

Dzień 1 SOBOTA 28.03.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
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 (1,6,7,9)	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 (1,6,7,9)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g twarożek 60 g (7) wędlina drobiowa 40g (1,6,7,9)
II Śniadanie	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)
Obiad	Zupa krem warzywny 350 ml (1,6,7,9) Bigos wieprzowy gotowany 150g (1,7,9) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa krem warzywny 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) warzywa gotowane na parze 100g Kompot 200 ml	Zupa krem warzywny 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) warzywa gotowane na parze 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) szynka drobiowa 40g (1,6,7,9) pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) szynka drobiowa 40g (1,6,7,9) pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) szynka drobiowa 40g (1,6,7,9) 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 NIEDZIELA 29.03.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
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 wieprzowa 30g (1,6,7,9)	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 wieprzowa 30g (1,6,7,9)	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 wieprzowa 30g (1,6,7,9)
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) Udziec z kurczaka pieczony 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g surówka wiosenna 100g Kompot 200 ml	Zupa rosół z makaronem 350 ml (1,3,6,7,9,10) Udziec z kurczaka gotowany 100g ryż gotowany 200g (1) sos potrawkowy 80 ml (1,3,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa rosół z makaronem 350 ml (1,3,6,7,9,10) Udziec z kurczaka gotowany 100g ryż gotowany 200g (1) sos potrawkowy 80 ml (1,3,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g twarożek z zieleniną 50g (7) szynka drobiowa 40 g (1,6,7,9) ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g twarożek z zieleniną 50g (7) szynka drobiowa 40 g (1,6,7,9) pomidor 50g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g twarożek z zieleniną 50g (7) szynka drobiowa 40 g (1,6,7,9) 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 3 PONIEDZIAŁEK 30.03.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) wędlina drobiowa 40g (1,6,7,9) 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 (1,6,7,9) 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 (1,6,7,9) pasta z ciecierzycy 40g (1,6,7,9) pomidor 40g
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Zupa krupnik 350 ml (1,6,7,9) Pierogi z serem gotowane 300g – 6 szt. (1,3,7) sos jogurtowy 50 ml (7) Kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,6,7,9) Gzika 150 g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,6,7,9) Gzika 150 g (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 drobiowa 40g (1,6,7,9) galart rybny (3,4,9) 70g pomidor 40g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g (1,6,7,9) galart rybny (3,4,9) 70g pomidor 40g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g (1,6,7,9) galart rybny (3,4,9) 70g 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 4 WTOREK 31.03.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) wędlina drobiowa 40g (1,6,7,9) pomidor 50g ser topiony 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) wędlina drobiowa 40g (1,6,7,9) pomidor 50g ser topiony 40g (7)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) wędlina drobiowa 40g (1,6,7,9) pomidor 50g ser topiony 40g (7)
II Śniadanie	Galaretki 1 szt.	Galaretki 1 szt.	Galaretki 1 szt.
Obiad	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Kotlet schabowy smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty kwaszonej 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 50g (3,7) dżem 40g pomidor 30g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 50g (3,7) dżem 40g pomidor 30g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g pasta jajeczna 50g (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 5 ŚRODA 01.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
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 (1,6,7,9) 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 (1,6,7,9) 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 (1,6,7,9) ser żółty 40g (7)
II Śniadanie	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)
Obiad	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Sos boloński 150g (1,7) makaron gotowany 200g (1,3) Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Pulpet gotowany 100g (1,3) ziemniaki gotowane 200g sos pomidorowy (1,7) 80 ml bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Pulpet gotowany 100g (1,3) ziemniaki gotowane 200g sos pomidorowy (1,7) 80 ml bukiet warzyw gotowanych 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 ser biały 60g (7) wędlina drobiowa 40g (1,6,7,9) herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g ser biały 60g (7) wędlina drobiowa 40g (1,6,7,9) herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g pomidor 40g ser biały 60g (7) wędlina drobiowa 40g (1,6,7,9) 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 CZWARTEK 02.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
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 (1,6,7,9)	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 (1,6,7,9)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g twarożek 60 g (7) wędlina drobiowa 40g (1,6,7,9)
II Śniadanie	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
Obiad	Zupa barszcz z makaronem 350 ml (1,3,6,7,9) Pieczeń z karkówki 100g kasza gotowane 200g (1) sałatka z ogórka 100g Kompot 200 ml	Zupa barszcz z makaronem 350 ml (1,3,6,7,9) Sztuka mięsa gotowana 100g ziemniaki gotowane 200g sos musztardowy lekki 80 ml (1,7,10) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa barszcz z makaronem 350 ml (1,3,6,7,9) Sztuka mięsa gotowana 100g ziemniaki gotowane 200g sos musztardowy lekki 80 ml (1,7,10) marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g (1,6,7,9) dżem 40g rzodkiewka 40g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g (1,6,7,9) dżem 40g pomidor 40g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g szynka drobiowa 40g (1,6,7,9) dżem 40g rzodkiewka 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 7 PIĄTEK 03.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
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 (3,7) pomidor 30 g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) serek topiony 40g (7) pasta jajeczna 60g (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 (3,7) pomidor 30 g
II Śniadanie	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Obiad	Zupa pomidorowa 350 ml (1,3,6,7,9) Śledź w śmietanie i warzywach 150g (1,3,4,7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa 350 ml (1,3,6,7,9) Ryba gotowana na parze 100g (4) ziemniaki gotowane 200g szpinak gotowany 100g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa 350 ml (1,3,6,7,9) Ryba gotowana na parze 100g (4) 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 jajko gotowane 1 szt. (3) ser żółty 40g (7) pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser żółty 40g (7) pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) 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 8 SOBOTA 04.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pasta warzywna 50g (1,6,9) 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 (1,6,9) 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 (1,6,9) ser wędzony (7) 40g pomidor 30 g
II Śniadanie	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Zupa żurek 350 ml (1,6,7,9,10) Kluski śląskie gotowane z podsmażaną cebulką 200g (1,3,7) kapusta kwaszona gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa żurek 350 ml (1,6,7,9,10) Jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa żurek 350 ml (1,6,7,9,10) Jajko gotowane 1 szt. (3) ziemniaki gotowane 200g sos koperkowy 80 ml (1,7) 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 (1,6,7,9) pasztet wieprzowy 40g (1) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g (1,6,7,9) pasta z sera białego 40g (7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g (1,6,7,9) 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 9 NIEDZIELA 05.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
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. (1,6,7,9) jajko gotowane 1szt. (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. (1,6,7,9) jajko gotowane 1szt. (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. (1,6,7,9) jajko gotowane 1szt. (3)
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) Kotlet z piersi kurczaka smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g surówka wiosenna 100g Kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,7,9,10) Filet z kurczaka gotowany 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos śmietanowy lekki 80 ml (1,7) warzywa gotowane na parze 100g Kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,7,9,10) Filet z kurczaka gotowany 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos śmietanowy lekki 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)
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g twarożek 50g (7) galaretki wieprzowy 50g (3,6,9) herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g twarożek 50g (7) galaretki wieprzowy 50g (3,6,9) herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g twarożek 50g (7) galaretki wieprzowy 50g (3,6,9) 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 PONIEDZIAŁEK 06.04.2026	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) jajko gotowane 1 szt. (3) pomidor 50g sałatka jarzynowa 80g (1,3,7,9)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) jajko gotowane 1 szt. (3) pomidor 50g sałatka jarzynowa 80g (1,3,7,9)	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) jajko gotowane 1 szt. (3) pomidor 50g sałatka jarzynowa 80g (1,3,7,9)
II Śniadanie	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Szyncel mielony smażony 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Rolada drobiowa gotowana 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos szpinakowy 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Rolada drobiowa gotowana 100g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos szpinakowy 80 ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Ciasto babka 100g (1,3,7)	Ciasto babka 100g (1,3,7)	Ciasto babka 100g (1,3,7)
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g galart rybny 50g (3,4,6,9) serek topiony 40g (7) herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g galart rybny 50g (3,4,6,9) serek topiony 40g (7) herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g galart rybny 50g (3,4,6,9) serek topiony 40g (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.

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)	2380	2434	2491	2502	2399	2450	2488	2499	2410	2665
Białko (g)	109.91	118.52	103.08	97.63	119.46	96.06	97.66	84.4	142.42	92.42
Błonnik pokarmowy (g)	27.48	32.75	26.22	27.3	24.27	25.82	30.29	27.41	26.09	33.65
Sód (mg)	3569.57	3352.17	3567.12	3849.86	4025.95	3846.14	4974.93	3099.32	4188.39	3489.89
Tłuszcze (g)	74.39	80.17	59.34	80.07	68.1	72.22	88.04	89.6	73.78	84.57
Węglowodany (g)	331.46	331.34	399.08	360.75	335.28	366.36	347.45	351.73	309.3	403.33
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	34.92	35.66	29.67	33.45	34.14	33.82	42.79	41.94	31.49	34.38
Cukry (g)	42.81	28.13	71.9	74.85	36.4	81.89	39.65	39.47	30.83	70.33

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)	2351	2472	2368	2319	2377	2315	2485	2279	2297	2574
Białko (g)	118.69	109.41	113.24	93.58	124.74	106.45	108.11	87.1	134.08	108.3
Błonnik pokarmowy (g)	22.86	29.45	26.09	27.55	29.58	24.69	30.93	27.26	22.64	30.82
Sód (mg)	2664.85	2856.16	2999.45	3379.11	3768.67	2609.11	2771.16	2946.46	2853.11	3555.2
Tłuszcze (g)	69.68	75.16	53.56	66.58	63.95	57.77	82.45	72.84	66.88	77.57
Węglowodany (g)	324.08	360.41	371.83	350.45	337.73	354.58	349.71	332.56	301.22	379.19
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	35.52	39.07	27.41	32.04	35.68	30.55	43.7	35.37	33.84	33.88
Cukry (g)	44.35	43.86	66.55	79.38	52.48	97.18	43.4	58.11	36.19	79.08

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)	2428	2543	2445	2396	2451	2391	2534	2434	2395	2728
Białko (g)	118.77	109.79	113.32	93.66	124.66	106.57	107.56	90.69	141.08	109.07
Błonnik pokarmowy (g)	28.15	38.79	31.38	32.84	34.79	30.5	36.22	32.55	30.92	38.65
Sód (mg)	3373.2	3570.01	3707.8	4087.45	4797.42	3318.65	3601.8	3677.91	3884.53	4130.63
Tłuszcze (g)	83.34	89.77	67.22	80.24	77.65	71.43	93.33	94.16	82.43	87.67
Węglowodany (g)	297.93	332.26	345.68	324.3	310.9	328.55	323.6	305.21	273.45	381.07
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	44.06	47.85	35.95	40.58	44.23	39.09	50.23	48.62	43.61	41.25
Cukry (g)	36.9	36.16	59.1	71.93	44.34	89.33	35.99	49.91	27.53	71.84

Sporządziła: mgr Joanna Ludwiszewska
Dietetyk