

Dzień 1 PIĄTEK 17.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa- dzieci	Dieta łatwostrawna- dzieci
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ser żółty 40g (7) pasta rybna 40g (1,4)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ser żółty 40g (7) pasta rybna 40g (1,4)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ser żółty 40g (7) pasta rybna 40g (1,4)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ser żółty 40g (7) pasta rybna 40g (1,4)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ser żółty 40g (7) pasta rybna 40g (1,4)
II Śniadanie			Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)
Obiad	Zupa krem z białych warzyw 350 ml (1,6,7,9) Śledź w śmietanie z warzywami 150g (1,4,7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa krem z białych warzyw 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza gotowany 100g (1,4) ziemniaki gotowane 200g warzywa gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa krem z białych warzyw 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza gotowany 100g (1,4) ziemniaki gotowane 200g warzywa gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa krem z białych warzyw 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza gotowany 100g (1,4) ziemniaki gotowane 200g warzywa gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa krem z białych warzyw 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza gotowany 100g (1,4) ziemniaki gotowane 200g warzywa gotowane 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)
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) jajko gotowane 1 szt. (3) ser biały 50 g (7) pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) jajko gotowane 1 szt. (3) ser biały 50 g (7) pomidor 50g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) jajko gotowane 1 szt. (3) ser biały 50 g (7) pomidor 50g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) jajko gotowane 1 szt. (3) ser biały 50 g (7) pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) jajko gotowane 1 szt. (3) ser biały 50 g (7) pomidor 50g 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.

Dzień 1 PIĄTEK 17.04.2026	Dieta podstawowa- ciężarne i karmiące	Dieta łatwostrawna- ciężarne i karmiące	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów- ciężarne i karmiące
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ser żółty 40g (7) pasta rybna 40g (1,4)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ser żółty 40g (7) pasta rybna 40g (1,4)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ser żółty 40g (7) pasta rybna 40g (1,4)
II Śniadanie	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)
Obiad	Zupa krem z białych warzyw 350 ml (1,6,7,9) Śledź w śmietanie z warzywami 150g (1,4,7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa krem z białych warzyw 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza gotowany 100g (1,4) ziemniaki gotowane 200g warzywa gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa krem z białych warzyw 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza gotowany 100g (1,4) ziemniaki gotowane 200g warzywa gotowane 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)
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser biały 50 g (7) pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser biały 50 g (7) pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser biały 50 g (7) pomidor 50g 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.

Dzień 2 SOBOTA 18.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa- dzieci	Dieta łatwostrawna- dzieci
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) sałatka z pomidora 50g ser żółty 40g (7) wędlina wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) sałatka z pomidora 50g twarożek 60 g (7) wędlina drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) sałatka z pomidora 50g ser żółty 40g (7) wędlina drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) sałatka z pomidora 50g ser żółty 40g (7) wędlina wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) sałatka z pomidora 50g twarożek 60 g (7) wędlina drobiowa 40g
II Śniadanie			Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Bigos wieprzowy gotowany 150g (1,6,7,9) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami gotowany 150g (1,7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami gotowany 150g (1,7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami gotowany 150g (1,7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami gotowany 150g (1,7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml
Podwieczorek			Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) galart rybny 50g (3,4,6) pasta buraczkowa 40g (1,6,7) herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) galart rybny 50g (3,4,6) pasta buraczkowa 40g (1,6,7) herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) galart rybny 50g (3,4,6) pasta buraczkowa 40g (1,6,7) herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) ser biały 40g (7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) ser biały 40g (7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g 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.

Dzień 2 SOBOTA 18.04.2026	Dieta podstawowa- ciężarne i karmiące	Dieta łatwostrawna- ciężarne i karmiące	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów- ciężarne i karmiące
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) sałatka z pomidora 50g ser żółty 40g (7) wędlina wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) sałatka z pomidora 50g twarożek 60 g (7) wędlina drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) sałatka z pomidora 50g ser żółty 40g (7) wędlina wieprzowa 40g
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Bigos wieprzowy gotowany 150g (1,6,7,9) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami gotowany 150g (1,7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami gotowany 150g (1,7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) galart rybny 50g (3,4,6) pasta buraczkowa 40g (1,6,7) herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) galart rybny 50g (3,4,6) pasta buraczkowa 40g (1,6,7) herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) galart rybny 50g (3,4,6) pasta buraczkowa 40g (1,6,7) 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.

Dzień 3 NIEDZIELA 19.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa- dzieci	Dieta łatwostrawna- dzieci
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pomidor 40g kiełbasa biała grzana 1 szt. jajko gotowane 1 szt. (3)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 40g parówka grzana 1 szt. jajko gotowane 1 szt. (3)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) pomidor 40g kiełbasa biała grzana 1 szt. jajko gotowane 1 szt. (3)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g parówka grzana 1 szt. jajko gotowane 1 szt. (3)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g parówka grzana 1 szt. jajko gotowane 1 szt. (3)
II Śniadanie			Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Zupa barszcz z makaronem 350 ml (1,6,7,9) Kotlet schabowy smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sałatka wielowarzywna 100g Kompot 200 ml	Zupa barszcz z makaronem 350 ml (1,6,7,9) Rolada drobiowa gotowana 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos szpinakowy 80 ml (1,7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa barszcz z makaronem 350 ml (1,6,7,9) Rolada drobiowa gotowana 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos szpinakowy 80 ml (1,7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa barszcz z makaronem 350 ml (1,6,7,9) Kotlet schabowy smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sałatka wielowarzywna 100g Kompot 200 ml	Zupa barszcz z makaronem 350 ml (1,6,7,9) Rolada drobiowa gotowana 100g (1,3,7) 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)
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g twarożek z warzywami 50g (7) szynka drobiowa 40g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g twarożek z warzywami 50g (7) szynka drobiowa 40g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g twarożek z warzywami 50g (7) szynka drobiowa 40g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g twarożek z warzywami 50g (7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g twarożek z warzywami 50g (7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g 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.

Dzień 3 NIEDZIELA 19.04.2026	Dieta podstawowa- ciężarne i karmiące	Dieta łatwostrawna- ciężarne i karmiące	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów- ciężarne i karmiące
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) wędlina wieprzowa 40 g pomidor 50g sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) wędlina wieprzowa 40 g pomidor 50g sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) wędlina wieprzowa 40 g pomidor 50g sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Zupa barszcz z makaronem 350 ml (1,6,7,9) Kotlet schabowy smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sałatka wielowarzywna 100g Kompot 200 ml	Zupa barszcz z makaronem 350 ml (1,6,7,9) Rolada drobiowa gotowana 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos szpinakowy 80 ml (1,7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa barszcz z makaronem 350 ml (1,6,7,9) Rolada drobiowa gotowana 100g (1,3,7) 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)
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) ser żółty 40g (7) pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) ser żółty 40g (7) pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) ser żółty 40g (7) pomidor 50g 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.

Dzień 4 PONIEDZIAŁEK 20.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa- dzieci	Dieta łatwostrawna- dzieci
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g powidła śliwkowe 40g wędlina drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g powidła śliwkowe 40g wędlina drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ogórek konserwowy 40g wędlina drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g powidła śliwkowe 40g wędlina drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g powidła śliwkowe 40g wędlina drobiowa 40g
II Śniadanie			Galaretką 1 szt.	Galaretką 1 szt.	Galaretką 1 szt.
Obiad	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Kiełbasa z rusztu z cebulką 100g (1) ziemniaki gotowane 200g surówka z ogórków 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek			Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g galart wieprzowy 50g (3,9) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g galart wieprzowy 50g (3,9) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g galart wieprzowy 50g (3,9) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g twarożek 50g (7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g twarożek 50g (7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g 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.

Dzień 4 PONIEDZIAŁEK 20.04.2026	Dieta podstawowa- ciężarne i karmiące	Dieta łatwostrawna- ciężarne i karmiące	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów- ciężarne i karmiące
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g powidła śliwkowe 40g wędlina drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g powidła śliwkowe 40g wędlina drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g powidła śliwkowe 40g wędlina drobiowa 40g
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Kiełbasa z rusztu z cebulką 100g (1) ziemniaki gotowane 200g surówka z ogórków 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g galart wieprzowy 50g (3,9) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g galart wieprzowy 50g (3,9) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g galart wieprzowy 50g (3,9) szynka drobiowa 40g pomidor 50g 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.

Dzień 5 WTOREK 21.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa- dzieci	Dieta łatwostrawna- dzieci
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ser żółty 40g (7) wędlina wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g twarożek 60 g (7) wędlina drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ser żółty 40g (7) wędlina drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ser żółty 40g (7) wędlina wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g twarożek 60 g (7) wędlina drobiowa 40g
II Śniadanie			Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)
Obiad	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Szyncel drobiowy smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty czerwonej 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 150g (1,3,7) ryż gotowany 200g (1) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 150g (1,3,7) ryż gotowany 200g (1) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Szyncel drobiowy smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty czerwonej 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 150g (1,3,7) ryż gotowany 200g (1) 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)
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 40g (1,3,7) szynka drobiowa 40g ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 40g (1,3,7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 40g (1,3,7) szynka drobiowa 40g ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 40g (1,3,7) szynka drobiowa 40g ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 40g (1,3,7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g 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.

Dzień 5 WTOREK 21.04.2026	Dieta podstawowa- ciężarne i karmiące	Dieta łatwostrawna- ciężarne i karmiące	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów- ciężarne i karmiące
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ser żółty 40g (7) wędlina wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g twarożek 60 g (7) wędlina drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ser żółty 40g (7) wędlina wieprzowa 40g
II Śniadanie	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)
Obiad	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Szyneł drobiowy smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty czerwonej 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 150g (1,3,7) ryż gotowany 200g (1) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 150g (1,3,7) ryż gotowany 200g (1) 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)
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 40g (1,3,7) szynka drobiowa 40g ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 40g (1,3,7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 40g (1,3,7) szynka drobiowa 40g ogórek zielony 50g 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.

Dzień 6 ŚRODA 22.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa- dzieci	Dieta łatwostrawna- dzieci
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50 g pasztet wieprzowy 50g (1) ser topiony 50g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50 g pasztet wieprzowy 50g (1) ser topiony 50g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50 g pasztet wieprzowy 50g (1) ser topiony 50g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50 g pasztet wieprzowy 50g (1) ser topiony 50g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50 g pasztet wieprzowy 50g (1) ser topiony 50g (7)
II Śniadanie			Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Zupa krem z dyni 350 ml (1,6,7,9) Gzika 150g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa krem z dyni 350 ml (1,6,7,9) Gzika 150g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa krem z dyni 350 ml (1,6,7,9) Gzika 150g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa krem z dyni 350 ml (1,6,7,9) Gzika 150g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa krem z dyni 350 ml (1,6,7,9) Gzika 150g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml
Podwieczorek			Galaretki 1 szt.	Galaretki 1 szt.	Galaretki 1 szt.
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g twarożek z zieloną 50g (7) szynka drobiowa 40 g ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g twarożek z zieloną 50g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g twarożek z zieloną 50g (7) szynka drobiowa 40 g ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g twarożek z zieloną 50g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g twarożek z zieloną 50g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 50g 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.

Dzień 6 ŚRODA 22.04.2026	Dieta podstawowa- ciężarne i karmiące	Dieta łatwostrawna- ciężarne i karmiące	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów- ciężarne i karmiące
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50 g pasztet wieprzowy 50g (1) ser topiony 50g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50 g pasztet wieprzowy 50g (1) ser topiony 50g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50 g pasztet wieprzowy 50g (1) ser topiony 50g (7)
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Zupa krem z dyni 350 ml (1,6,7,9) Gzika 150g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa krem z dyni 350 ml (1,6,7,9) Gzika 150g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa krem z dyni 350 ml (1,6,7,9) Gzika 150g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Galaretką 1 szt.	Galaretką 1 szt.	Galaretką 1 szt.
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g twarożek z zieleniną 50g (7) szynka drobiowa 40 g ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g twarożek z zieleniną 50g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g twarożek z zieleniną 50g (7) szynka drobiowa 40 g ogórek zielony 50g 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.

Dzień 7 CZWARTEK 23.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa- dzieci	Dieta łatwostrawna- dzieci
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) wędlina drobiowa 40g pasta z ciecierzycy 40g (1,6,7,9) pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) wędlina drobiowa 40g pasta z ciecierzycy 40g (1,6,7,9) pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) wędlina drobiowa 40g pasta z ciecierzycy 40g (1,6,7,9) pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) wędlina drobiowa 40g pasta z ciecierzycy 40g (1,6,7,9) pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) wędlina drobiowa 40g pasta z ciecierzycy 40g (1,6,7,9) pomidor 40g
II Śniadanie			Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Bitki wieprzowe duszone 100g (1,3,7) kasza gotowana 200g (1) kapusta czerwona zasmażana 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos musztardowy 80 ml (1,7,10) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos musztardowy 80 ml (1,7,10) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Bitki wieprzowe duszone 100g (1,3,7) kasza gotowana 200g (1) kapusta czerwona zasmażana 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos musztardowy 80 ml (1,7,10) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek			Pieczone jabłko 1 szt.	Pieczone jabłko 1 szt.	Pieczone jabłko 1 szt.
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g galart rybny (3,4) 70g ogórek kiszony 40g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g galart rybny (3,4) 70g pomidor 40g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g galart rybny (3,4) 70g pomidor 40g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g twarożek 40g (7) pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g twarożek 40g (7) pomidor 50g 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.

Dzień 7 CZWARTEK 23.04.2026	Dieta podstawowa- ciężarne i karmiące	Dieta łatwostrawna- ciężarne i karmiące	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów- ciężarne i karmiące
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) wędlina drobiowa 40g pasta z ciecierzycy 40g (1,6,7,9) pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) wędlina drobiowa 40g pasta z ciecierzycy 40g (1,6,7,9) pomidor 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) wędlina drobiowa 40g pasta z ciecierzycy 40g (1,6,7,9) pomidor 40g
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Bitki wieprzowe duszone 100g (1,3,7) kasza gotowana 200g (1) kapusta czerwona zasmażana 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos musztardowy 80 ml (1,7,10) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos musztardowy 80 ml (1,7,10) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Pieczone jabłko 1 szt.	Pieczone jabłko 1 szt.	Pieczone jabłko 1 szt.
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g galart rybny (3,4) 70g ogórek kiszony 40g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g galart rybny (3,4) 70g pomidor 40g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g galart rybny (3,4) 70g ogórek kiszony 40g 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.

Dzień 8 PIĄTEK 24.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa- dzieci	Dieta łatwostrawna- dzieci
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pasta warzywna 50g (1,6) ser wędzony 40g (7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pasta warzywna 50g (1,6) ser biały 50g (7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) pasta warzywna 50g (1,6) ser wędzony 40g (7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pasta warzywna 50g (1,6) ser biały 50g (7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pasta warzywna 50g (1,6) ser biały 50g (7) pomidor 30 g
II Śniadanie			Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Obiad	Zupa żurek z jajkiem 350 ml (1,3,6,7,9) Filet z dorsza pieczony 100g (1,4,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot 200 ml	Zupa żurek z jajkiem 350 ml (1,3,6,7,9) Kotlet rybny gotowany 100g (1,3,4) ziemniaki gotowane 200g bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot 200 ml	Zupa żurek z jajkiem 350 ml (1,3,6,7,9) Kotlet rybny gotowany 100g (1,3,4) ziemniaki gotowane 200g bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot 200 ml	Zupa żurek z jajkiem 350 ml (1,3,6,7,9) Filet z dorsza pieczony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot 200 ml	Zupa żurek z jajkiem 350 ml (1,3,6,7,9) Kotlet rybny gotowany 100g (1,3,4) ziemniaki gotowane 200g bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek			Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 50g (1,3,7) dżem 40g pomidor 30g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 50g (1,3,7) dżem 40g pomidor 30g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 50g (1,3,7) ogórek 40g pomidor 30g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 50g (1,3,7) dżem 40g pomidor 30g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 50g (1,3,7) dżem 40g pomidor 30g 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.

Dzień 8 PIĄTEK 24.04.2026	Dieta podstawowa- ciężarne i karmiące	Dieta łatwostrawna- ciężarne i karmiące	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów- ciężarne i karmiące
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pasta warzywna 50g (1,6) ser wędzony 40g (7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pasta warzywna 50g (1,6) ser biały 50g (7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) pasta warzywna 50g (1,6) ser wędzony 40g (7) pomidor 30 g
II Śniadanie	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Obiad	Zupa żurek z jajkiem 350 ml (1,3,6,7,9) Filet z dorsza pieczony 100g (1,4,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot 200 ml	Zupa żurek z jajkiem 350 ml (1,3,6,7,9) Kotlet rybny gotowany 100g (1,3,4) ziemniaki gotowane 200g bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot 200 ml	Zupa żurek z jajkiem 350 ml (1,3,6,7,9) Kotlet rybny gotowany 100g (1,3,4) ziemniaki gotowane 200g bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 50g (1,3,7) dżem 40g pomidor 30g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 50g (1,3,7) dżem 40g pomidor 30g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 50g (1,3,7) dżem 40g pomidor 30g 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.

Dzień 9 SOBOTA 25.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa- dzieci	Dieta łatwostrawna- dzieci
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) ogórek kiszony 40g wędlina drobiowa 40g ser żółty 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 40g wędlina drobiowa 40g ser żółty 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) ogórek kiszony 40g wędlina drobiowa 40g ser żółty 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) ogórek kiszony 40g wędlina drobiowa 40g ser żółty 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 40g wędlina drobiowa 40g ser żółty 40g (7)
II Śniadanie			Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)
Obiad	Zupa brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Kaszanka zasmażana z cebulką 100g (1) ziemniaki gotowane 200g ogórek kiszony 100g Kompot 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Udko z kurczaka gotowane 100g ziemniaki gotowane 200g marchewka gotowana 100g sos śmietankowy lekki 80 ml (1,7) Kompot 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Udko z kurczaka gotowane 100g ziemniaki gotowane 200g marchewka gotowana 100g sos śmietankowy lekki 80 ml (1,7) Kompot 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Udko z kurczaka gotowane 100g ziemniaki gotowane 200g marchewka gotowana 100g sos śmietankowy lekki 80 ml (1,7) Kompot 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Udko z kurczaka gotowane 100g ziemniaki gotowane 200g marchewka gotowana 100g sos śmietankowy lekki 80 ml (1,7) Kompot 200 ml
Podwieczorek			Budyń 200 ml (7)	Budyń 200 ml (7)	Budyń 200 ml (7)
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g ogórek zielony 40g pasta buraczkowa 60g (1,6,7) wędlina drobiowa 40g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g pasta buraczkowa 60g (1,6,7) wędlina drobiowa 40g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g ogórek zielony 40g pasta buraczkowa 60g (1,6,7) wędlina drobiowa 40g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g ogórek zielony 40g pasta buraczkowa 60g (1,6,7) wędlina drobiowa 40g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g pasta buraczkowa 60g (1,6,7) wędlina drobiowa 40g 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.

Dzień 9 SOBOTA 25.04.2026	Dieta podstawowa- ciężarne i karmiące	Dieta łatwostrawna- ciężarne i karmiące	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów- ciężarne i karmiące
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) ogórek kiszony 40g wędlina drobiowa 40g ser żółty 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 40g wędlina drobiowa 40g ser żółty 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) ogórek kiszony 40g wędlina drobiowa 40g ser żółty 40g (7)
II Śniadanie	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)
Obiad	Zupa brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Kaszanka zasmażana z cebulką 100g (1) ziemniaki gotowane 200g ogórek kiszony 100g Kompot 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Udko z kurczaka gotowane 100g ziemniaki gotowane 200g marchewka gotowana 100g sos śmietankowy lekki 80 ml (1,7) Kompot 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Udko z kurczaka gotowane 100g ziemniaki gotowane 200g marchewka gotowana 100g sos śmietankowy lekki 80 ml (1,7) Kompot 200 ml
Podwieczorek	Budyń 200 ml (7)	Budyń 200 ml (7)	Budyń 200 ml (7)
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g ogórek zielony 40g pasta buraczkowa 60g (1,6,7) wędlina drobiowa 40g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g pasta buraczkowa 60g (1,6,7) wędlina drobiowa 40g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g ogórek zielony 40g pasta buraczkowa 60g (1,6,7) wędlina drobiowa 40g 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.

Dzień 10 NIEDZIELA 26.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa- dzieci	Dieta łatwostrawna- dzieci
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) serek topiony 40g (7) pasta jajeczna 60g (1,3,7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) serek biały 40g (7) pasta jajeczna 60g (1,3,7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) serek topiony 40g (7) pasta jajeczna 60g (1,3,7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) serek biały 40g (7) pasta jajeczna 60g (1,3,7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g twarożek 60 g (7) wędlina drobiowa 40g
II Śniadanie			Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Obiad	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,7,9,10) Udko z kurczaka pieczone 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g fasolka szparagowa gotowana 100g (6) Kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,7,9,10) Pierś z kurczaka gotowana w sosie potrawkowym 100g (1,3,7) ryż gotowany 200g (1) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,7,9,10) Pierś z kurczaka gotowana w sosie potrawkowym 100g (1,3,7) ryż gotowany 200g (1) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,7,9,10) Udko z kurczaka pieczone 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g fasolka szparagowa gotowana 100g (6) Kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,7,9,10) Pierś z kurczaka gotowana w sosie potrawkowym 100g (1,3,7) ryż gotowany 200g (1) buraczki gotowane 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)
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g pasztet wieprzowy 40g (1) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g pasta z sera białego 40g (7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g pasztet wieprzowy 40g (1) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g pasztet wieprzowy 40g (1) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g pasta z sera białego 40g (7) pomidor 40g 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.

Dzień 10 NIEDZIELA 26.04.2026	Dieta podstawowa- ciężarne i karmiące	Dieta łatwostrawna- ciężarne i karmiące	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów- ciężarne i karmiące
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) serek topiony 40g (7) pasta jajeczna 60g (1,3,7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) serek biały 40g (7) pasta jajeczna 60g (1,3,7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) serek topiony 40g (7) pasta jajeczna 60g (1,3,7) pomidor 30 g
II Śniadanie	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)
Obiad	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,7,9,10) Udko z kurczaka pieczone 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g fasolka szparagowa gotowana 100g (6) Kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,7,9,10) Pierś z kurczaka gotowana w sosie potrawkowym 100g (1,3,7) ryż gotowany 200g (1) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,7,9,10) Pierś z kurczaka gotowana w sosie potrawkowym 100g (1,3,7) ryż gotowany 200g (1) buraczki gotowane 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)
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g pasztet wieprzowy 40g (1) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g pasta z sera białego 40g (7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g pasztet wieprzowy 40g (1) pomidor 40g 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.

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)	2120	2143	2322	1971	2178	2241	2053	2174	2083	2205
Białko (g)	87.5	88.9	113.55	88.17	93.2	108.25	98.16	83.3	80.14	96.94
Błonnik pokarmowy (g)	20.64	28.12	26.89	24.88	21.4	26.11	28.67	22.75	22.12	23.23
Sód (mg)	4247.43	3475.92	3599.71	4848.47	3703.26	3659.37	4339.68	3295.54	4878.79	3361.22
Tłuszcze (g)	70.26	66.96	79.68	50.3	70.18	66.71	55.64	71.71	74.28	80.28
Węglowodany (g)	294.98	311	304.17	301.5	302.81	310.66	307.48	309.96	284.11	285.46
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33.2	29.7	32.22	24.37	33.38	35.59	25.35	32.34	35.87	35.83
Cukry (g)	24.26	25.28	21.09	34.7	26.1	29.51	22.03	41.99	20.74	17.23

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)	2037	2033	2162	2015	2164	2358	2060	2127	2239	2082
Białko (g)	96.81	89.91	99.18	77.07	100.2	104.74	104.63	80.37	94.56	103.37
Błonnik pokarmowy (g)	21.28	23.85	23.65	24.87	23.15	26.18	23.42	24.38	23.67	19.8
Sód (mg)	2195.86	2946.37	2871.83	3298.95	3445.11	3514.63	3117.32	3029.87	3147.12	2577.71
Tłuszcze (g)	56.73	57.39	66.38	54.26	59.3	78.94	58.25	66.28	84.64	51.15
Węglowodany (g)	294.28	300.67	304.58	315.34	320.43	316.71	291.82	317.17	288.08	312.91
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	28.68	24.45	33.38	27.74	27.92	40.81	31	25.62	39.3	26.32
Cukry (g)	29.15	24.81	37.86	50.49	28.12	37.8	36.53	42.67	34.54	30.49

Zestawienie składników odżywczych DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

Składniki	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7	Dzień 8	Dzień 9	Dzień 10
Energia (kcal)	2327	2404	2570	2200	2489	2575	2291	2430	2497	2586
Białko (g)	109.29	101.31	117.96	80.91	114.91	106.31	108.99	83.43	105.51	112.52
Błonnik pokarmowy (g)	27.17	38.56	35	32.72	32.07	33.33	31.91	40.51	28.94	39.25
Sód (mg)	3028.21	3763.92	4067.48	4164.9	4094.24	4351.58	3963.66	3607.47	4225.04	3531.23
Tłuszcze (g)	77.79	83.68	87.83	68.52	88.25	84.72	77.03	85.04	104.93	88.67
Węglowodany (g)	292.03	318.35	330.58	311.59	308.54	342.3	289.37	344.18	280.65	343.4
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	41.04	40.53	45.76	36.32	44.77	45.79	42.01	39.12	51.32	44.86
Cukry (g)	36.2	27.95	65.22	67.12	32.96	76.51	49.3	52.73	39.12	41.5

Zestawienie składników odżywczych DIETA PODSTAWOWA - DZIECI

Składniki	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7	Dzień 8	Dzień 9	Dzień 10
Energia (kcal)	2239	2310	2449	2170	2391	2447	2231	2360	2474	2413
Białko (g)	109.75	108.38	105.85	83.05	105.6	112.2	103.76	80.24	109.76	103.97
Błonnik pokarmowy (g)	22.89	27.49	26.85	28.83	22	28.67	31.72	28.08	24.92	27.07
Sód (mg)	2499.93	3047.34	3076.86	3249.72	3811.26	3659.17	3775.48	3231.14	3786.79	3187.92
Tłuszcze (g)	64.51	63.39	75.78	54.58	77.58	67.15	60.83	63.47	94.32	74.87
Węglowodany (g)	313.88	338.61	349.84	347.95	326.71	358.31	335.4	380.67	308.87	344.51
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32.23	31.54	30.74	27.3	37.2	35.75	28.6	27.13	44.05	31.95
Cukry (g)	36.11	51.14	57.34	76.47	40.6	71.62	46.74	96.78	42.64	56.59

Zestawienie składników odżywczych DIETA ŁATWOSTRAWNA - DZIECI

Składniki	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7	Dzień 8	Dzień 9	Dzień 10
Energia (kcal)	2250	2236	2438	2181	2417	2562	2260	2405	2490	2303
Białko (g)	109.21	104.04	108.42	82.51	120.79	108.59	107.14	82.12	109.46	120.63
Błonnik pokarmowy (g)	21.88	26.48	27.18	27.82	23.15	28.39	27	29.59	24.27	20.27
Sód (mg)	2303.86	2827.27	2925.93	3069.65	3793.11	3515.93	2964.65	3032.67	3285.12	3002.96
Tłuszcze (g)	64.13	54.61	70.49	54.2	68.16	79.33	67.17	66.82	93.94	56.13
Węglowodany (g)	318.18	344.35	356.79	352.25	342.64	363.76	320.3	386.27	314.33	339.03
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32.5	26.69	34.99	27.57	32.34	40.97	35.51	25.8	44.32	30.73
Cukry (g)	43.65	59.58	74.3	84.01	41.22	79.26	60.53	96.43	51.39	47.5

Zestawienie składników odżywczych DIETA PODSTAWOWA - CIĘŻARNE I KARMIĄCE

Składniki	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7	Dzień 8	Dzień 9	Dzień 10
Energia (kcal)	233	2369	2547	2129	2391	2445	2246	2451	2333	2455
Białko (g)	99.9	94.35	104	91.36	105.6	112.1	106.3	85.05	95.04	111.84
Błonnik pokarmowy (g)	21.24	31.12	26.2	28.08	22	28.32	31.87	27.96	22.72	23.83
Sód (mg)	4355.43	3537.42	3324.11	4851.67	3811.26	3660.67	4432.88	3298.34	5016.79	3499.22
Tłuszcze (g)	77.66	70.91	85.42	50.94	77.58	67.1	61.98	72.25	83.58	89.58
Węglowodany (g)	318.88	354.25	351	337.36	326.71	357.71	333.89	379.06	310.36	311.71
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	37.02	32.12	33.35	24.43	37.2	35.75	29.01	32.52	40.89	40.85
Cukry (g)	38.76	58.78	58.53	66.72	40.6	70.97	44.6	95.75	37.59	34.08

Zestawienie składników odżywczych DIETA ŁATWOSTRAWNA - CIĘŻARNE I KARMIĄCE

Składniki	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7	Dzień 8	Dzień 9	Dzień 10
Energia (kcal)	2250	2259	2545	2173	2417	2562	2252	2405	2490	2332
Białko (g)	109.21	95.36	107.02	80.26	120.79	108.59	112.77	82.12	109.46	118.27
Błonnik pokarmowy (g)	21.88	26.85	27.13	28.07	23.15	28.39	26.62	29.59	24.27	20.4
Sód (mg)	2303.86	3007.87	3177.18	3302.15	3793.11	3515.93	3210.52	3032.67	3285.12	2715.71
Tłuszcze (g)	64.13	61.34	80.23	54.9	68.16	79.33	64.59	66.82	93.94	60.45
Węglowodany (g)	318.18	343.92	360	351.2	342.64	363.76	318.23	386.27	314.33	339.16
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32.5	26.87	37.62	27.8	32.34	40.97	34.66	25.8	44.32	31.34
Cukry (g)	43.65	58.31	76.89	82.51	41.22	79.26	59.1	96.43	51.39	47.34

Zestawienie składników odżywczych DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW - CIĘŻARNE I KARMIĄCE

Składniki	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7	Dzień 8	Dzień 9	Dzień 10
Energia (kcal)	2327	2404	2583	2276	2489	2575	2291	2486	2497	2586
Białko (g)	109.29	101.31	106.57	81.19	114.91	106.31	108.99	83.35	105.51	112.52
Błonnik pokarmowy (g)	27.17	38.56	32.16	33.36	32.07	33.33	31.91	40.67	28.94	39.25
Sód (mg)	3028.21	3763.92	3976.71	4010.5	4094.24	4351.58	3963.66	3603.87	4225.04	3531.23
Tłuszcze (g)	77.79	83.68	91.48	68.56	88.25	84.72	77.03	85.04	104.93	88.67
Węglowodany (g)	292.03	318.35	329.87	330.55	308.54	342.3	289.37	358.34	280.65	343.4
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	41.04	40.53	44.48	36.34	44.77	45.79	42.01	39.11	51.32	44.86
Cukry (g)	36.2	27.95	68.22	80.56	32.96	76.51	49.3	65.73	39.12	41.5