Jadłospisy za okres od dnia 18.09. 2026 do dnia 27.09. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-09-18 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 75g (***GLU, PSZ, JAJ***)	Mus owocowy 100ml Biszkopty 75g (***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 W tym cukry: 54 g Kw. tł. nasy.: 22,4 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 W tym cukry: 51 g Kw. tł. nasy.: 21,5 g; Bł.: 25.9 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 g Kw. tł. nasy.: 23,95 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 W tym cukry: 64 g Kw. tł. nasy.: 24,77 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 W tym cukry: 61 g Kw. tł. nasy.: 23,5 g; Bł.: 32,16 g; Sól: 5,5 g;

Jadłospisy za okres od dnia 18.09. 2026 do dnia 27.09. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-09-19 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,***) Arbuz 150g 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 150g (***MLE,***) Herbatniki 75g (***GLU, PSZ, JAJ, MLE***)	Jogurt owocowy 150g (***MLE,***) Herbatniki 75g (***GLU, PSZ, JAJ, MLE***)
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL, MLE***) Naleśniki z twarożkiem 2szt (200g) (***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 (200g) (***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 (200g) (***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 (200g) (***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 (200g) (***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			Arbuz 150g	Arbuz 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: 2126,3 kcal; B: 90,1 g; T: 64,7g; W: 359,5 g W tym cukry: 58 g Kw. tł. nasy.: 23,41 g; Bł.: 46,00 g; Sól: 5,00 g;	E: 2122,3 kcal; B: 89,2 g; T: 62,27g; W: 333,13 g W tym cukry: 57 g Kw. tł. nasy.: 23,2 g; Bł.: 25,1 g; Sól: 4,89 g;	E: 2337,3 kcal; B: 104,1 g; T: 69,1 g; W: 349,2 g W tym cukry: 71 g Kw. tł. nasy.: 24,9 g; Bł.: 48,3 g; Sól: 5,03 g;	E: 2399,3 kcal; B: 93,1 g; T: 66,2g; W: 389,5 g W tym cukry: 71 g Kw. tł. nasy.: 24,41 g; Bł.: 52,00 g; Sól: 5,00 g;	E: 2406,3 kcal; B: 92,2 g; T: 63,8g; W: 377,13 g W tym cukry: 70 g Kw. tł. nasy.: 24,5 g; Bł.: 29,1 g; Sól: 4,77 g;

Jadłospisy za okres od dnia 18.09. 2026 do dnia 27.09. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-09-20 niedziela	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka wieprzowa gotowana 30g (***SOJ, GOR,***) Serek kanapkowy 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 kanapkowy 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 kanapkowy 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 kanapkowy 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 kanapkowy 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 150g (***MLE,)*** Chrupki kukurydziane 20g	Serek waniliowy 150g (***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 W tym cukry: 50 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 W tym cukry: 49 g Kw. tł. nasy.: 20,52 g; Bł.: 25,54 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 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 W tym cukry: 65 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: 346,42 g W tym cukry: 64 g Kw. tł. nasy.: 23,92 g; Bł.: 29,54 g; Sól: 5,05 g;

Jadłospisy za okres od dnia 18.09. 2026 do dnia 27.09. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-09-21 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 75g (***GLU, PSZ, JAJ***)	Jogurt owocowy 150g (***MLE,***) Biszkopty 75g (***GLU, PSZ, JAJ***)
	Obiad	Zupa brokułowa z makaronem 400 ml (***SEL, MLE, GLU, PSZ,JAJ***) Filet z kurczaka pieczony100g Sos pietruszkowy150g (***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 150g (***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 150g (***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 150g (***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 150g (***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 W tym cukry: 54 g; Kw. tł. nasy.: 26,76 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 W tym cukry: 52 g; Kw. tł. nasy.: 23,09 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 g; Kw. tł. nasy.: 26,05 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 W tym cukry: 66 g; Kw. tł. nasy.: 28,28 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 W tym cukry: 64 g; Kw. tł. nasy.: 25,09 g; Bł.: 28,8 g; Sól: 4,95 g;

Jadłospisy za okres od dnia 18.09. 2026 do dnia 27.09. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-09-22 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 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,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka 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	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE,GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Sałata 10g Ogórek 70g Herbata b/c 350 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 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,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka 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
	II Śn			Koktajl jogurtowo-owocowy b/c (150g) (***MLE***) Nasiona chia 15 g	Koktajl jogurtowo-owocowy (150g) (***MLE***) Nasiona chia 15 g	Koktajl jogurtowo-owocowy (150g) (***MLE***) Nasiona chia 15 g
	Obiad	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,MLE***) Sos bolognese z mozzarellą 200g (***MLE,***) Makaron 250g (***GLU, PSZ, JAJ***) Fasolka szparagowa 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Sos bolognese z mozzarellą 200g (***MLE,***) Makaron 250g (***GLU, PSZ, JAJ***) Fasolka szparagowa 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,MLE***) Sos bolognese z mozzarellą 200g (***MLE,***) Makaron pełnoziarnisty 250g (***GLU, PSZ,***) Fasolka szparagowa 100g Kompot b/c 350 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,MLE***) Sos bolognese z mozzarellą 200g (***MLE,***) Makaron 250g (***GLU, PSZ,***) Fasolka szparagowa 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Sos bolognese z mozzarellą 200g (***MLE,***) Makaron 250g (***GLU, PSZ, JAJ***) Fasolka szparagowa 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko pieczone 150g
	Kolacja	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Serek kanapkowy 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 kanapkowy naturalny 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	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Serek kanapkowy 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 kanapkowy 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 kanapkowy naturalny 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
	PN	Pieczona owsianka 150g (***MLE,***)	Pieczona owsianka 150g (***MLE,***)	Pieczona owsianka 150g (***MLE,***)	Pieczona owsianka 150g (***MLE,***)	Pieczona owsianka 150g (***MLE,***)
		E: 2005,8 kcal; B: 91,5 g; T: 53,5 g; W: 302,4 g W tym cukry: 46 g; Kw. tł. nasy.: 20,8 g; Bł.: 33,5 g; Sól: 5,01 g;	E: 2020,5 kcal; B: 95,2 g; T: 53,00 g; W: 305,4 g W tym cukry: 50 g; Kw. tł. nasy.: 20,1 g; Bł.: 25,4 g; Sól: 4,87 g;	E: 2140,2 kcal; B: 198,5 g; T: 61,7 g; W: 319,1 g W tym cukry: 52 g; Kw. tł. nasy.: 22,0 g; Bł.: 42,6 g; Sól: 5,16 g;	E: 2261,18 kcal; B: 102,02 g; T: 60,55 g; W: 347,6 g W tym cukry: 56 g; Kw. tł. nasy.: 22,41 g; Bł.: 36,64 g; Sól: 5,05 g;	E: 2273,5 kcal; B: 105,2 g; T: 61,00 g; W: 342,4 g W tym cukry: 62 g; Kw. tł. nasy.: 21,8 g; Bł.: 28,7 g; Sól: 5,17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 18.09. 2026 do dnia 27.09. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-09-23 Środa	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) 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	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got 1szt. (***JAJ,***) 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 jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) 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	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) 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,***) Sałatka z pomidora i sałaty 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got 1szt. (***JAJ,***) 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 Szynka wieprzowa 20g (***SOJ, GOR,***) Ogórek 30g	Mus owocowy 100ml Biszkopty 75g (***GLU, PSZ, JAJ***)	Mus owocowy 100ml Biszkopty 75g (***GLU, PSZ, JAJ***)
	Obiad	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 400 ml (***SEL,***) Pierś z kurczaka w sosie szpinakowym 100g (***MLE***) Ryż biały 250g Sałatka z buraków 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 400 ml (***SEL,***) Pierś z kurczaka w sosie szpinakowym 100g (***MLE***) Ryż biały 250g Warzywa gotowane 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 400 ml (***SEL,***) Pierś z kurczaka w sosie szpinakowym 100g (***MLE***) Ryż brązowy 250g Sałatka z buraków 100g Kompot b/c 350 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 400 ml (***SEL,***) Pierś z kurczaka w sosie szpinakowym 100g (***MLE***) Ryż biały 250g Sałatka z buraków 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 400 ml (***SEL,***) Pierś z kurczaka w sosie szpinakowym 100g (***MLE***) Ryż biały 250g Warzywa gotowane 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	Wafle ryżowe 10g Twaróg 30g (***MLE,***) Sałata 5g
	Kolacja	Ser żółty 30 g (***MLE***) Sałatka gyros 80g (***JAJ, GOR, 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 wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka gyros dieta 80g (***JAJ, GOR, MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Ser żółty 30 g (***MLE***) Sałatka gyros 80g (***JAJ, GOR, MLE***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***) Rzodkiewka 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Ser żółty 30 g (***MLE***) Sałatka gyros 80g (***JAJ, GOR, 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 wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka gyros dieta 80g (***JAJ, GOR, 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: 2406,1 kcal; B: 116,6 g; T: 81,8 g; W: 334,4 g W tym cukry: 54 g Kw. tł. nasy.: 24,7 g; Bł.: 38,3 g; Sól: 6,11 g;	E: 2339,3 kcal; B: 113,8 g; T: 71,6 g; W: 315,,8 g W tym cukry: 53 g Kw. tł. nasy.: 23,9 g; Bł.: 25,7 g; Sól: 5,65 g;	E: 2539,3 kcal; B: 125,65 g; T: 91,24 g; W: 336,26 g W tym cukry: 58 g Kw. tł. nasy.: 26,48 g; Bł.: 44,99 g; Sól: 6,00 g;	E: 2644,1 kcal; B: 130,88 g; T: 85,76 g; W: 356,88 g W tym cukry: 65 g Kw. tł. nasy.: 27,1 g; Bł.: 41,35 g; Sól: 6,18 g;	E: 2538,3 kcal; B: 121,8 g; T: 75,0g; W: 350,8 g W tym cukry: 64 g Kw. tł. nasy.: 26,0 g; Bł.: 28,7 g; Sól: 5,95 g;

Jadłospisy za okres od dnia 18.09. 2026 do dnia 27.09. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-09-24 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 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, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy 70g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Pomidor 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 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
	II Śn			Czekoladowy pudding chia b/c 150g (***MLE,***)	Czekoladowy pudding chia 150g (***MLE,***)	Czekoladowy pudding chia 150g (***MLE,***)
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***SEL, GLU, PSZ, MLE, JAJ,***) Nuggetsy z kurczaka z pieca w płatkach kukurydzianych 100 g (***GLU, PSZ, JAJ***) Ziemniaki pieczone 250 g Surówka z kapusty pekińskiej 100g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***SEL, GLU, PSZ, MLE, JAJ,***) Nuggetsy z kurczaka z pieca w płatkach kukurydzianych 100 g (***GLU, PSZ, JAJ***) Ziemniaki gotowane 250 g Brokuły gotowane 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (***SEL, GLU, PSZ, MLE, JAJ,***) Nuggetsy z kurczaka z pieca w płatkach kukurydzianych 100 g (***GLU, PSZ, JAJ***) Ziemniaki pieczone 250 g Surówka z kapusty pekińskiej 100g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***SEL, GLU, PSZ, MLE, JAJ,***) Nuggetsy z kurczaka z pieca w płatkach kukurydzianych 100 g (***GLU, PSZ, JAJ***) Ziemniaki pieczone 250 g Surówka z kapusty pekińskiej 100g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***SEL, GLU, PSZ, MLE, JAJ,***) Nuggetsy z kurczaka z pieca w płatkach kukurydzianych 100 g (***GLU, PSZ, JAJ***) Ziemniaki gotowane 250 g Brokuły gotowane 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko pieczone 150g
	Kolacja	Twaróg 70g (***MLE***) Szynka 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	Twaróg 70g (***MLE***) Szynka 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	Twaróg 70g (***MLE***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Twaróg 70g (***MLE***) Szynka 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	Twaróg 70g (***MLE***) Szynka 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	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)
		E: 2266,51 kcal; B: 120,21 g; T: 69,04 g; W: 310,73 g W tym cukry: 50 g Kw. tł. nasy.: 23,21 g; Bł.: 33,74 g; Sól: 5,88 g;	E: 2220,47 kcal; B: 118,5 g; T: 66,31 g; W: 301,69 g W tym cukry: 54 g Kw. tł. nasy.: 23,41 g; Bł.: 25,11 g; Sól: 5,45 g;	E: 2519,00 kcal; B: 123,74 g; T: 88,93 g; W: 335,75 g W tym cukry: 60 g Kw. tł. nasy.: 26,08 g; Bł.: 49,02 g; Sól: 5,95 g;	E: 2608,17 kcal; B: 125,00 g; T: 87,94 g; W: 354,45 g W tym cukry: 66 g Kw. tł. nasy.: 25,14 g; Bł.: 38,69 g; Sól: 6,02 g;	E: 2530,47 kcal; B: 128,5 g; T: 78,31 g; W: 346,69 g W tym cukry: 68 g Kw. tł. nasy.: 24,71 g; Bł.: 29,11 g; Sól: 5,95 g;

Jadłospisy za okres od dnia 18.09. 2026 do dnia 27.09. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-09-25 piątek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek kanapkowy naturalny 70g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Arbuz 150g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek kanapkowy 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	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek kanapkowy naturalny 70g (***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 wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek kanapkowy naturalny 70g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Chleb mieszany 60 g (***GLU, PSZ,***) Chleb razowy 30 g (***GLU, ŻYT,***) Arbuz 150g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek kanapkowy 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
	II Śn			Chleb razowy 30 g (***GLU ŻYT,***) Masło roślinne 5g Jajko got 1szt. (***JAJ,***) Rzodkiewka 30g	Mus owocowy 100ml Herbatniki 75g (***GLU, PSZ, JAJ, MLE***)	Mus owocowy 100ml Herbatniki 75g (***GLU, PSZ, JAJ, MLE***)
	Obiad	Ryżanka z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Filet z miruny w panierce z pieca 100g (***RYB, PSZ, GLU***) Ziemniaki gotowane 250g Surówka colesław 100 g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Ryżanka z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Filet z miruny w panierce z pieca 100g (***RYB, PSZ, GLU***) Ziemniaki gotowane 250g Bukiet warzyw gotowanych 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Ryżanka z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Filet z miruny w panierce z pieca 100g (***RYB, PSZ, GLU***) Ziemniaki gotowane 250g Surówka colesław 100 g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml	Ryżanka z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Filet z miruny w panierce z pieca 100g (***RYB, PSZ, GLU***) Ziemniaki gotowane 250g Surówka colesław 100 g (***MLE, JAJ, GOR***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Ryżanka z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Filet z miruny w panierce z pieca 100g (***RYB, PSZ, GLU***) Ziemniaki gotowane 250g Bukiet warzyw gotowanych 100 g 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	Szynka wiejska 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,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka wiejska 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	Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka warzywna dieta 70g (***SEL, JAJ, MLE,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Szynka wiejska 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,***) Ogórek 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka wiejska 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	Budyń 200g (***MLE,***)	Budyń 200g (***MLE,***)	Budyń b/c 200g (***MLE,***)	Budyń 200g (***MLE,***)	Budyń 200g (***MLE,***)
		E: 2364,34 kcal; B: 112,41 g; T: 80,49 g; W: 330,32 g W tym cukry: 54 g Kw. tł. nasy.: 24,14 g; Bł.: 36,83 g; Sól: 5,33 g;	E: 2382,91 kcal; B: 115,41 g; T: 79,76 g; W: 322,8 g W tym cukry: 53 g Kw. tł. nasy.: 24,91 g; Bł.: 27,01 g; Sól: 5,11 g;	E: 2555,34 kcal; B: 122,18 g; T: 94,51 g; W: 329,33 g W tym cukry: 55 g Kw. tł. nasy.: 26,91 g; Bł.: 42,80 g; Sól: 5,35 g;	E: 2676,74 kcal; B: 116,94 g; T: 85,14 g; W: 388,99 g W tym cukry: 65 g Kw. tł. nasy.: 27,03 g; Bł.: 40,01 g; Sól: 5,80 g;	E: 2694,91 kcal; B: 119,41 g; T: 84,76 g; W: 380,8 g W tym cukry: 64 g Kw. tł. nasy.: 27,12 g; Bł.: 30,91 g; Sól: 5,91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 18.09. 2026 do dnia 27.09. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-09-26 sobota	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z suszonego pomidora70g 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 ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,***) Twaróg 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 ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z suszonego pomidora70g Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU, ŻYT,***) Pomidor 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z suszonego pomidora70g 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 ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,***) Twaróg 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 Pasta z ciecierzycy 50g Papryka 30g	Koktajl jogurtowo-owocowy (150g) (***MLE***) Chrupki kukurydziane 20g	Koktajl jogurtowo-owocowy (150g) (***MLE***) Chrupki kukurydziane 20g
	Obiad	Zupa z cukinii na wywarze warzywnym 400 ml (***SEL,MLE***) Gulasz wieprzowy 200g (***GLU, PSZ, MLE, SEL,***) Kasza gryczana 250g Mizeria 100g (***MLE,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa z cukinii na wywarze warzywnym 400 ml (***SEL, MLE***) Gulasz wieprzowy 200g (***GLU, PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jaglana 250g Fasolka szparagowa 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa z cukinii na wywarze warzywnym 400 ml (***SEL, MLE***) Gulasz wieprzowy 200g (***GLU, PSZ, MLE, SEL,***) Kasza gryczana 250g Mizeria 100g (***MLE,***) Kompot b/c 350 ml	Zupa z cukinii na wywarze warzywnym 400 ml (***SEL, MLE***) Gulasz wieprzowy 200g (***GLU, PSZ, MLE, SEL,***) Kasza gryczana 250g Mizeria 100g (***MLE,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa z cukinii na wywarze warzywnym 400 ml (***SEL, MLE***) Gulasz wieprzowy 200g (***GLU, PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jaglana 250g Fasolka szparagowa 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Arbuz 150g	Arbuz 150g	Gruszka pieczona 150g
	Kolacja	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got 1szt. (50g) (***JAJ,***) 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	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got 1szt. (50g) (***JAJ,***) 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,***) Jajko got 1szt. (50g)(***JAJ,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***) Rzodkiewka 70g Sałata 10 g Herbata b/c 350 ml	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got 1szt. (50g) (***JAJ,***) 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	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got 1szt. (50g) (***JAJ,***) 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 200g	Kisiel 200g	Kisiel 200g
		E: 2119,05 kcal; B: 101,53 g; T: 69,2 g; W: 283,89 g W tym cukry: 53 g Kw. tł. nasy.: 24,8 g; Bł.: 32,64 g; Sól: 5,40 g;	E: 2106,3 kcal; B: 103,52 g; T: 63,24 g; W: 288,06 g W tym cukry: 54 g Kw. tł. nasy.: 22,18 g; Bł.: 27,52 g; Sól: 5,33 g;	E: 2322,15 kcal; B: 106,35 g; T: 83,02 g; W: 305,29 g W tym cukry: 53 g Kw. tł. nasy.: 25,11 g; Bł.: 40,03 g; Sól: 5,55 g;	E: 2422,57 kcal; B: 110,08 g; T: 72,84 g; W: 348,71 g W tym cukry: 63 g Kw. tł. nasy.: 26,18 g; Bł.: 37,65 g; Sól: 5,45 g;	E: 2366,3 kcal; B: 112,52 g; T: 67,24 g; W: 336,06 g W tym cukry: 64 g Kw. tł. nasy.: 26,79 g; Bł.: 32,42 g; Sól: 5,53 g;

Jadłospisy za okres od dnia 18.09. 2026 do dnia 27.09. 2026

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa C01	Dieta łatwostrawna C02
2026-09-27 niedziela	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z brokuła i pestek słonecznika 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 jaglane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z brokuła 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 jaglane na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z brokuła i pestek słonecznika 70g (***MLE,***) 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, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z brokuła i pestek słonecznika 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 jaglane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z brokuła 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			Truskawkowy pudding chia b/c 150g (***MLE,***)	Truskawkowy pudding chia 150g (***MLE,***)	Truskawkowy pudding chia 150g (***MLE,***)
	Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem 400 ml (***SEL,MLE, GLU, PSZ,JAJ***) Kotlet mielony pieczony 100g (***GLU, JAJ, PSZ***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka na ciepło 100g (***MLE, GLU, PSZ,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa kalafiorowa z makaronem 400 ml (***SEL,MLE, GLU, PSZ,JAJ***) Kotlet mielony pieczony 100g (***GLU, JAJ, PSZ***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka na ciepło 100g (***MLE, GLU, PSZ,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (***SEL,MLE, GLU, PSZ,JAJ***) Kotlet mielony pieczony 100g (***GLU, JAJ, PSZ***) Ziemniaki gotowane 250g Surówka z marchwii 100g (***MLE,***) Kompot b/c 350 ml	Zupa kalafiorowa z makaronem 400 ml (***SEL,MLE, GLU, PSZ,JAJ***) Kotlet mielony pieczony 100g (***GLU, JAJ, PSZ***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka na ciepło 100g (***MLE, GLU, PSZ,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa kalafiorowa z makaronem 400 ml (***SEL,MLE, GLU, PSZ,JAJ***) Kotlet mielony pieczony 100g (***GLU, JAJ, PSZ***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka na ciepło 100g (***MLE, GLU, PSZ,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD			Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko pieczone 150g
	Kolacja	Szynka gotowana 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 70g (***MLE,***) 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	Szynka gotowana 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 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	Szynka gotowana 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 70g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Chleb razowy 90 g (***GLU ŻYT,***) Papryka 70g Sałata 10 g Herbata b/c 350 ml	Szynka gotowana 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 70g (***MLE,***) 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	Szynka gotowana 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 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	Nocna owsianka 100g (***MLE,***)	Nocna owsianka 100g (***MLE,***)	Nocna owsianka 100g (***MLE,***)	Nocna owsianka 100g (***MLE,***)	Nocna owsianka 100g (***MLE,***)
		E: 2270,87 kcal; B: 123,73 g; T: 75,61 g; W: 302,05 g W tym cukry: 50 g Kw. tł. nasy.: 24,17 g; Bł.: 35,54 g; Sól: 5,13 g;	E: 2200,31 kcal; B: 120,02 g; T: 72,99 g; W: 293,19 g W tym cukry: 51 g Kw. tł. nasy.: 22,33 g; Bł.: 25,04 g; Sól: 5,03 g;	E: 2523,58 kcal; B: 125,00 g; T: 87,2 g; W: 337,61 g W tym cukry: 55 g Kw. tł. nasy.: 26,17 g; Bł.: 46,64 g; Sól: 5,09 g;	E: 2526,53 kcal; B: 138,52 g; T: 81,59 g; W: 339,77 g W tym cukry: 63 g Kw. tł. nasy.: 26,67 g; Bł.: 40,49 g; Sól: 5,2 g;	E: 2456,31 kcal; B: 135,02 g; T: 78,99 g; W: 330,19 g W tym cukry: 64 g Kw. tł. nasy.: 24,42 g; Bł.: 30,14 g; Sól: 5,13 g;