

Dzień 1 PONIEDZIAŁEK 27.04.2026	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 koperkowa 350 ml (1,6,7,9) Risotto z kurczakiem i warzywami 300g (1,6,7,9) Kompot 200 ml	Zupa koperkowa 350 ml (1,6,7,9) Kurczak gotowany w lekkim sosie z warzywami 150g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa koperkowa 350 ml (1,6,7,9) Kurczak gotowany w lekkim sosie z warzywami 150g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa koperkowa 350 ml (1,6,7,9) Risotto z kurczakiem i warzywami 300g (1,6,7,9) Kompot 200 ml	Zupa koperkowa 350 ml (1,6,7,9) Kurczak gotowany w lekkim sosie z warzywami 150g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g 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) szynka drobiowa 40g ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) szynka drobiowa 40g ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) szynka drobiowa 40g ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) 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 1 PONIEDZIAŁEK 27.04.2026	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 koperkowa 350 ml (1,6,7,9) Risotto z kurczakiem i warzywami 300g (1,6,7,9) Kompot 200 ml	Zupa koperkowa 350 ml (1,6,7,9) Kurczak gotowany w lekkim sosie z warzywami 150g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa koperkowa 350 ml (1,6,7,9) Kurczak gotowany w lekkim sosie z warzywami 150g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g 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) szynka drobiowa 40g ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) 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 WTOREK 28.04.2026	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 wędlina drobiowa 40g
II Śniadanie			Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Zupa pomidorowa 350 ml (1,6,7,9) Pieczeń rzymska 100g (1,3) ziemniaki gotowane 200g sos pieczeniowy 60 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa 350 ml (1,6,7,9) Sztuka mięsa gotowana 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa 350 ml (1,6,7,9) Sztuka mięsa gotowana 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa 350 ml (1,6,7,9) Pieczeń rzymska 100g (1,3) ziemniaki gotowane 200g sos pieczeniowy 60 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa 350 ml (1,6,7,9) Sztuka mięsa gotowana 100g (1,3,7) 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
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g galart rybny 50g (3,4,6) pasta buraczkowa 40g (1,6,7) herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g galart rybny 50g (3,4,6) pasta buraczkowa 40g (1,6,7) herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g galart rybny 50g (3,4,6) pasta buraczkowa 40g (1,6,7) herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g ser biały 40g. (7) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g 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 WTOREK 28.04.2026	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 pomidorowa 350 ml (1,6,7,9) Pieczeń rzymska 100g (1,3) ziemniaki gotowane 200g sos pieczeniowy 60 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa 350 ml (1,6,7,9) Sztuka mięsa gotowana 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa 350 ml (1,6,7,9) Sztuka mięsa gotowana 100g (1,3,7) 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
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g galart rybny 50g (3,4,6) pasta buraczkowa 40g (1,6,7) herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g galart rybny 50g (3,4,6) pasta buraczkowa 40g (1,6,7) herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g 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 ŚRODA 29.04.2026	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. ser topiony 50g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 40g parówka grzana 1 szt. ser topiony 50g (7)	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. ser topiony 50g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g parówka grzana 1 szt. ser topiony 50g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g parówka grzana 1 szt. ser topiony 50g (7)
II Śniadanie			Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Obiad	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Pierogi z serem gotowane 200g – 6 sztuk (1,3,7) sos jogurtowy 50 ml (7) 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) marchewka gotowana 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) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Pierogi z serem gotowane 200g – 6 sztuk (1,3,7) sos jogurtowy 50 ml (7) 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) 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 ŚRODA 29.04.2026	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 40g kiełbasa biała grzana 1 szt. ser topiony 50g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 40g parówka grzana 1 szt. ser topiony 50g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) pomidor 40g parówka grzana 1 szt. ser topiony 50g (7)
II Śniadanie	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Obiad	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Pierogi z serem gotowane 200g – 6 sztuk (1,3,7) sos jogurtowy 50 ml (7) 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) marchewka gotowana 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) 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
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 CZWARTEK 30.04.2026	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 konserwy 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 krupnik 350 ml (1,6,7,9) Sznycel drobiowy smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty białej 100g Kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,6,7,9) Pulpet gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos pomidorowy 80 ml (1,7) bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,6,7,9) Pulpet gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos pomidorowy 80 ml (1,7) bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,6,7,9) Sznycel drobiowy smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty białej 100g Kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,6,7,9) Pulpet gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos pomidorowy 80 ml (1,7) bukiet warzyw gotowany 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 (6,9) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g galart wieprzowy 50g (6,9) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g galart wieprzowy 50g (6,9) 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 CZWARTEK 30.04.2026	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	Galaretki 1 szt.	Galaretki 1 szt.	Galaretki 1 szt.
Obiad	Zupa krupnik 350 ml (1,6,7,9) Szyneł drobiowy smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty białej 100g Kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,6,7,9) Pulpet gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos pomidorowy 80 ml (1,7) bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,6,7,9) Pulpet gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos pomidorowy 80 ml (1,7) bukiet warzyw gotowany 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g galaretki wieprzowy 50g (6,9) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g galaretki wieprzowy 50g (6,9) szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g galaretki wieprzowy 50g (6,9) 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 PIĄTEK 01.05.2026	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 ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza pieczony 100g (1,3,4,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty czerwonej 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza gotowany 100g (1,4,7) ziemniaki gotowane 200g szpinak gotowany 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza gotowany 100g (1,4,7) ziemniaki gotowane 200g szpinak gotowany 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza pieczony 100g (1,3,4,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty czerwonej 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza gotowany 100g (1,4,7) ziemniaki gotowane 200g szpinak gotowany 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 (1,3,7) 40g szynka drobiowa 40g ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (1,3,7) 40g szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (1,3,7) 40g szynka drobiowa 40g ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (1,3,7) 40g szynka drobiowa 40g ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (1,3,7) 40g 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 PIĄTEK 01.05.2026	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 ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza pieczony 100g (1,3,4,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty czerwonej 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza gotowany 100g (1,4,7) ziemniaki gotowane 200g szpinak gotowany 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza gotowany 100g (1,4,7) ziemniaki gotowane 200g szpinak gotowany 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 (1,3,7) 40g szynka drobiowa 40g ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (1,3,7) 40g szynka drobiowa 40g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna (1,3,7) 40g 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 6 SOBOTA 02.05.2026	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 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 50g 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 50g 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 50g 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 50g pasztet wieprzowy 50g (1) ser topiony 50g (7)
II Śniadanie			Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Zupa krem warzywny 350ml (1,6,7,9) Bigos gotowany 150g (1,6,7,9) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa krem warzywny 350ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 150 ml (1,7) ryż gotowany 200g (1) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa krem warzywny 350ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 150 ml (1,7) ryż gotowany 200g (1) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa krem warzywny 350ml (1,6,7,9) Bigos gotowany 150g (1,6,7,9) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa krem warzywny 350ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 150 ml (1,7) ryż gotowany 200g (1) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek			Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 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 mieszany 150g (1), masło (7) 10g twarożek z zieleniną 50g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 50g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g twarożek z zieleniną 50g (7) szynka drobiowa 40 g ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g twarożek z zieleniną 50g (7) szynka drobiowa 40 g pomidor 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
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 SOBOTA 02.05.2026	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 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 50g 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 50g pasztet wieprzowy 50g (1) ser topiony 50g (7)
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Zupa krem warzywny 350ml (1,6,7,9) Bigos gotowany 150g (1,6,7,9) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa krem warzywny 350ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 150 ml (1,7) ryż gotowany 200g (1) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa krem warzywny 350ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 150 ml (1,7) ryż gotowany 200g (1) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 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 NIEDZIELA 03.05.2026	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 rosół z makaronem 350 ml (1,3,6,7,9,10) Kotlet z piersi kurczaka smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sałatka wiosenna 100g Kompot 200 ml	Zupa rosół z makaronem 350 ml (1,3,6,7,9,10) Rolada drobiowa gotowana 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80g (1,7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa rosół z makaronem 350 ml (1,3,6,7,9,10) Rolada drobiowa gotowana 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80g (1,7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa rosół z makaronem 350 ml (1,3,6,7,9,10) Kotlet z piersi kurczaka smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sałatka wiosenna 100g Kompot 200 ml	Zupa rosół z makaronem 350 ml (1,3,6,7,9,10) Rolada drobiowa gotowana 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80g (1,7) marchewka gotowana 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 NIEDZIELA 03.05.2026	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 rosół z makaronem 350 ml (1,3,6,7,9,10) Kotlet z piersi kurczaka smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sałatka wiosenna 100g Kompot 200 ml	Zupa rosół z makaronem 350 ml (1,3,6,7,9,10) Rolada drobiowa gotowana 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80g (1,7) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa rosół z makaronem 350 ml (1,3,6,7,9,10) Rolada drobiowa gotowana 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80g (1,7) marchewka gotowana 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 PONIEDZIAŁEK 04.05.2026	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 (7) 40g 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 (7) 50g 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 (7) 40g 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 (7) 50g 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 (7) 50g pomidor 30 g
II Śniadanie			Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Makaron gotowany 200g (1,3,7) sos boloński 150g (1,7,9) Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Shoarma drobiowa gotowana 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos szpinakowy 80 ml (1,7) warzywa gotowane na parze 100g Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Shoarma drobiowa gotowana 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos szpinakowy 80 ml (1,7) warzywa gotowane na parze 100g Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Makaron gotowany 200g (1,3,7) sos boloński 150g (1,7,9) Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Shoarma drobiowa gotowana 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos szpinakowy 80 ml (1,7) warzywa gotowane na parze 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 PONIEDZIAŁEK 04.05.2026	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 (7) 40g 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 (7) 50g 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 (7) 40g pomidor 30 g
II Śniadanie	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Makaron gotowany 200g (1,3,7) sos boloński 150g (1,7,9) Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Shoarma drobiowa gotowana 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos szpinakowy 80 ml (1,7) warzywa gotowane na parze 100g Kompot 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (1,6,7,9) Shoarma drobiowa gotowana 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos szpinakowy 80 ml (1,7) warzywa gotowane na parze 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 WTOREK 05.05.2026	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 kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Bitki wieprzowe duszone 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g ogórek kiszony 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos musztardowy lekki 80ml (1,7,10) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos musztardowy lekki 80ml (1,7,10) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Bitki wieprzowe duszone 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g ogórek kiszony 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos musztardowy lekki 80 ml (1,7,10) marchewka gotowana 100g 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 WTOREK 05.05.2026	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 kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Bitki wieprzowe duszone 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g ogórek kiszony 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos musztardowy lekki 80 ml (1,7,10) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos musztardowy lekki 80 ml (1,7,10) marchewka gotowana 100g 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 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 10 ŚRODA 06.05.2026	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 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) pomidor 50g serek biały 40g (7) wędlina drobiowa 40g
II Śniadanie			Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Obiad	Zupa barszcz ukraiński 350 ml (1,6,7,9) Gzika 100g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa barszcz ukraiński 350 ml (1,6,7,9) Gzika 100g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa barszcz ukraiński 350 ml (1,6,7,9) Gzika 100g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa barszcz ukraiński 350 ml (1,6,7,9) Gzika 100g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa barszcz ukraiński 350 ml (1,6,7,9) Gzika 100g (7) ziemniaki gotowane 200g 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 ser żółty 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 ser żółty 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 ŚRODA 06.05.2026	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 barszcz ukraiński 350 ml (1,6,7,9) Gzika 100g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa barszcz ukraiński 350 ml (1,6,7,9) Gzika 100g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa barszcz ukraiński 350 ml (1,6,7,9) Gzika 100g (7) ziemniaki gotowane 200g 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 ser żółty 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)	2145	2058	2323	2204	2115	2299	2083	2276	2064	2314
Białko (g)	96.92	96.89	103.15	91.62	102.37	99.15	102.47	87.4	96.5	106.17
Błonnik pokarmowy (g)	24.64	23.76	26.29	26.15	20.71	33.03	25.05	23.88	22.42	23.22
Sód (mg)	2472.51	3510.23	4287.67	3394.53	3432.31	4496.72	4204.69	2509.9	4622.09	2924.36
Tłuszcze (g)	67.25	58.5	71.96	59.75	62.97	71.91	56.08	67.94	67.47	77.36
Węglowodany (g)	302.84	298.24	328.83	338.26	293.76	326.38	304.33	339.77	279.67	309.98
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	30.03	30.88	36.45	24.31	31.56	33.52	22.93	31.6	31.59	38.86
Cukry (g)	25.88	25.84	38.75	31.21	28.54	37.11	18.4	31.18	19.47	28.37

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)	2075	2119	2151	2129	2112	2396	2128	2178	2203	2123
Białko (g)	98.56	99.69	82.55	99.81	99.14	99.25	109.24	84.23	103.6	105.39
Błonnik pokarmowy (g)	24.62	20.99	24.43	27.27	22.22	21.95	26.35	25.47	23.67	22.05
Sód (mg)	2708.39	2942.86	3452.15	3251.3	2926.45	3121.5	3768.68	2494.92	3099.12	2347.49
Tłuszcze (g)	63.71	64.09	75.92	45.06	66.32	80.69	55.02	66.53	76.6	55.14
Węglowodany (g)	290.12	297.63	294.73	343.62	291.98	330.5	312.22	321.99	288.08	313.28
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	31.04	32.3	38.65	25.26	35.31	37.31	28.27	30.5	37.86	29.14
Cukry (g)	27.58	35.22	33.96	49.48	26.77	30.84	35.43	42.78	34.54	37.19

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)	2362	2491	2512	2314	2400	2582	2359	2559	2461	2592
Białko (g)	110.94	111.09	99.31	103.65	111.52	99.93	113.6	92.95	114.55	113.73
Błonnik pokarmowy (g)	30.16	35.7	36.77	35.12	27.76	33.24	34.84	42.35	28.94	37.1
Sód (mg)	3526.24	3760.4	4724.5	4117.24	3760.29	3902.43	4615.02	3286.17	4177.04	3295.01
Tłuszcze (g)	84.72	90.38	98.3	59.32	87.33	86.7	73.8	89.81	96.89	88.06
Węglowodany (g)	287.27	315.31	309.18	339.87	289.13	350.67	309.77	353.72	280.65	344
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	43.4	48.38	50.95	33.84	47.67	42.19	39.27	44.63	49.88	45.3
Cukry (g)	33.98	38.36	51.88	66.11	33.17	68.69	48.2	53.73	39.12	46.63

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)	2358	2291	2462	2370	2328	2503	2261	2464	2315	2564
Białko (g)	109.32	110.66	100.62	97.06	114.77	103	107.87	88.65	111.4	121.07
Błonnik pokarmowy (g)	25.24	25.43	27.51	29.1	21.31	35.24	28.3	29.09	23.02	23.82
Sód (mg)	2580.51	3407.13	3922.07	3165.23	3540.31	4498.02	3682.89	2325.2	4760.09	3062.36
Tłuszcze (g)	74.65	60.68	70.56	59.69	70.37	72.3	61.35	57.93	76.77	86.66
Węglowodany (g)	326.74	338.53	366.87	375.18	317.66	373.43	332.45	410.62	305.92	336.23
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33.85	33.4	35.59	24.14	35.38	33.68	26.2	25.12	36.61	43.88
Cukry (g)	40.38	59.73	66.24	64.73	43.04	78.57	43.54	86.49	36.32	45.22

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)	2288	2252	2369	2295	2363	2600	2293	2456	2454	2349
Białko (g)	110.96	109.29	90.59	105.25	114.04	103.1	109.34	85.98	118.5	115.48
Błonnik pokarmowy (g)	25.22	30.04	28.23	30.22	22.82	24.16	30.05	30.68	24.27	31.95
Sód (mg)	2816.39	2663.46	3503.35	3022	3064.45	3122.8	3586.81	2497.72	3237.12	2635.94
Tłuszcze (g)	71.11	59.19	80.16	45	75.62	81.08	62.06	67.07	85.9	54.05
Węglowodany (g)	314.02	341.89	333.29	380.53	318.23	377.55	338.76	391.09	314.33	372.44
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34.86	32.86	40.13	25.09	40.33	37.47	31.59	30.68	42.88	29.42
Cukry (g)	42.08	47.08	59.28	83	43.62	72.3	57.36	96.54	51.39	53.65

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)	2358	2284	2541	2362	2328	2503	2276	2554	2315	2564
Białko (g)	109.32	102.34	111.19	94.81	114.77	103	110.61	89.15	111.4	121.07
Błonnik pokarmowy (g)	25.24	26.76	30.09	29.35	21.31	35.24	28.25	29.09	23.02	23.82
Sód (mg)	2580.51	3571.73	4338.87	3397.73	3540.31	4498.02	4297.89	2512.7	4760.09	3062.36
Tłuszcze (g)	74.65	62.45	76.2	60.39	70.37	72.3	62.42	68.48	76.77	86.66
Węglowodany (g)	326.74	341.49	367.39	374.12	317.66	373.43	330.74	408.87	305.92	336.23
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	33.85	33.3	37.93	24.37	35.38	33.68	26.59	31.78	36.61	43.88
Cukry (g)	40.38	59.34	64.07	63.23	43.04	78.57	40.97	84.94	36.32	45.22

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)	2288	2346	2369	2287	2363	2600	2321	2456	2454	2374
Białko (g)	110.96	105.14	90.59	103	114.04	103.1	117.38	85.98	118.5	120.29
Błonnik pokarmowy (g)	25.22	23.99	28.23	30.47	22.82	24.16	29.55	30.68	24.27	22.65
Sód (mg)	2816.39	3004.36	3503.35	3254.5	3064.45	3122.8	3861.88	2497.72	3237.12	2485.49
Tłuszcze (g)	71.11	68.04	80.16	45.7	75.62	81.08	61.36	67.07	85.9	64.44
Węglowodany (g)	314.02	340.88	333.29	379.48	318.23	377.55	338.63	391.09	314.33	339.53
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34.86	34.72	40.13	25.32	40.33	37.47	31.93	30.68	42.88	34.16
Cukry (g)	42.08	68.72	59.28	81.5	43.62	72.3	58	96.54	51.39	54.04

Zestawienie składników odżywczych DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH 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)	2362	2491	2421	2390	2400	2582	2359	2615	2461	2592
Białko (g)	110.94	111.09	88.2	103.93	111.52	99.93	113.6	92.87	114.55	113.73
Błonnik pokarmowy (g)	30.16	35.7	33.47	35.76	27.76	33.24	34.84	42.51	28.94	37.1
Sód (mg)	3526.24	3760.4	4302.9	3962.84	3760.29	3902.43	4615.02	3282.57	4177.04	3295.01
Tłuszcze (g)	84.72	90.38	92.54	59.36	87.33	86.7	73.8	89.81	96.89	88.06
Węglowodany (g)	287.27	315.31	306.2	358.83	289.13	350.67	309.77	367.88	280.65	344
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	43.4	48.38	48.58	33.86	47.67	42.19	39.27	44.62	49.88	45.3
Cukry (g)	33.98	38.36	52.37	79.55	33.17	68.69	48.2	66.73	39.12	46.63