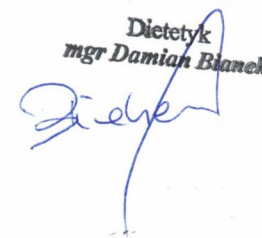


Dzień 1 PIĄTEK 06.02.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g ser żółty 40g (7) dżem 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g ser żółty 40g (7) dżem 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g ser żółty 40g (7) dżem 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g ser żółty 40g (7) twarożek 50g (7)
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Zupa krupnik 350 ml (1,7,9) Śledź w śmietanie z warzywami 150g (4,7) ziemniaki gotowane 200g kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,7,9) Filet z dorsza gotowany 100g (4) ziemniaki gotowane 200g bukiet warzyw gotowanych 100g kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,7,9) Filet z dorsza gotowany 100g (4) ziemniaki gotowane 200g bukiet warzyw gotowanych 100g kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,7,9) Filet z dorsza gotowany 100g (4) ziemniaki gotowane 200g bukiet warzyw gotowanych 100g kompot 200 ml
Podwieczorek	Budyń śmietankowy 200 ml (7)	Budyń śmietankowy 200 ml (7)	Budyń śmietankowy 200 ml (7)	Budyń śmietankowy 200 ml (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1szt. (3) serek topiony 40g (7) pomidor 20g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1szt. (3) serek topiony 40g (7) pomidor 20g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1szt. (3) serek topiony 40g (7) pomidor 20g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1szt. (3) serek topiony 40g (7) pomidor 20g herbata 200 ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), ser żółty 30g (7)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Białek

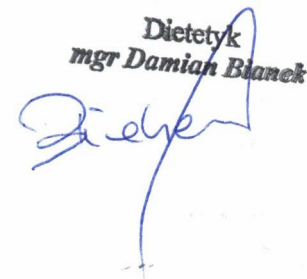


Dzień 2 SOBOTA 07.02.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g parówka drobiowa na ciepło 1 szt. ogórek kiszony 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g parówka drobiowa na ciepło 1 szt. pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g parówka drobiowa na ciepło 1 szt. pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g parówka drobiowa na ciepło 1 szt. ogórek kiszony 40g
II Śniadanie	Jogurt owocowy 1 szt. (7)	Jogurt owocowy 1 szt. (7)	Jogurt owocowy 1 szt. (7)	Jogurt owocowy 1 szt. (7)
Obiad	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Pieczeń rzymska 100g (1,3) kasza gotowana 200g (1) sos pieczeniowy 80 ml (1,7) ogórek kiszony 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), ser żółty 25g (7)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Blaneł

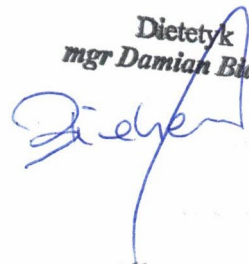


Dzień 3 NIEDZIELA 08.02.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g pasta jajeczna 60g (3,7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g pasta jajeczna 60g (3,7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g pasta jajeczna 60g (3,7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g pasta jajeczna 60g (3,7) pomidor 30 g
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,9,10) Kotlet schabowy smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sałatka wiosenna 100g Kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,9,10) Roladka drobiowa gotowana 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos szpinakowy 80 ml (1,7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,9,10) Roladka drobiowa gotowana 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos szpinakowy 80 ml (1,7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,9,10) Roladka drobiowa gotowana 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos szpinakowy 80 ml (1,7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Kaszka manna na mleku 200 ml (1,7)	Kaszka manna na mleku 200 ml (1,7)	Kaszka manna na mleku 200 ml (1,7)	Kaszka manna na mleku 200 ml (1,7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) pasta warzywna 40g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) pasta warzywna 40g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) pasta warzywna 40g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) pasta warzywna 40g pomidor 50g herbata 200ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), wędlina 25g

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Biłek




Dzień 4 PONIEDZIAŁEK 09.02.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40g (7) serek topiony 50g (7) ogórek zielony 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40g (7) dżem 50g pomidor 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40g (7) dżem 50g pomidor 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40g (7) serek topiony 50g (7) pomidor 30g
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Leczo warzywne z gotowanym makaronem 300g (1,3,6,7) Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Pierś z kurczaka duszona w sosie z warzywami 200g (1,7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Pierś z kurczaka duszona w sosie z warzywami 200g ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Pierś z kurczaka duszona w sosie z warzywami 200g ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Sernik na zimno 1 szt. (7)	Sernik na zimno 1 szt. (7)	Sernik na zimno 1 szt. (7)	Sernik na zimno 1 szt. (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny 50g (1,4) ser żółty 40g (7) ogórek kiszony 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny 50g (1,4) ser żółty 40g (7) pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny 50g (1,4) ser żółty 40g (7) pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny 50g (1,4) ser żółty 40g (7) pomidor 50g herbata 200ml
Posiłek nocny				masło 10g(7), ser topiony 1 plaster(7), Chleb pełnoziarnisty 50g (1)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Białek

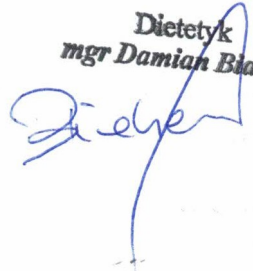


Dzień 5 WTOREK 10.02.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g pasta z ciecierzycy 40g pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g pasta z ciecierzycy 40g pomidor 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g pasta z ciecierzycy 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g pasta z ciecierzycy 40g pomidor 40g
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Kotlet z piersi kurczaka smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g fasolka gotowana 100g (6) Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Pierś z kurczaka gotowana 100g ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Pierś z kurczaka gotowana 100g ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Pierś z kurczaka gotowana 100g ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek zielony 40g ser biały 60g (7) wędlina drobiowa 40g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g ser biały 60g (7) wędlina drobiowa 40g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g ser biały 60g (7) wędlina drobiowa 40g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek zielony 40g ser biały 60g (7) wędlina drobiowa 40g herbata 200ml
Posiłek nocny				masło 10g(7), ser żółty 1 plaster (7), Chleb pełnoziarnisty 50g (1)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Błanek



Dzień 6 ŚRODA 11.02.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) wędlina drobiowa 40g ogórek zielony 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) wędlina drobiowa 40g pomidor 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) wędlina drobiowa 40g pomidor 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ser żółty 40g (7) wędlina drobiowa 40g ogórek zielony 30g
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Zupa kalafiorowa 350ml (1,6,7,9) Kluski kopytka gotowane 200g (1,3,7) cebulka zasmażana 50g kapusta gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350ml (1,6,7,9) Jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy 80 ml (1,7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350ml (1,6,7,9) Jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy 80 ml (1,7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350ml (1,6,7,9) Jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy 80 ml (1,7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g galart rybny (3,4) 70g pomidor 30g dżem 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g galart rybny (3,4) 70g pomidor 30g dżem 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g galart rybny (3,4) 70g pomidor 30g dżem 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g galart rybny (3,4) 70g pomidor 30g dżem 40g herbata 200 ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), wędlina 25g

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Białek




Dzień 7 CZWARTEK 12.02.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek kiszony 40g pasztet wieprzowy 50g ser żółty 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g pasta twarogowa 60g (7) ser żółty 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g pasta twarogowa 60g (7) ser żółty 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g ogórek kiszony 40g pasztet wieprzowy 50g ser żółty 40g (7)
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Zupa krem z dyni 300 ml (1,6,7,9) Gulasz wieprzowy duszony 100g (1,7) kasza gotowana 200g (1) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa krem z dyni 300 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 100g (1,7) ryż gotowany 200g (1) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa krem z dyni 300 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 100g (1,7) ryż gotowany 200g (1) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa krem z dyni 300 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 100g (1,7) ryż gotowany 200g (1) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Budyń 200 ml (7)	Budyń 200 ml (7)	Budyń 200 ml (7)	Budyń 200 ml (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g ser biały 40g (7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g ser biały 40g (7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g ser biały 40g (7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g ser biały 40g (7) pomidor 40g herbata 200 ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło (7) 10g, szynka drobiowa 25g

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. tulin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Błanek



Dzień 8 PIĄTEK 13.02.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser biały 40g (7) ogórek zielony 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser biały 40g (7) pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser biały 40g (7) pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser biały 40g (7) ogórek zielony 50g
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Zupa barszcz ukraiński 350 ml (1,6,7,9) Paluszki rybne smażone 100g (1,3,4) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty kwaszonej 100g kompot 200ml	Zupa barszcz ukraiński 350 ml (1,6,7,9) Pulpet rybny gotowany 100g (1,4,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) szpinak gotowany 100g kompot 200ml	Zupa barszcz ukraiński 350 ml (1,6,7,9) Pulpet rybny gotowany 100g (1,4,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) szpinak gotowany 100g kompot 200ml	Zupa barszcz ukraiński 350 ml (1,6,7,9) Pulpet rybny gotowany 100g (1,4,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) szpinak gotowany 100g kompot 200ml
Podwieczorek	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g dżem 50g sałatka jarzynowa 60g (1,3,7,9) serek topiony 40g (7) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g dżem 50g pomidor 50g serek topiony 40g (7) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g dżem 50g pomidor 50g serek topiony 40g (7) herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g dżem 50g sałatka jarzynowa 60g (1,3,7,9) serek topiony 40g (7) herbata 200ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło (7) 10g, ser żółty 25g (7)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Błanek




Dzień 9 SOBOTA 14.02.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g galart drobiowy 50g wędlina wieprzowa 40g pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g galart drobiowy 50g wędlina drobiowa 40g pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g galart drobiowy 50g wędlina drobiowa 40g pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g galart drobiowy 50g wędlina wieprzowa 40g pomidor 30 g
II Śniadanie	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Obiad	Zupa koperkowa 300 ml (1,6,7,9) Sos boloński 100g (1,6,7) Makaron gotowany 200g (1,3) kompot 200 ml	Zupa koperkowa 300 ml (1,6,7,9) Sztuka mięsa gotowana 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos śmietanowy lekki 50 ml (1,7) bukiet warzyw gotowanych 100g kompot 200 ml	Zupa koperkowa 300 ml (1,6,7,9) Sztuka mięsa gotowana 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos śmietanowy lekki 50 ml (1,7) bukiet warzyw gotowanych 100g kompot 200 ml	Zupa koperkowa 300 ml (1,6,7,9) Sztuka mięsa gotowana 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos śmietanowy lekki 50 ml (1,7) bukiet warzyw gotowanych 100g kompot 200 ml
Podwieczorek	Sernik na zimno 1 szt. (7)	Sernik na zimno 1 szt. (7)	Sernik na zimno 1 szt. (7)	Sernik na zimno 1 szt. (7)
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g dżem 40g pomidor 40g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g dżem 40g pomidor 40g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g dżem 40g pomidor 40g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g dżem 40g pomidor 40g herbata 200ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło (7) 10g, ser żółty 25g(7)

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Białek

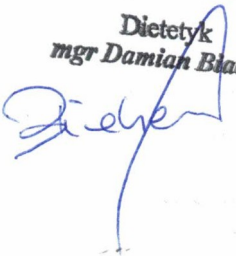


Dzień 10 NIEDZIELA 15.02.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g pomidor 50g ser żółty 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g pomidor 50g ser żółty 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g pomidor 50g ser żółty 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g pomidor 50g ser żółty 40g (7)
II Śniadanie	Galaretką 1 szt.	Galaretką 1 szt.	Galaretką 1 szt.	Galaretką 1 szt.
Obiad	Zupa pomidorowa 300 ml (1,3,6,7,9) Sznycel mielony smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty czerwonej 100g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa 300 ml (1,3,6,7,9) Klops gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos pomidorowy 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa 300 ml (1,3,6,7,9) Klops gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos pomidorowy 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa 300 ml (1,3,6,7,9) Klops gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos pomidorowy 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Pieczone jabłko 1 szt.	Pieczone jabłko 1 szt.	Pieczone jabłko 1 szt.	Pieczone jabłko 1 szt.
Kolacja	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) paprykarz rybny 30g (1,4,7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) paprykarz rybny 30g (1,4,7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) paprykarz rybny 30g (1,4,7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) paprykarz rybny 30g (1,4,7) pomidor 40g herbata 200 ml
Posiłek nocny				Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło (7) 10g, szynka drobiowa 25g

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Błanek



Zestawienie składników odżywczych DIETA PODSTAWOWA

Składniki	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7	Dzień 8	Dzień 9	Dzień 10
Energia (kcal)	2341	2281	2550	2557	2246	2406	2443	2488	2340	2470
Białko (g)	90.26	106.65	109.62	107.79	108.21	93.79	93.38	81.53	115.5	102.1
Błonnik pokarmowy (g)	21.09	35.18	27.26	33.45	33.85	31.11	29.34	24.93	32.49	26.69
Sód (mg)	1952.47	1917.87	1979.33	1948.01	1954.87	1998.61	1943.2	1961.27	1977.74	1982.96
Tłuszcze (g)	81.19	60.16	85.57	81.21	56.56	65.57	87.83	79.21	55.34	76
Węglowodany (g)	321.89	348.9	349.5	365.81	348.17	374.87	330.98	371.99	368.81	357.49
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	41.99	28.04	32.25	36.61	26.32	31.94	40.93	30.7	25.6	33
Cukry (g)	44.12	31.47	51.48	56.73	32.42	76.86	42.79	91.06	40.77	69.35

Zestawienie składników odżywczych DIETA ŁATWOSTRAWNA

Składniki	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7	Dzień 8	Dzień 9	Dzień 10
Energia (kcal)	2265	2353	2520	2389	2227	2280	2360	2433	2250	2380
Białko (g)	100.38	114.07	116.1	115.69	109.65	88.42	113.58	85.9	123.8	110.13
Błonnik pokarmowy (g)	22.81	33.25	28.94	25.32	32.77	27.22	24.49	26.85	33.82	27.63
Sód (mg)	1987.1	1984.1	1915.35	1964.17	1958.07	1982.29	1995.37	1996.75	1917.66	1961.73
Tłuszcze (g)	67.44	67.75	74.28	63.79	57.38	68.12	65.68	73.77	50.9	61.64
Węglowodany (g)	325.18	341.82	361.26	350.76	340.25	341.7	338.13	371.5	348.66	360.58
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	37.42	34.01	37.31	30.31	30.53	37.47	34.45	35.87	27.45	34.1
Cukry (g)	48.33	48.05	70.26	65.43	42.73	84.53	48.02	97.14	49.34	78.43

Zestawienie składników odżywczych DIETA BIEGUNKOWA

Składniki	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7	Dzień 8	Dzień 9	Dzień 10
Energia (kcal)	2265	2353	2520	2389	2221	2280	2360	2433	2250	2380
Białko (g)	100.38	114.07	116.1	115.69	109.38	88.42	113.58	85.9	123.8	110.13
Błonnik pokarmowy (g)	22.81	33.25	28.94	25.32	32.41	27.22	24.49	26.85	33.82	27.63
Sód (mg)	1987.1	1984.1	1915.35	1964.17	1955.67	1982.29	1995.37	1996.75	1917.66	1961.73
Tłuszcze (g)	67.44	67.75	74.28	63.79	57.32	68.12	65.68	73.77	50.9	61.64
Węglowodany (g)	325.18	341.82	361.26	350.76	339.02	341.7	338.13	371.5	348.66	360.58
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	37.42	34.01	37.31	30.31	30.51	37.47	34.45	35.87	27.45	34.1
Cukry (g)	48.33	48.05	70.26	65.43	41.89	84.53	48.02	97.14	49.34	78.43

Zestawienie składników odżywczych DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

Składniki	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7	Dzień 8	Dzień 9	Dzień 10
Energia (kcal)	2346	2412	2495	2493	2288	2291	2502	2638	2283	2347
Białko (g)	105.78	112.6	123.08	117.16	108.35	85.47	111.83	86.48	121.2	105.11
Błonnik pokarmowy (g)	28.04	38.46	34.94	30.31	37.9	32.3	34.3	32.6	38.85	32.16
Sód (mg)	1952.25	1967.95	1919.03	1954.82	1923.52	1974.64	1917.47	1984.75	1921.08	1920.96
Tłuszcze (g)	83.09	80.31	72.37	86.89	69.88	75.86	88.31	97.98	62.65	67.79
Węglowodany (g)	290.74	314.99	337.83	309.31	314.03	315.39	312.06	351.03	318.49	328.45
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	47.37	41.87	35.66	44.55	38.37	42.29	43.74	45.14	34.96	38
Cukry (g)	32.01	39.91	60.8	42.39	35.04	76.66	39.55	92.27	40.63	69.37

Sporządziła: mgr Joanna Ludwiszewska
Dietetyk