

Dzień 1 CZWARTEK 26.02.2026	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 50g ser żółty 40g (7) pasta wieprzowa 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 50g ser żółty 40g (7) pasta wieprzowa 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 50g ser żółty 40g (7) pasta wieprzowa 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pomidor 50g ser żółty 40g (7) pasta wieprzowa 30g
II Śniadanie	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)
Obiad	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Gulasz wieprzowy duszony 100g (1,7) kasza gotowana 200 g (1) buraczki gotowane 100g kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 100g (1,7) ryż gotowany 200 g (1) buraczki gotowane 100g kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 100g (1,7) ryż gotowany 200 g (1) buraczki gotowane 100g kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 100g (1,7) ryż gotowany 200 g (1) buraczki gotowane 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 ser biały 50g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g ser biały 50g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 50g herbata 200ml
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

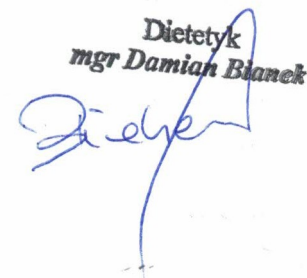


Dzień 2 PIĄTEK 27.02.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) pasta jajeczna 60g (3) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) pasta jajeczna 60g (3) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) pasta jajeczna 60g (3) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g serek topiony 40g (7) pasta jajeczna 60g (3) pomidor 30 g
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) Paluszki rybne smażone 100g (1,3,4,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z marchewki 100g Kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,7,9) Filet z dorsza gotowany na parze 100g (4) ziemniaki gotowane 200g bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,7,9) Filet z dorsza gotowany na parze 100g (4) ziemniaki gotowane 200g bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,7,9) Filet z dorsza gotowany na parze 100g (4) ziemniaki gotowane 200g 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 twaróg biały 70g (7) jajko gotowane 1 szt. (3) ogórek kiszony 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 70g (7) jajko gotowane 1 szt. (3) pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 70g (7) jajko gotowane 1 szt. (3) pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g twaróg biały 70g (7) jajko gotowane 1 szt. (3) ogórek kiszony 50g herbata 200ml
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 Białek

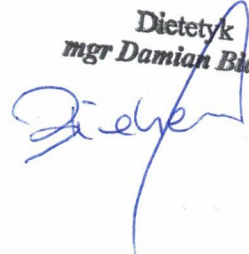


Dzień 3 SOBOTA 28.02.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g parówka drobiowa grzana 1 szt. ogórek kiszony 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g parówka drobiowa grzana 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 grzana 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 grzana 1 szt. ogórek kiszony 40g
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Zupa brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Bigos gotowany 200g (1,6,9) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Risotto z kurczakiem i warzywami 300g (1,7) Kompot 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Risotto z kurczakiem i warzywami 300g (1,7) Kompot 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Risotto z kurczakiem i warzywami 300g (1,7) 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 Biasek

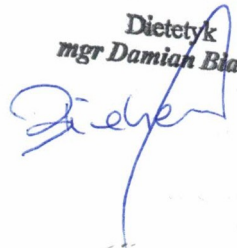


Dzień 4 NIEDZIELA 01.03.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g pasta z ciecierzycy 40g pomidor 40g	Kawa zbożowa (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	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Sznycel mielony smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty czerwonej 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Pulpety gotowane 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos pomidorowy 80 ml (1,7) warzywa gotowane na parze 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Pulpety gotowane 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos pomidorowy 80 ml (1,7) warzywa gotowane na parze 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Pulpety gotowane 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos pomidorowy 80 ml (1,7) warzywa gotowane na parze 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 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 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 PONIEDZIAŁEK 02.03.2026	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 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 wędlina wieprzowa 40g dżem 50g pomidor 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g dżem 50g pomidor 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g serek topiony 50g (7) pomidor 30g
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Kiełbasa z rusztu z cebulką 100g ziemniaki gotowane 200g ogórek kiszony 100g Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Filet z kurczaka gotowany 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Filet z kurczaka gotowany 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Filet z kurczaka 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 paprykarz rybny 50g (1,4,7) ser żółty 40g (7) ogórek kiszony 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny 50g (1,4,7) ser żółty 40g (7) pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny 50g (1,4,7) ser żółty 40g (7) pomidor 50g herbata 200ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny 50g (1,4,7) ser żółty 40g (7) pomidor 50g 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 Białek



Dzień 6 WTOREK 03.03.2026	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 pasztet wieprzowy 50g wędlina drobiowa 40g ogórek zielony 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasztet wieprzowy 50g wędlina drobiowa 40g pomidor 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasztet wieprzowy 50g wędlina drobiowa 40g pomidor 30g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasztet wieprzowy 50g wędlina drobiowa 40g ogórek zielony 30g
II Śniadanie	Galaretki 1 szt.	Galaretki 1 szt.	Galaretki 1 szt.	Galaretki 1 szt.
Obiad	Zupa rosolnik z kaszką manną 350ml (1,6,7,9,10) Kotlet schabowy smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g surówka wiosenna 100g kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350ml (1,6,7,9,10) Rolada drobiowa gotowana 100g (1,7) ryż gotowany 200g (1) sos szpinakowy 100g (1,7) bukiet warzyw gotowanych 100g kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350ml (1,6,7,9,10) Rolada drobiowa gotowana 100g (1,7) ryż gotowany 200g (1) sos szpinakowy 100g (1,7) bukiet warzyw gotowanych 100g kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350ml (1,6,7,9,10) Rolada drobiowa gotowana 100g (1,7) ryż gotowany 200g (1) sos szpinakowy 100g (1,7) bukiet warzyw gotowanych 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 pasta jajeczna 50g (3) dżem 40g pomidor 30g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 50g (3) pomidor 30g dżem 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 50g (3) pomidor 30g dżem 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 50g (3) 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 ŚRODA 04.03.2026	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 wędlina drobiowa 40g 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 wędlina drobiowa 40g ser żółty 40g (7)
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,9) Kluski kopytka gotowane z podsmażaną cebulką 200g (1,3,7) kapusta gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,9) Jajko gotowane 1szt. (3) ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,9) Jajko gotowane 1szt. (3) ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,9) Jajko gotowane 1szt. (3) ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy 80 ml (1,7) 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 galart rybny 70g (3,4) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g galart rybny 70g (3,4) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g galart rybny 70g (3,4) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g galart rybny 70g (3,4) 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. tubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dietetyk
mgr Damian Błanek

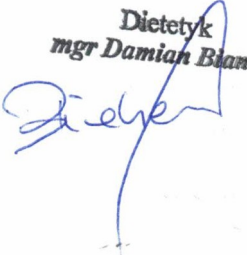


Dzień 8 CZWARTEK 05.03.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta biegunkowa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 50g (7) wędlina drobiowa 40g ogórek zielony 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 50g (7) wędlina drobiowa 40g pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 50g (7) wędlina drobiowa 40g pomidor 50g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g pasta twarogowa 50g (7) wędlina drobiowa 40g ogórek zielony 50g
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Zupa pomidorowa 350 ml (1,3,6,7,9) Pierś z kurczaka smażona 100g (1,3) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty pekińskiej 100g (3) kompot 200ml	Zupa pomidorowa 350 ml (1,3,6,7,9) Udko z kurczaka gotowane 100g (1,7) ryż gotowany 200g (1) sos potrawkowy 80g (1,3,7) marchewka gotowana 100g kompot 200ml	Zupa pomidorowa 350 ml (1,3,6,7,9) Udko z kurczaka gotowane 100g (1,7) ryż gotowany 200g (1) sos potrawkowy 80g (1,3,7) marchewka gotowana 100g kompot 200ml	Zupa pomidorowa 350 ml (1,3,6,7,9) Udko z kurczaka gotowane 100g (1,7) ryż gotowany 200g (1) sos potrawkowy 80g (1,3,7) marchewka gotowana 100g kompot 200ml
Podwieczorek	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
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 Błanek



Dzień 9 PIĄTEK 06.03.2026	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 paprykarz rybny (1,4,7) 30g ser żółty 40g (7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny (1,4,7) 30g ser żółty 40g (7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny (1,4,7) 30g ser żółty 40g (7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g paprykarz rybny (1,4,7) 30g ser żółty 40g (7) pomidor 30 g
II Śniadanie	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Obiad	Zupa barszcz ukraiński 300 ml (1,3,6,7,9) Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty kwaszonej 100g kompot 200 ml	Zupa barszcz ukraiński 300 ml (1,3,6,7,9) Klops rybny gotowany 100g (4) ziemniaki gotowane 200g szpinak gotowany 100g kompot 200 ml	Zupa barszcz ukraiński 300 ml (1,3,6,7,9) Klops rybny gotowany 100g (4) ziemniaki gotowane 200g szpinak gotowany 100g kompot 200 ml	Zupa barszcz ukraiński 300 ml (1,3,6,7,9) Klops rybny gotowany 100g (4) ziemniaki gotowane 200g szpinak gotowany 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 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 10 SOBOTA 07.03.2026	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 drobiowa 40g pomidor 50g ser topiony 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g pomidor 50g ser topiony 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g pomidor 50g ser topiony 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa budyniowa (7) wg zamówienia chleb 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g pomidor 50g ser topiony 40g (7)
II Śniadanie	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Obiad	Zupa krem warzywny 300 ml (1,6,7,9) Kaszanka zasmażana 150g ziemniaki gotowane 200g ogórek kiszony 100g kompot 200 ml	Zupa krem warzywny 300 ml (1,6,7,9) Gzika 150g (7) ziemniaki gotowane 200g kompot 200 ml	Zupa krem warzywny 300 ml (1,6,7,9) Gzika 150g (7) ziemniaki gotowane 200g kompot 200 ml	Zupa krem warzywny 300 ml (1,6,7,9) Gzika 150g (7) ziemniaki gotowane 200g 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 jajko gotowane 1 szt. (3) galart drobiowy 30g (3,9) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) galart drobiowy 30g (3,9) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) galart drobiowy 30g (3,9) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) galart drobiowy 30g (3,9) 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)	2464	2385	2508	2412	2395	2427	2412	2324	2563	2272
Białko (g)	111.43	99.52	101.49	123.88	100.72	95.23	106.92	98.2	106.33	85.99
Błonnik pokarmowy (g)	26.43	34.55	34.41	26.88	30.75	26.59	29.83	24.3	33.79	24.1
Sód (mg)	1936.51	1978.52	1944.39	1907.15	1991.47	1978.38	1965.17	1909.94	1917.01	1921.92
Tłuszcze (g)	81.3	70.48	85.05	67.54	81.16	77.22	70.34	57.24	87.02	68.65
Węglowodany (g)	335.26	361.01	352.35	340.28	336.53	349.87	349.65	365.56	358.75	338.28
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	39.81	32.02	34.46	28.34	40.31	29.82	32.98	25.44	38.72	34.42
Cukry (g)	40.24	34.97	66.6	60.7	24.32	65.2	39.58	85.2	57.05	56.07

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)	2453	2297	2551	2323	2417	2495	2299	2459	2592	2561
Białko (g)	118.32	108.08	103.97	133.1	102.64	109.87	101.67	95.58	111.2	111.75
Błonnik pokarmowy (g)	22.42	33.09	30.55	29.58	31.35	27.05	24.61	22.95	35.93	27.37
Sód (mg)	1981.56	1989.63	1949.79	1973.91	1949.3	1953.65	1962.55	1974.36	1989.78	1936.05
Tłuszcze (g)	71.74	61.37	83.73	53.4	69.35	64.2	72.88	65.51	84.08	66.04
Węglowodany (g)	345.78	350.52	362.24	342.44	367.1	381.75	318.94	383.46	373.36	393.46
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	37.36	31.25	34.63	29.49	35.58	29.03	39.53	33.43	41.68	33.67
Cukry (g)	45.13	39.21	73.26	66.32	57.32	76.94	50.15	91.68	62.97	70.75

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)	2453	2297	2551	2318	2417	2495	2299	2459	2592	2561
Białko (g)	118.32	108.08	103.97	132.83	102.64	109.87	101.67	95.58	111.2	111.75
Błonnik pokarmowy (g)	22.42	33.09	30.55	29.22	31.35	27.05	24.61	22.95	35.93	27.37
Sód (mg)	1981.56	1989.63	1949.79	1971.51	1949.3	1953.65	1962.55	1974.36	1989.78	1936.05
Tłuszcze (g)	71.74	61.37	83.73	53.34	69.35	64.2	72.88	65.51	84.08	66.04
Węglowodany (g)	345.78	350.52	362.24	341.21	367.1	381.75	318.94	383.46	373.36	393.46
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	37.36	31.25	34.63	29.47	35.58	29.03	39.53	33.43	41.68	33.67
Cukry (g)	45.13	39.21	73.26	65.48	57.32	76.94	50.15	91.68	62.97	70.75

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)	2492	2355	2549	2359	2546	2503	2299	2514	2697	2590
Białko (g)	116.2	106.57	101.68	127.52	107.99	107.32	97.85	94.57	107.18	111.92
Błonnik pokarmowy (g)	32.11	38.28	35.76	34.71	36.34	36.53	29.82	32.29	38.69	32.76
Sód (mg)	1941.9	1969.57	1912.84	1994.86	1974.45	1949.99	1963.45	1943.3	1982.12	1928.7
Tłuszcze (g)	83.7	73.94	89.9	64.67	93.68	72.94	80.7	78.98	105.32	74.19
Węglowodany (g)	318.23	323.53	335.65	316.78	325.09	354.04	290.67	355.31	337.79	367.79
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	44.44	39.12	38.14	36.97	50.17	34.08	43.24	41.51	49.18	38.64
Cukry (g)	38.08	30.9	65.13	59	33.91	69.47	41.08	83.98	50.93	63.29

Sporządziła: mgr Joanna Ludwiszewska
Dietetyk