 g; W: 333,3 g Kw. tł. nasy.: 18,11 g; Bł.:27,4 g; Sól: 4,88 g;	E: 2156,9 kcal; B: 98,63 g; T: 91,31 g; W: 294,23 g W tym cukry: 56,99 g; Kw. tł. nasy.: 28,3 g; Bł.: 42,14 g; Sól: 5,33 g;	E: 2542,86 kcal; B: 100,29 g; T: 88,08 g; W: 373,99 g Kw. tł. nasy.: 28,49 g; Bł.: 52,57 g; Sól: 5,21 g;	E: 2435,16 kcal; B: 110,02 g; T: 73,08 g; W: 374,04 g Kw. tł. nasy.: 20,49 g; Bł.: 31,07 g; Sól: 5,01 g;

Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-06-23 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU,***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z makreli, jajka i ogórka kiszonego 70g (***RYB, 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	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU,***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta jajeczno-twarogowa 70g (***JAJ, MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z makreli, jajka i ogórka kiszonego 70g (***RYB, JAJ, MLE***) 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 wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z makreli, jajka i ogórka kiszonego 70g (***RYB, 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	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU,***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta jajeczno-twarogowa 70g (***JAJ, 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 Serek śmietankowy 50g (***MLE,***) Papryka 30g	Mus owocowy 100ml Herbatniki 3szt. (***GLU, PSZ, JAJ, MLE***)	Mus owocowy 100ml Herbatniki 3szt. (***GLU, PSZ, JAJ, MLE***)
	Obiad	Zupa zacierkowa 400 ml (***SEL,JAJ***) Gołąbki bez zawijania 100g (***GLU, PSZ,***) Sos pomidorowy 150ml (***MLE***) Kasza gryczana 250g Surówka z pora 100g (***MLE,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa zacierkowa 400 ml (***SEL,JAJ***) Gołąbki bez zawijania 100g (***GLU, PSZ,***) Sos pomidorowy 150ml (***MLE***) Kasza bulgur 250g (***GLU,***) Kalafior gotowany 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa zacierkowa 400 ml (***SEL,JAJ***) Gołąbki bez zawijania 100g (***GLU, PSZ,***) Sos pomidorowy 150ml (***MLE***) Kasza gryczana 250g Surówka z pora 100g (***MLE,***) Kompot b/c 350 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (***SEL,JAJ***) Gołąbki bez zawijania 100g (***GLU, PSZ,***) Sos pomidorowy 150ml (***MLE***) Kasza gryczana 250g Surówka z pora 100g (***MLE,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa zacierkowa 400 ml (***SEL,JAJ***) Gołąbki bez zawijania 100g (***GLU, PSZ,***) Sos pomidorowy 150ml (***MLE***) Kasza bulgur 250g (***GLU,***) Kalafior gotowany 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko pieczone 150g
		Szynka drobiowa30g (***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 10 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Ser twarogowy 70g (***MLE***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Sałatka z pomidora i sałaty 80g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Ser żółty 30g (***MLE***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***) Ogórek 70g Sałata 10 g Herbata b/c 350 ml	Szynka drobiowa 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 10 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Ser twarogowy 70g (***MLE***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Sałatka z pomidora i sałaty 80g 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: 2278,12 kcal; B: 103,11 g; T: 68,45 g; W: 331,36 g Kw. tł. nasy.: 24,67 g; Bł.: 37,69 g; Sól: 5,1 g;	E: 2183,68 kcal; B: 108,87 g; T: 65,64 g; W: 302,09 g Kw. tł. nasy.: 22,72 g; Bł.: 28,13 g; Sól: 5,01 g;	E: 2498,42 kcal; B: 107,13 g; T: 83,95 g; W: 351,42 g W tym cukry: 58,43 g Kw. tł. nasy.: 28,41 g; Bł.: 48,35 g; Sól: 5,23 g;	E: 2475,52 B: 105,44 g; T: 71,05 g; W: 372,73 g Kw. tł. nasy.: 24,99 g; Bł.: 42,69 g; Sól: 5,18 g;	E: 2380,22 B: 110,14 g; T: 68,01 g; W: 343,09 g Kw. tł. nasy.: 23,09 g; Bł.: 33,69 g; Sól: 5,11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-06-24 środa	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 70g (***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,***) Wędlina drobiowa 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 jaglane na mleku 400 ml (***MLE,***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 70g (***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***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 70g (***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,***) Wędlina drobiowa 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 Szynka wieprzowa 20g (***SOJ, GOR,***) Ogórek 30g	Jogurt owocowy 1szt (***MLE***) Biszkopty 5szt. (***GLU, PSZ, JAJ***)	Jogurt owocowy 1szt (***MLE***) Biszkopty 5szt. (***GLU, PSZ, JAJ***)
	Obiad	Zupa brokułowa 400 ml (***SEL, MLE***) Leczo warzywne z mięsem wieprzowym 200g Ryż biały 250g Surówka z białej kapusty 100g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa brokułowa 400 ml (***SEL, MLE***) Leczo warzywne z mięsem wieprzowym 200g Ryż biały 250g Bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa brokułowa 400 ml (***SEL, MLE***) Leczo warzywne z mięsem wieprzowym 200g Ryż brązowy 250g Surówka z białej kapusty 100g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml	Zupa brokułowa 400 ml (***SEL, MLE***) Leczo warzywne z mięsem wieprzowym 200g Ryż biały 250g Surówka z białej kapusty 100g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa brokułowa 400 ml (***SEL, MLE***) Leczo warzywne z mięsem wieprzowym 200g Ryż biały 250g Bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Arbuz 150g	Arbuz 150g	Jabłko pieczone 150g
	Kolacja	Polędwica sopocka 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,***) Papryka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka 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	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***) Papryka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Polędwica sopocka 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,***) Papryka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka 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	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)	Koktajl owocowy b/c 150g (***MLE,***)	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)
		E: 2110,2 kcal; B: 107,2 g; T: 65,1 g; W: 289,70 g Kw. tł. nasy.: 26,4 g; Bł.: 34,8 g; Sól: 5,02 g;	E: 2073,59 kcal; B: 106,56 g; T: 55,81 g; W: 299,65 g Kw. tł. nasy.: 22,32 g; Bł.: 26,35 g; Sól: 5,04 g;	E: 2206,2 kcal; B: 112,4 g; T: 72,1 g; W: 299,6 g W tym cukry: 55,09 g Kw. tł. nasy.: 23,3 g; Bł.: 46,9 g; Sól: 5,01 g;	E: 2310,73 kcal; B: 116,6 g; T: 67,92 g; W: 324,7 g Kw. tł. nasy.: 27,86 g; Bł.: 37,1 g; Sól: 5,1 g;	E: 2297,60 kcal; B: 115,55 g; T: 57,92 g; W: 340,6 g Kw. tł. nasy.: 23,80 g; Bł.: 30,1 g; Sól: 5,09 g;

Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C01
2026-06-25 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z ciecierzycy 70g 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	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek z koperkiem 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 jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,*** Pasta z ciecierzycy 70g Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Sałata 10g Pomidor 70g Herbata b/c 350 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z ciecierzycy 70g Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Sałata 10g Pomidor 70g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek z koperkiem 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,***) Papryka 30g	Koktajl jogurtowo-owocowy (150g) (***MLE***) Chrupki kukurydziane 20g	Koktajl jogurtowo-owocowy (150g) (***MLE***) Chrupki kukurydziane 20g
	Obiad	Rosół drobiowy z makaronem 400 ml (***SEL, JAJ, GLU,PSZ,***) Pierś z kurczaka z pieca 100g Ziemniaki gotowane 250g Surówka z buraków i jabłka 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Rosół drobiowy z makaronem 400 ml (***SEL, JAJ, GLU,PSZ,***) Pierś z kurczaka z pieca 100g Ziemniaki gotowane 250g Buraczki gotowane 100g (***PSZ, GLU, MLE,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Rosół drobiowy z makaronem 400 ml (***SEL, JAJ, GLU,PSZ,***) Pierś z kurczaka z pieca 100g Ziemniaki gotowane 250g Surówka z buraków i jabłka 100g Kompot b/c 350 ml	Rosół drobiowy z makaronem 400 ml (***SEL, JAJ, GLU,PSZ,***) Pierś z kurczaka z pieca 100g Ziemniaki gotowane 250g Surówka z buraków i jabłka 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Rosół drobiowy z makaronem 400 ml (***SEL, JAJ, GLU,PSZ,***) Pierś z kurczaka z pieca 100g Ziemniaki gotowane 250g Buraczki gotowane 100g (***PSZ, GLU, 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 z kaszy bulgur 80g (***GLU,***) 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,***) Sałatka z kaszy bulgur dieta 80g (***GLU,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka z kaszy bulgur 80g (***GLU,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***) Ogórek 70g Herbata b/c 350 ml	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka z kaszy bulgur 80g (***GLU,***) 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,***) Sałatka z kaszy bulgur 80g (***GLU,***) 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
	PN	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)
		E: 2051,25 kcal; B: 110,01 g; T: 55,89 g; W: 310,00 g Kw. tł. nasy.: 21,09 g; Bł.: 44,84 g; Sól: 5,32 g;	E: 2035,93 kcal; B: 102,03 g; T: 54,73 g; W: 307,01 g Kw. tł. nasy.: 21,93 g; Bł.: 27,83 g; Sól: 5,04 g;	E: 2183,65 kcal; B: 123,20 g; T: 63,71 g; W: 320,06 g W tym cukry: 60,03 g Kw. tł. nasy.: 19,53 g; Bł.: 48,84 g; Sól: 5,60 g;	E: 2460,74 kcal; B: 131,64 g; T: 62,23 g; W: 357,56 g Kw. tł. nasy.: 23,06 g; Bł.: 48,1 g; Sól: 5,42 g;	E: 2440,04 kcal; B: 118,14 g; T: 59,23 g; W: 373,09 g Kw. tł. nasy.: 23,96 g; Bł.: 31,1 g; Sól: 5,12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-06-26 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***MLE, GLU, PSZ, JAJ***) 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,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Zacierka na mleku 400 ml (***MLE, GLU, PSZ, JAJ***) 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	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got 1szt. (***JAJ,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***MLE, GLU, PSZ, JAJ***) 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,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Zacierka na mleku 400 ml (***MLE, GLU, PSZ, JAJ***) 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
	II Śn			Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Masło roślinne 5g Szynka drobiowa 20g (***SOJ, GOR,***) Ogórek 30g	Mus owocowy 100ml Biszkopty 5szt. (***GLU, PSZ, JAJ***)	Mus owocowy 100ml Biszkopty 5szt. (***GLU, PSZ, JAJ***)
	Obiad	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL, MLE***) Pieczony dorsz 100g (***RYB***) Sos koperkowy 150ml (***MLE***) Ziemniaki gotowane 250g Surówka z kapusty pekińskiej 100g g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL, MLE***) Pieczony dorsz 100g (***RYB***) Sos koperkowy 150ml (***MLE***) Ziemniaki gotowane 250g Kalafior gotowany 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL, MLE***) Pieczony dorsz 100g (***RYB***) Sos koperkowy 150ml (***MLE***) Ziemniaki gotowane 250g Surówka z kapusty pekińskiej 100g g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL, MLE***) Pieczony dorsz 100g (***RYB***) Sos koperkowy 150ml (***MLE***) Ziemniaki gotowane 250g Surówka z kapusty pekińskiej 100g g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL, MLE***) Pieczony dorsz 100g (***RYB***) Sos koperkowy 150ml (***MLE***) Ziemniaki gotowane 250g Kalafior gotowany 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko pieczone 150g
	Kolacja	Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Ser żółty 30 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	Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Ser twarogowy 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	Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Ser żółty 30 g (***MLE***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***) Rzodkiewka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Ser żółty 30 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	Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Ser twarogowy 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	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)
		E: 2193,8 kcal; B: 99,6 g; T: 72,0 g; W: 311,00 g Kw. tł. nasy.: 26,4 g; Bł.: 35,2 g; Sól: 5,57 g;	E: 2071,00 kcal; B: 102,4 g; T: 56,61 g; W: 304,7 g Kw. tł. nasy.: 24,5 g; Bł.: 27.4 g; Sól: 5,4 g;	E: 2316,61 kcal; B: 100,92 g; T: 77,48 g; W: 320,76 g W tym cukry: 66,2 g Kw. tł. nasy.: 24,95 g; Bł.: 44,35 g; Sól: 5,66 g;	E: 2422,81 kcal; B: 102,84 g; T: 73,86 g; W: 351,64 g Kw. tł. nasy.: 28,77 g; Bł.: 42,21 g; Sól: 5,69 g;	E: 2226,81 kcal; B: 105,4 g; T: 58,11 g; W: 349,6 g Kw. tł. nasy.: 24,5 g; Bł.: 34,16 g; Sól: 5,5 g;

Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-06-27 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Twaróg 70g (***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	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Twaróg 70g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Jabłko pieczone 150 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Twaróg 70g (***MLE***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Twaróg 70g (***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	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Twaróg 70g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Jabłko pieczone 150 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn			Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Masło roślinne 5g Wędlina wieprzowa 20g (***SOJ, GOR,***) Papryka 30g	Jogurt owocowy 1szt. (***MLE,***) Herbatniki 3szt. (***GLU, PSZ, JAJ, MLE***)	Jogurt owocowy 1szt. (***MLE,***) Herbatniki 3szt. (***GLU, PSZ, JAJ, MLE***)
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL, MLE***) Naleśniki z twarożkiem 2szt (***GLU, PSZ, MLE,JAJ***) Sos jogurtowy z jabłkiem prażonym 150g (***MLE***) Surówka z marchewki z olejem 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa ziemniaczana 400 ml (***SEL, MLE***) Naleśniki z twarożkiem 2szt (***GLU, PSZ, MLE,JAJ***) Sos jogurtowy z jabłkiem prażonym 150g (***MLE***) Surówka z marchewki z olejem 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL, MLE***) Naleśniki razowe z twarożkiem 2szt (***GLU, PSZ, MLE,JAJ***) Sos jogurtowy z jabłkiem prażonym 150g (***MLE***) Surówka z marchewki z olejem 100 g Kompot b/c 350 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL, MLE***) Naleśniki z twarożkiem 2szt (***GLU, PSZ, MLE,JAJ***) Sos jogurtowy z jabłkiem prażonym 150g (***MLE***) Surówka z marchewki z olejem 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa ziemniaczana 400 ml (***SEL, MLE***) Naleśniki z twarożkiem 2szt (***GLU, PSZ, MLE,JAJ***) Sos jogurtowy z jabłkiem prażonym 150g (***MLE***) Surówka z marchewki z olejem 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g	Gruszka pieczona 150g
	Kolacja	Polędwica sopocka 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 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka warzywna dieta 70g (***SEL, 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 sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka warzywna dieta 70g (***SEL, JAJ, MLE,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Polędwica sopocka 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 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka warzywna dieta 70g (***SEL, 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	Kisiel 200g	Kisiel 200g	Kisiel b/c 200g	Kisiel 200g	Kisiel 200g
		E: 21220,3 kcal; B: 90,1 g; T: 64,7g; W: 349,5 g Kw. tł. nasy.: 25,41 g; Bł.: 46,00 g; Sól: 5,00 g;	E: 2122,3 kcal; B: 89,2 g; T: 62,27g; W: 333,13 g Kw. tł. nasy.: 23,2 g; Bł.: 27,1 g; Sól: 4,89 g;	E: 2353,3 kcal; B: 104,1 g; T: 69,1 g; W: 353,2 g W tym cukry: 71,0 g Kw. tł. nasy.: 26,9 g; Bł.: 48,3 g; Sól: 5,03 g;	E: 2415,3 kcal; B: 93,1 g; T: 66,2g; W: 393,5 g Kw. tł. nasy.: 25,41 g; Bł.: 52,00 g; Sól: 5,00 g;	E: 2406,3 kcal; B: 92,2 g; T: 63,8g; W: 377,13 g Kw. tł. nasy.: 23,5 g; Bł.: 30,1 g; Sól: 4,77 g;

Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-06-28 niedziela	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka wieprzowa gotowana 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany 70g (***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	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka wieprzowa gotowana 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,***) Szynka wieprzowa gotowana 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany 70g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka wieprzowa gotowana 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany 70g (***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	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka wieprzowa gotowana 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
	II Śn			Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Masło roślinne 5g Ser żółty 20g (***MLE,***) Rzodkiewka 30g	Serek waniliowy 1szt. (***MLE,)*** Chrupki kukurydziane 20g	Serek waniliowy 1szt. (***MLE,)*** Chrupki kukurydziane 20g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami i jajkiem 400 ml (***SEL, MLE, JAJ***) Kotlet schabowy z pieca 100g (***GLU, JAJ, PSZ***) Ziemniaki gotowane 250g Sałatka colesław 100g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Barszcz czerwony z ziemniakami i jajkiem 400 ml (***SEL, MLE, JAJ***) Bitki schabowe w sosie własnym 100g Ziemniaki gotowane 250g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Barszcz czerwony z ziemniakami i jajkiem 400 ml (***SEL, MLE, JAJ***) Bitki schabowe w sosie własnym 100g Ziemniaki gotowane 250g Sałatka colesław 100g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i jajkiem 400 ml (***SEL, MLE, JAJ***) Kotlet schabowy z pieca 100g (***GLU, JAJ, PSZ***) Ziemniaki gotowane 250g Sałatka colesław 100g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Barszcz czerwony z ziemniakami i jajkiem 400 ml (***SEL, MLE, JAJ***) Bitki schabowe w sosie własnym 100g Ziemniaki gotowane 250g Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko pieczone 150g
	Kolacja	Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,***) Ser żółty 30 g (***MLE***) 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 z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Sałata 10g Pomidor 70 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,***) Wędlina drobiowa 30 g (***MLE***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***) Pomidor 70g Sałata 10 g Herbata b/c 350 ml	Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,***) Ser żółty 30 g (***MLE***) 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 z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Sałata 10g 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: 2156,33 kcal; B: 119,76 g; T: 69,24 g; W: 276,94 g Kw. tł. nasy.: 22,01 g; Bł.: 32,52 g; Sól: 5,44 g;	E: 1992,85 kcal; B: 112,13 g; T: 53,1 g; W: 291,42 g Kw. tł. nasy.: 20,52 g; Bł.: 26,54 g; Sól: 5,03 g;	E: 2187,01 kcal; B: 119,98 g; T: 70,99 g; W: 287,76 g W tym cukry: 54,01 g Kw. tł. nasy.: 21,5 g; Bł.: 38,18 g; Sól: 5,11 g;	E: 2504,93 kcal; B: 132,94 g; T: 80,44 g; W: 330,22 g Kw. tł. nasy.: 26,00 g; Bł.: 36,04 g; Sól: 5,51 g;	E: 2383,85 kcal; B: 139,13 g; T: 60,1 g; W: 2346,42 g Kw. tł. nasy.: 23,92 g; Bł.: 30,54 g; Sól: 5,05 g;

Jadłospisy za okres od dnia 20.06. 2026 do dnia 29.06. 2026

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