

Dzień 1 CZWARTEK 07.05.2026	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) sałatka z pomidora 50g ser żółty 40g (7) wędlina wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) sałatka z pomidora 50g twarożek 60 g (7) wędlina drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) sałatka z pomidora 50g ser żółty 40g (7) wędlina drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) sałatka z pomidora 50g ser żółty 40g (7) wędlina wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) sałatka z pomidora 50g twarożek 60 g (7) wędlina drobiowa 40g
II Śniadanie			Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)
Obiad	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Gołąbek gotowany w sosie pomidorowym 150g (1,3,7,9) ziemniaki gotowane 200g ogórek kiszony 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Klops gotowany 100g (1,3) ziemniaki gotowane 200g sos pomidorowy 60 g (1,7,9) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Klops gotowany 100g (1,3) ziemniaki gotowane 200g sos pomidorowy 60 g (1,7,9) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Gołąbek gotowany w sosie pomidorowym 150g (1,3,7,9) ziemniaki gotowane 200g ogórek kiszony 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Klops gotowany 100g (1,3) ziemniaki gotowane 200g sos pomidorowy 60 g (1,7,9) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek			Kaszka manna na mleku 200 ml (1,7)	Kaszka manna na mleku 200 ml (1,7)	Kaszka manna na mleku 200 ml (1,7)
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g 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 1 CZWARTEK 07.05.2026	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) 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 naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Jogurt naturalny 1 szt. (7)
Obiad	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Gołąbek gotowany w sosie pomidorowym 150g (1,3,7,9) ziemniaki gotowane 200g ogórek kiszony 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Klops gotowany 100g (1,3) ziemniaki gotowane 200g sos pomidorowy 60 g (1,7,9) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (1,6,7,9) Klops gotowany 100g (1,3) ziemniaki gotowane 200g sos pomidorowy 60 g (1,7,9) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Kaszka manna na mleku 200 ml (1,7)	Kaszka manna na mleku 200 ml (1,7)	Kaszka manna na mleku 200 ml (1,7)
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g 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 2 PIĄTEK 08.05.2026	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 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Zupa krupnik 350 ml (1,6,7,9) Śledź w śmietanie i warzywach 150g (4,7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza gotowany na parze 100g (1,4,7) ziemniaki gotowane 200g warzywa gotowane na parze 100g Kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza gotowany na parze 100g (1,4,7) ziemniaki gotowane 200g warzywa gotowane na parze 100g Kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza gotowany na parze 100g (1,4,7) ziemniaki gotowane 200g warzywa gotowane na parze 100g Kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza gotowany na parze 100g (1,4,7) ziemniaki gotowane 200g warzywa gotowane na parze 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek			Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser topiony 40g (7) ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser topiony 40g (7) pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser topiony 40g (7) ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser topiony 40g (7) ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser topiony 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 2 PIĄTEK 08.05.2026	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 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)	Jogurt 1 szt. (7)
Obiad	Zupa krupnik 350 ml (1,6,7,9) Śledź w śmietanie i warzywach 150g (4,7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza gotowany na parze 100g (1,4,7) ziemniaki gotowane 200g warzywa gotowane na parze 100g Kompot 200 ml	Zupa krupnik 350 ml (1,6,7,9) Filet z dorsza gotowany na parze 100g (1,4,7) ziemniaki gotowane 200g warzywa gotowane na parze 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser topiony 40g (7) ogórek zielony 50g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser topiony 40g (7) pomidor 50g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g jajko gotowane 1 szt. (3) ser topiony 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 3 SOBOTA 09.05.2026	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 40g kiełbasa biała grzana 1 szt. serek topiony 1 szt. (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. serek topiony 1 szt. (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. serek topiony 1 szt. (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. serek topiony 1 szt. (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. serek topiony 1 szt. (7)
II Śniadanie			Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Obiad	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Gulasz wieprzowy duszony 150g (1,7) kasza gotowana 200g (1) surówka z kapusty czerwonej 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 150g (1,7) ziemniaki gotowane 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 150g (1,7) ziemniaki gotowane 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 150g (1,7) ziemniaki gotowane 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 150g (1,7) ziemniaki gotowane 200g 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 SOBOTA 09.05.2026	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 40g kiełbasa biała grzana 1 szt. serek topiony 1 szt. (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. serek topiony 1 szt. (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. serek topiony 1 szt. (7)
II Śniadanie	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Obiad	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Gulasz wieprzowy duszony 150g (1,7) kasza gotowana 200g (1) surówka z kapusty czerwonej 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 150g (1,7) ziemniaki gotowane 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa ogórkowa 350 ml (1,6,7,9) Gulasz drobiowy gotowany 150g (1,7) ziemniaki gotowane 200g 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 mieszany 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 NIEDZIELA 10.05.2026	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 powidła śliwkowe 40g wędlina drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g powidła śliwkowe 40g wędlina drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ogórek konserwowy 40g wędlina drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g powidła śliwkowe 40g wędlina drobiowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g powidła śliwkowe 40g wędlina drobiowa 40g
II Śniadanie			Galaretką 1 szt.	Galaretką 1 szt.	Galaretką 1 szt.
Obiad	Zupa pomidorowa 350 ml (1,6,7,9) Udziec z kurczaka pieczony 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa 350 ml (1,6,7,9) Udziec z kurczaka gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g sos potrawkowy 80ml (1,3,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa 350 ml (1,6,7,9) Udziec z kurczaka gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g sos potrawkowy 80ml (1,3,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa 350 ml (1,6,7,9) Udziec z kurczaka pieczony 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa 350 ml (1,6,7,9) Udziec z kurczaka gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g sos potrawkowy 80ml (1,3,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek			Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g galart wieprzowy 50g (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 NIEDZIELA 10.05.2026	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 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	Galaretką 1 szt.	Galaretką 1 szt.	Galaretką 1 szt.
Obiad	Zupa pomidorowa 350 ml (1,6,7,9) Udziec z kurczaka pieczony 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa 350 ml (1,6,7,9) Udziec z kurczaka gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g sos potrawkowy 80ml (1,3,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa pomidorowa 350 ml (1,6,7,9) Udziec z kurczaka gotowany 100g ziemniaki gotowane 200g sos potrawkowy 80ml (1,3,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Kolacja	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g galart wieprzowy 50g (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
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 PONIEDZIAŁEK 11.05.2026	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) szynka wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ser żółty 40g (7) szynka wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ser żółty 40g (7) szynka wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb mieszany 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ser żółty 40g (7) szynka wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ser żółty 40g (7) szynka wieprzowa 40g
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) Kiełbasa z rusztu z cebulką 100g ziemniaki gotowane 200g ogórek kiszony 100g Kompot 200 ml	Zupa koperkowa 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 koperkowa 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 koperkowa 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 koperkowa 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 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	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 50 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 5 PONIEDZIAŁEK 11.05.2026	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) szynka wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pszenny 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ser żółty 40g (7) szynka wieprzowa 40g	Kawa zbożowa (1,7) 300ml Zupa mleczna (1,7) wg zamówienia chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło 10g (7) pomidor 50g ser żółty 40g (7) szynka wieprzowa 40g
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) Kiełbasa z rusztu z cebulką 100g ziemniaki gotowane 200g ogórek kiszony 100g Kompot 200 ml	Zupa koperkowa 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 koperkowa 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 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 6 WTOREK 12.05.2026	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 rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,7,9,10) Kotlet schabowy smażony 150g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty białej 100g (3) Kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,7,9,10) Filet z kurczaka gotowany 150g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,7,9,10) Filet z kurczaka gotowany 150g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,7,9,10) Kotlet schabowy smażony 150g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty białej 100g (3) Kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,7,9,10) Filet z kurczaka gotowany 150g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek			Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.	Galaretka 1 szt.
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 6 WTOREK 12.05.2026	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 rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,7,9,10) Kotlet schabowy smażony 150g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty białej 100g (3) Kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,7,9,10) Filet z kurczaka gotowany 150g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot 200 ml	Zupa rosolnik z kaszką manną 350 ml (1,6,7,9,10) Filet z kurczaka gotowany 150g (1,3,7) ziemniaki gotowane 200g sos biały lekki 80 ml (1,7) bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Galaretką 1 szt.	Galaretką 1 szt.	Galaretką 1 szt.
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 7 ŚRODA 13.05.2026	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 brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Pierogi z truskawkami gotowane 300g - 6 szt. (1,3,7) sos jogurtowy 50 ml (7) Kompot 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Gzika 100g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Gzika 100g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Pierogi z truskawkami gotowane 300g - 6 szt.(1,3,7) sos jogurtowy 50 ml (7) Kompot 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Gzika 100g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml
Podwieczerek			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 (3,4,6) 70g ogórek kiszony 40g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g galart rybny (3,4,6) 70g pomidor 40g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g galart rybny (3,4,6) 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 ŚRODA 13.05.2026	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 brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Pierogi z truskawkami gotowane 300g - 6 szt.(1,3,7) sos jogurtowy 50 ml (7) Kompot 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Gzika 100g (7) ziemniaki gotowane 200g Kompot 200 ml	Zupa brokułowa 350 ml (1,6,7,9) Gzika 100g (7) ziemniaki gotowane 200g 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 (3,4,6) 70g ogórek kiszony 40g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g galart rybny (3,4,6) 70g pomidor 40g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g galart rybny (3,4,6) 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 CZWARTEK 14.05.2026	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 paryżanka 350 ml (1,6,7,9) Pieczeń wieprzowa 100g (1,3) kasza gotowana 200g (1) sos pieczeniowy 80 ml (1,7) sałatka z buraka 100g Kompot 200 ml	Zupa paryżanka 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos szpinakowym 80ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa paryżanka 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos szpinakowym 80ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa paryżanka 350 ml (1,6,7,9) Pieczeń wieprzowa 100g (1,3) kasza gotowana 200g (1) sos pieczeniowy 80 ml (1,7) sałatka z buraka 100g Kompot 200 ml	Zupa paryżanka 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos szpinakowym 80ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek			Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
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 8 CZWARTEK 14.05.2026	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 paryżanka 350 ml (1,6,7,9) Pieczeń wieprzowa 100g (1,3) kasza gotowana 200g (1) sos pieczeniowy 80 ml (1,7) sałatka z buraka 100g Kompot 200 ml	Zupa paryżanka 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos szpinakowym 80ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml	Zupa paryżanka 350 ml (1,6,7,9) Schab gotowany 100g (1,7) ziemniaki gotowane 200g sos szpinakowym 80ml (1,7) buraczki gotowane 100g Kompot 200 ml
Podwieczorek	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
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 9 PIĄTEK 15.05.2026	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 topiony 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) 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 kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Paluszki rybne smażone 100g (1,3,4,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty kwaszonej 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Klops rybny gotowany 100g (1,3,4) ziemniaki gotowane 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Klops rybny gotowany 100g (1,3,4) ziemniaki gotowane 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Paluszki rybne smażone 100g (1,3,4,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty kwaszonej 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Klops rybny gotowany 100g (1,3,4) ziemniaki gotowane 200g 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 twarożek (7) 50g dżem 40g pomidor 30g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g twarożek (7) 50g dżem 40g pomidor 30g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g twarożek (7) 50g ogórek 40g pomidor 30g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g twarożek (7) 50g dżem 40g pomidor 30g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g twarożek (7) 50g 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 PIĄTEK 15.05.2026	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 kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Paluszki rybne smażone 100g (1,3,4,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty kwaszonej 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Klops rybny gotowany 100g (1,3,4) ziemniaki gotowane 200g marchewka gotowana 100g Kompot 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (1,6,7,9) Klops rybny gotowany 100g (1,3,4) ziemniaki gotowane 200g 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 twarożek (7) 50g dżem 40g pomidor 30g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g twarożek (7) 50g dżem 40g pomidor 30g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g twarożek (7) 50g 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 10 SOBOTA 16.05.2026	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 krem z białych warzyw 350 ml (1,6,7,9) Sos boloński 150 g (1,6,7,9) makaron gotowany 200g (1,3) Kompot 200 ml	Zupa krem z białych warzyw 350 ml (1,6,7,9) Shoarma drobiowa w sosie białym lekkim 150 g (1,7) ziemniaki gotowane 200g warzywa gotowane na parze 100g Kompot 200 ml	Zupa krem z białych warzyw 350 ml (1,6,7,9) Shoarma drobiowa w sosie białym lekkim 150 g (1,7) ziemniaki gotowane 200g warzywa gotowane na parze 100g Kompot 200 ml	Zupa krem z białych warzyw 350 ml (1,6,7,9) Sos boloński 150 g (1,6,7,9) makaron gotowany 200g (1,3) Kompot 200 ml	Zupa krem z białych warzyw 350 ml (1,6,7,9) Shoarma drobiowa w sosie białym lekkim 150 g (1,7) ziemniaki gotowane 200g 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 wędlina wieprzowa 40g pasztet wieprzowy 40g (1) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g pasta z sera białego 40g(7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g pasztet wieprzowy 40g (1) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb mieszany 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g pasztet wieprzowy 40g (1) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g pasta z sera białego 40g (7) pomidor 40g herbata 200 ml
Posiłek nocny			Chleb pełnoziarnisty 50g (1), masło 10g (7), ser żółty 30g (7)		

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

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Dzień 10 SOBOTA 16.05.2026	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 krem z białych warzyw 350 ml (1,6,7,9) Sos boloński 150 g (1,6,7,9) makaron gotowany 200g (1,3) Kompot 200 ml	Zupa krem z białych warzyw 350 ml (1,6,7,9) Shoarma drobiowa w sosie białym lekkim 150g (1,7) ziemniaki gotowane 200g warzywa gotowane na parze 100g Kompot 200 ml	Zupa krem z białych warzyw 350 ml (1,6,7,9) Shoarma drobiowa w sosie białym lekkim 150 g (1,7) ziemniaki gotowane 200g 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 wędlina wieprzowa 40g pasztet wieprzowy 40g (1) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb pszenny 150g (1), masło (7) 10g wędlina drobiowa 40g pasta z sera białego 40g (7) pomidor 40g herbata 200 ml	chleb pełnoziarnisty 150g (1), masło (7) 10g wędlina wieprzowa 40g 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.

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)	2238	2219	2290	2188	1999	2230	2236	2224	2122	2290
Białko (g)	93.97	86.41	98.44	103.07	99.41	101.96	81.85	96.24	81.54	101.66
Błonnik pokarmowy (g)	33.12	21.81	24.65	23.74	21.6	23.01	23.15	26.78	23.74	20.3
Sód (mg)	4779.12	4903.26	3942.5	3378.56	3934.23	3755.79	3500.39	3180.2	2989.24	3346.01
Tłuszcze (g)	64.94	79.55	80.16	63.98	59.55	76.33	75.89	72.7	69.63	74.42
Węglowodany (g)	333.62	300.5	307.52	312.55	279.2	295.3	318.07	311.29	304	313.26
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	32.89	40.45	39.25	28.3	31.54	32.94	42.47	30.93	30.93	35.35
Cukry (g)	33.2	22.3	26.44	39.12	15.95	15.33	22.85	23.69	32.29	17.38

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)	2086	2109	2187	2166	2056	2291	2099	2177	2214	2128
Białko (g)	94.88	94.47	99.8	92.86	82.39	107.13	105.93	97.58	90.07	100.35
Błonnik pokarmowy (g)	27.99	22.8	23.67	21.59	24.37	21.96	24	24.05	25.69	23.11
Sód (mg)	3804.67	2766.09	3589.76	2880.06	2593.04	3131.21	3094.72	2577.63	3251.76	3001.2
Tłuszcze (g)	54.62	63.37	71.95	63.83	67.52	82.76	53.6	71.77	73.2	64.34
Węglowodany (g)	315.96	300.28	298.38	317.12	294.75	289.35	310.97	299.12	314.68	297.68
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	36.83	34.31	35.65	32.16	36.21	41.29	28.41	31.58	32.18	30.69
Cukry (g)	41.25	27.74	29.38	49.6	31.71	29.66	35.14	35.72	47.82	27.88

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)	2461	2423	2454	2427	2344	2471	2331	2560	2499	2429
Białko (g)	111.16	103.32	105.36	96.98	94.77	101.8	110.29	103.04	96.29	112.83
Błonnik pokarmowy (g)	33.88	37.16	32.59	30.08	29.91	29.11	32.49	39.74	32.01	28.19
Sód (mg)	4661.02	3645.23	4439.7	3591.6	3410.89	4001.16	3941.06	3342.48	4098.71	4056.82
Tłuszcze (g)	84.08	83.91	88.55	78.13	88.53	87.44	72.38	92.56	97.13	87.14
Węglowodany (g)	312.27	318.92	309.44	332.33	291.9	314.94	308.52	338.79	311.76	294.1
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	44.31	46.89	45.57	40.76	48.57	46.02	39.42	45	45.42	42.73
Cukry (g)	47.4	31.23	47.51	79.67	38.11	68.37	47.91	58.29	53.72	35.14

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)	2495	2373	2334	2379	2276	2460	2414	2395	2373	2541
Białko (g)	117.19	106.28	105.76	109.36	102.55	106.66	87.25	99.56	96.44	116.56
Błonnik pokarmowy (g)	32.39	32.88	27.89	26.69	24.9	25.22	26.4	38.41	24.34	20.9
Sód (mg)	4752.52	3146.96	3627.91	3149.26	2824.78	3757.09	2978.59	3003.2	3127.24	3484.01
Tłuszcze (g)	72.47	72.53	73.23	63.92	73.49	76.72	81.16	62.97	78.93	83.72
Węglowodany (g)	356.9	343.12	327.5	354.96	314.8	347.85	346.19	384.16	330.25	339.51
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	38.01	39.28	35.91	28.13	39.72	33.1	45.74	24.45	35.95	40.37
Cukry (g)	50.44	33.49	47.76	78.14	40.42	62.29	47.99	56.99	49.14	34.23

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)	2313	2356	2414	2331	2269	2555	2302	2437	2465	2378
Białko (g)	118.46	104.49	108.29	98.3	94.79	124.33	108.53	101.4	104.97	115.25
Błonnik pokarmowy (g)	28.22	32.22	28.07	24.54	24.97	24.17	27.7	35.68	26.29	23.71
Sód (mg)	3762.07	2865.29	3644.96	2650.76	2701.04	3161.51	2942.85	2588.13	3389.76	3139.2
Tłuszcze (g)	57.19	69.5	76.29	63.77	74.92	83.85	62.54	72.59	82.5	73.64
Węglowodany (g)	342.64	347.9	338.99	354.03	318.65	336.4	339.86	370.24	340.93	323.93
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	31.67	37.93	37.15	31.99	40.03	41.61	32.92	31.76	37.2	35.71
Cukry (g)	59.37	41.58	56.1	83.12	46.21	71.12	59.42	67.47	64.67	44.73

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)	2489	2467	2508	2372	2305	2460	2428	2485	2373	2541
Białko (g)	108.87	96.43	106.48	107.11	116.9	106.66	89.99	100.06	96.44	116.56
Błonnik pokarmowy (g)	33.72	31.23	28.45	26.94	22.71	25.22	26.35	38.41	24.34	20.9
Sód (mg)	4917.12	5002.46	3993.7	3381.76	4192.28	3757.09	3593.59	3190.7	3127.24	3484.01
Tłuszcze (g)	74.24	85.68	84.4	64.62	70.39	76.72	82.23	73.52	78.93	83.72
Węglowodany (g)	359.87	348.12	346.08	353.91	313.48	347.85	344.48	382.41	330.25	339.51
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	37.91	44.07	40.73	28.36	37.25	33.1	46.13	31.11	35.95	40.37
Cukry (g)	50.05	36.14	51.76	76.64	35.32	62.29	45.42	55.44	49.14	34.23

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)	2337	2356	2414	2324	2269	2555	2292.	2437	2465	2378
Białko (g)	109.78	104.49	108.29	96.05	94.79	124.33	114.07	101.4	104.97	115.25
Błonnik pokarmowy (g)	28.59	32.22	28.07	24.79	24.97	24.17	27.2	35.68	26.29	23.71
Sód (mg)	3942.67	2865.29	3644.96	2883.26	2701.04	3161.51	3187.92	2588.13	3389.76	3139.2
Tłuszcze (g)	63.92	69.5	76.29	64.47	74.92	83.85	59.94	72.59	82.5	73.64
Węglowodany (g)	342.21	347.9	338.99	352.98	318.65	336.4	337.38	370.24	340.93	323.93
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	31.85	37.93	37.15	32.22	40.03	41.61	32.07	31.76	37.2	35.71
Cukry (g)	58.1	41.58	56.1	81.62	46.21	71.12	57.71	67.47	64.67	44.73

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

Składniki	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7	Dzień 8	Dzień 9	Dzień 10
Energia (kcal)	2461	2423	2454	2427	2344	2471	2331	2560	2499	2429
Białko (g)	111.16	103.32	105.36	96.98	94.77	101.8	110.29	103.04	96.29	112.83
Błonnik pokarmowy (g)	33.88	37.16	32.59	30.08	29.91	29.11	32.49	39.74	32.01	28.19
Sód (mg)	4661.02	3645.23	4439.7	3591.6	3410.89	4001.16	3941.06	3342.48	4098.71	4056.82
Tłuszcze (g)	84.08	83.91	88.55	78.13	88.53	87.44	72.38	92.56	97.13	87.14
Węglowodany (g)	312.27	318.92	309.44	332.33	291.9	314.94	308.52	338.79	311.76	294.1
Kwasy tłuszczowe nasycone (g)	44.31	46.89	45.57	40.76	48.57	46.02	39.42	45	45.42	42.73
Cukry (g)	47.4	31.23	47.51	79.67	38.11	68.37	47.91	58.29	53.72	35.14