Jadłospisy za okres od dnia 08.10. 2026 do dnia 17.10. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-10-08 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Serek kanapkowy 70g (***MLE,)*** Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Serek kanapkowy 70g (***MLE,)*** Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa koperkowa 400 ml (***SEL,***) Kurczak w sosie brokułowym 200g (***MLE, GLU***) Makaron świderki 250g (***GLU, PSZ,***) Fasolka szparagowa 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa koperkowa przetarta 400 ml (***SEL,***) Kurczak gotowany mielony 100g Sos brokułowy mielony (***MLE, GLU***) Ziemniaki gotowane 250g Fasolka szparagowa miel. 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Szynka z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta twarogowa 70g (***MLE***) Masło roślinne 10g Bulka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta jajeczno-twarogowa 70g (***JAJ, MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)
		E: 2197,35 kcal; B: 116,65 g; T: 82,33 g; W: 251,69 g W tym cukry: 50 g Kw. tł. nasy.: 16,32 g; Bł.: 24,50 g; Sól: 5,07 g;	E: 2190,01 kcal; B: 117,04 g; T: 79,46 g; W: 248,60 g W tym cukry: 50 g Kw. tł. nasy.: 21,10 g; Bł.: 24,11 g; Sól: 5,01 g;

Jadłospisy za okres od dnia 08.10. 2026 do dnia 17.10. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-10-09 piątek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jęczmienne na mleku przetarte 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got mielone 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa kartoflanka 400 ml (***SEL, MLE***) Pieczony mintaj w panierce 100g (***GLU, JAJ, RYB***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka gotowana 100g (***MLE***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa kartoflanka przetarta 400 ml (***SEL, MLE***) Pieczony mintaj mielony 100g (***GLU, JAJ, RYB***) Sos ziołowy 150ml (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka gotowana miel. 100g (***MLE***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 70 g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 70 g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Nocna owsianka 100g (***MLE,***)	Nocna owsianka przetarta 100g (***MLE,***)
		E: 2114,15 kcal; B: 102,01 g; T: 74,31 g; W: 229,90 g W tym cukry: 52 g Kw. tł. nasy.: 15,6 g; Bł.: 24,76 g; Sól: 5,18 g;	E: 2099,10 kcal; B: 104,01 g; T: 76,33 g; W: 220,93 g W tym cukry: 52 g Kw. tł. nasy.: 21,90 g; Bł.: 24,08 g; Sól: 5,18 g;

Jadłospisy za okres od dnia 08.10. 2026 do dnia 17.10. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-10-10 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 150ml (***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 150ml (***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 W tym cukry: 54 g Kw. tł. nasy.: 15,41 g Bł.: 26,33 g; Sól: 4,99 g;	E: 2290,89 kcal; B: 114,00 g; T: 82,57g; W: 230,29 g W tym cukry: 54 g Kw. tł. nasy.: 17,00 g; Bł.: 25,04 g; Sól: 4,79 g;

Jadłospisy za okres od dnia 08.10. 2026 do dnia 17.10. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-10-11 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 150ml (***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 W tym cukry: 50 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 W tym cukry: 50 g Kw. tł. nasy.: 18,29 g; Bł.: 24,81 g; Sól: 5,00 g

Jadłospisy za okres od dnia 08.10. 2026 do dnia 17.10. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-10-12 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 6szt. (270g) (***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***) Bułka 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 **W tym cukry: 53 g;** Kw. tł. nasy.: 15,11 g; Bł.: 25,6 g; Sól: 4,88 g;	E: 2127,42 kcal; B: 96,3 g; T: 59,00 g; W: 302,4 g **W tym cukry: 49 g;** Kw. tł. nasy.: 17,18 g; Bł.: 26,1 g; Sól: 5,01 g;

Jadłospisy za okres od dnia 08.10. 2026 do dnia 17.10. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-10-13 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 W tym cukry: 54 g Kw. tł. nasy.: 15,76 g Bł.: 25,03 g; Sól: 5,01 g;	E: 2132,77 kcal; B: 110,88 g; T: 60,14 g; W: 288,00 g W tym cukry: 54 g Kw. tł. nasy.: 22,70 g; Bł.: 26,10 g; Sól: 5,00 g;

Jadłospisy za okres od dnia 08.10. 2026 do dnia 17.10. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-10-14 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 kanapkowy 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 kanapkowy 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 W tym cukry: 49 g Kw. tł. nasy.: 15,33 g; Bł.: 25,35 g; Sól: 5,02 g;	E: 2003,55 kcal; B: 105,01 g; T: 51,11 g; W: 278,60 g W tym cukry: 49 g Kw. tł. nasy.: 21,02 g; Bł.: 25,12 g; Sól: 5,09 g;

Jadłospisy za okres od dnia 08.10. 2026 do dnia 17.10. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-10-15 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	Budyń 200g (***MLE,***)	Budyń 200g (***MLE,***)
		E: 1985,90 kcal; B: 101,06 g; T: 59,33 g; W: 300,01 g W tym cukry: 54 g Kw. tł. nasy.: 14,90 g; Bł.: 25,83 g; Sól: 4,98 g;	E: 2005,09 kcal; B: 108,03 g; T: 60,71 g; W: 302,11 g W tym cukry: 54 g Kw. tł. nasy.: 18,73 g; Bł.: 26,03 g; Sól: 5,00 g;

Jadłospisy za okres od dnia 08.10. 2026 do dnia 17.10. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-10-16 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,***) Warzywa gotowane mielone 80g 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 150g (***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***) 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: 2041,10 kcal; B: 199,14 g; T: 51,81 g; W: 304,7 g **W tym cukry: 51 g** Kw. tł. nasy.: 14,5 g; Bł.: 25.4 g; Sól: 5,2 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.: 25.2 g; Sól: 5,4 g;

Jadłospisy za okres od dnia 08.10. 2026 do dnia 17.10. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-10-17 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 (200g) (***GLU, PSZ, MLE,JAJ***) Sos jogurtowy z jabłkiem prażonym 150g (***MLE***) Jabłko pieczone 150g. 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***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80g 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 W tym cukry: 57 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 W tym cukry: 51 g Kw. tł. nasy.: 23,22 g; Bł.: 28,21 g; Sól: 4,85 g;