

Jadłospis od dnia 20.11.2025r do dnia 26.11.2025r.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
CZWARTEK 20.11.2025 rok	Śniadanie	Zupa ml. z makaronem 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Serek „deliser” 17g (7) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z makaronem 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Serek „deliser” 17g (7) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z makaronem 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Serek „deliser” 17g (7) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Ciastko b/c 1szt. (1)
	Obiad	Zupa krupnik 350g (1,9) Sznycel mielony smażony z pieczarkami i cebulą 80g(1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z czerwonej kap. 100g (-) Kalafior got. 100g (1) Kompot 250g (-)	Zupa krupnik 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1,7) Ziemniaki 300g (1) Sur. z marchewki 100g (-) Kalafior got.100g (1) Kompot 250g (-)	Zupa krupnik 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1,7) Ziemniaki 300g (1) Sur. z marchewki 100g (-) Kalafior got.100g (1) Herbata owocowa 250g (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa krakowska 40g (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sał. z selera 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa krakowska 40g (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sał. z selera 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa krakowska 40g (-) Twarożek z rzodkiewką 50g (7) Sał. z selera 50g (3,9)
	PN	Jogurt nat. - 1szt. (7)	Jogurt nat. - 1szt. (7)	Jogurt nat. - 1szt. (7)
		E: 2433 kcal; B:92,82g;T:81,33g w tym kw.tł.nasy:32,04g; W:323,17g w tym cukry: 55,60g; Bł: 37,76g, sól:5,19g.	E: 2417 kcal; B:97,02g;T:73,41 gw tym kw.tł.nasy:38,12g; W:328,67g w tym cukry:52,03g; Bł: 29,38g, sól:5,24g.	E: 2474 kcal; B:93,78g;T:81,13g; kw.tł.nasy:37,78g; W:338,47g w tym cukry:38,62g;Bł: 46,60g, sól:5,26g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PIĄTEK 21.11.2025 rok	Śniadanie	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z koperkiem 50g (3) Serek „hochland” 22g (7) Sałata 10g (-) Papryka 50g (-)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z koperkiem 50g (3) Serek „hochland” 22 g (7) Sałata 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka z koperkiem 50g (3) Serek „hochland”22 g (7) Sałata 10g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Krakersy 1szt. (1)
	Obiad	Barszcz zabieleny 350g (1,7,9) Placki z ryby dusz. z warzywami (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Warzywa dusz. 100g (9) Sał. z ogórka kisz. 100g (-) Kompot 250g(-)	Barszcz zabieleny 350g (1,7,9) Placki z ryby dusz. z warzywami (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Warzywa dusz. 100g (9) Brokuł got. 100g (1) Kompot 250g(-)	Barszcz zabieleny 350g (1,7,9) Placki z ryby dusz. z warzywami (1,3,4) Ziemniaki 300g (-) Warzywa dusz. 100g (9) Brokuł got. 100g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro- smak” 1szt. (7) Sał. z makaronu z pieczarkami i papryką 50g (1,3)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro- smak” 1szt. (7) Sał. z makaronu z pieczarkami i papryką 50g (1,3)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro- smak” 1szt. (7) Sał. z makaronu z pieczarkami i papryką 50g (1,3)
	PN	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)	Baton owocowy b/c - 1szt. (-)
		E: 2603 kcal; B:72,78g;T:109,66g w tym kw.tł.nasy:55,31g; W:318,73g w tym cukry: 52,68g; Bł: 37,42g, sól:8,59g.	E: 2664 kcal; B:109,26g;T:80,11g w tym kw.tł.nasy:55,30g; W:324,29g w tym cukry: 30,51g; Bł: 30,51g, sól:4,91g.	E: 2754 kcal; B:76,33g;T:120,17g w tym kw.tł.nasy:53,95g; W:331,37g w tym cukry: 42,56g; Bł: 46,83g, sól:4,93g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
SOBOTA 22.11.2025 rok	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Mix sałat z pestkami dyni , słonecznika, orzechów i papryki 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Mix sałat z pestkami dyni , słonecznika, orzechów i papryki 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Mix sałat z pestkami dyni , słonecznika, orzechów i papryki 50g (-)
	IIŚ			Kefir 1szt. (7)
	Obiad	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Gulasz węgierski duszony (1) Kasza j. 300g (1) Sur. z białej kap. 150g (-) Kompot 250g(-) Jabłko 1szt. (-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Gulasz wieprzowy got. z jarzynami 250g (1,9) Kasza j. 300g (1) Sałatka z buraczków 150g (-) Kompot 250g(-) Jabłko 1szt. (-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Gulasz wieprzowy got. z jarzynami 250g (1,9) Kasza j. 300g (1) Sałatka z buraczków 150g (-) Herbata owocowa 250g(-) Jabłko 1szt. (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Ser żółty 40g (7) Pasta z twarogu i tuńczyka 50g (4,7) Sał. z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g(7) Filet z indyka 40g (-) Pasta z twarogu i tuńczyka 50g (4,7) Sał. z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g(7) Filet z indyka 40g (-) Pasta z twarogu i tuńczyka 50g (4,7) Sał. z kalafiora 50g (3,9)
	PN	Mus owocowy b/c 1szt. (-)	Mus owocowy b/c 1szt. (-)	Mus owocowy b/c 1szt. (-)
		E: 2358 kcal; B:75,53g;T:88,95g w tym kw.tł.nasy:41,77g; W:304,30 g w tym cukry: 54,38g; Bł: 40,32g, sól:4,21g.	E: 2243 kcal; B:75,77g;T:73,69g w tym kw.tł.nasy:35,58g; W:305,45g w tym cukry: 43,92g; Bł: 29,80g, sól:3,55g.	E: 2191 kcal; B:75,28g;T:78,41g w tym kw.tł.nasy:37,93g; W:289,67g w tym cukry: 38,71 g; Bł: 44,92g, sól:3,86g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
NIEDZIELA 23.11.2025 rok	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Jajko got. 1szt. (3) Paszтет drobiowy 60g (1) Pomidor 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Paszтет drobiowy 60g (1) Pomidor 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Paszтет drobiowy 60g (1) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Pieczywo chrupkie (1)
	Obiad	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Kotlet schabowy smażony 80g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Kapusta kiszona got. 150g (-) Kompot 250g(-)	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Rolada ze schabu z warzywami dusz.80g (1,9) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa pomid. z makaronem 350g (1,9) Rolada ze schabu z warzywami dusz.80g (1,9) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Fasolka szp. got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. szynkowa z piersi kurczaka 40g (-) Ser topiony 50g (7) Sał. z brokuła z fetą i słonecznikiem 50g (3,7)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. szynkowa z piersi kurczaka 40g (-) Ser topiony 50g (7) Sał. z brokuła z fetą i słonecznikiem 50g (3,7)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. szynkowa z piersi kurczaka 40g (-) Ser topiony 50g (7) Sał. z brokuła z fetą i słonecznikiem 50g (3,7)
	PN	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)
		E: 2211 kcal; B:80,96g;T:82,34g w tym kw.tł.nasy:35,20g; W:278,20g w tym cukry: 42,01g; Bł: 31,86 g, sól:5,81g.	E: 2146 kcal; B:87,97 g;T:72,67gw tym kw.tł.nasy:34,13 g; W:272,45g w tym cukry: 42,50 g; Bł: 21,66 g, sól:5,63 g.	E: 2071 kcal; B:82,66g;T:73,66gw tym kw.tł.nasy:34,13g; W:264,51g w tym cukry: 29,09g; Bł: 40,29 g, sól:5,65g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PONIEDZIAŁEK 24.11.2025 rok	Śniadanie	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g Kiełbasa śląska cienka drobiowa 2szt. (-) Serek „hochland” 22g (7) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g Kiełbasa śląska cienka drobiowa 2szt. (-) Serek „hochland” 22g (7) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa śląska cienka drobiowa 2szt. (-) Serek „hochland” 22g (7) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Mus owocowy b/c 1szt. (-)
	Obiad	Zupa gulaszowa 350g (1,9) Twaróg z koperkiem 100g (7) Ziemniaki 300g (-) Kompot 250g(-) Banan 1szt. (-)	Krupnik ryżowy 350g (9) Twaróg z koperkiem 100g (7) Ziemniaki 300g (-) Kompot 250g(-) Banan 1szt. (-)	Krupnik ryżowy 350g (9) Twaróg z koperkiem 100g (7) Ziemniaki 300g (-) Herbata owocowa 250g(-) Pomarańcza 1szt. (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z wędliny z ogórkiem kon. 50g (3,10) Serek „gouda” 17g (7) Sałatka jarzynowa 50 g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z wędliny z ogórkiem kon. 50g (3,10) Serek „gouda” 17g (7) Sałatka jarzynowa 50 g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z wędliny z ogórkiem kon. 50g (3,10) Serek „gouda” 17g (7) Sałatka jarzynowa 50 g (3,9)
	PN	Deser mleczny 1szt. (7)	Deser mleczny 1szt. (7)	Jogurt nat. 1szt. (7)
		E: 2451 kcal; B:74,78g;T:89,10 g w tym kw.tł.nasy: 34,09g; W:325,32 g w tym cukry: 64,56g; Bł: 30,62g, sól:4,85g.	E: 2467 kcal; B:68,55;T:85,56g w tym kw.tł.nasy:32,93g; W:338,52 g w tym cukry: 55,51g; Bł: 21,71g, sól:4,87g.	E: 2200 kcal; B:66,94g;T:73,18g w tym kw.tł.nasy:35,18g; W:308,89g w tym cukry: 43,12g; Bł: 38,71g, sól:5,22 g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
WTOREK 25.11.2025 rok	Śniadanie	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Dżem 25g (-) Sałata 10g (-) Gruszka 1szt. (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Dżem 25g (-) Sałata 10g (-) Gruszka 1szt. (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Szynka got. 40g (-) Sałata 10g (-) Gruszka 1szt. (-)
	IIŚ			Ciastko b/c 1szt. (1)
	Obiad	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Kotlet z jajka dusz. 80g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z marchewki i ananasa 100g (-) Kalafior got. 100g (1) Kompot 250g(-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Kotlet z jajka dusz. 80g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z marchewki i ananasa 100g (-) Kalafior got. 100g (1) Kompot 250g(-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Kotlet z jajka dusz. 80g (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z marchewki 100g (-) Kalafior got. 100g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pieczeń wieprzowa 40g (-) Pasta z fasoli i pora 50g (-) Ogórek kon.50g (10)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Galaretka z kurczaka 150g (9) Pomidor 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Galaretka z kurczaka 150g (9) Pomidor 50g (-)
	PN	Baton twarogowy 1szt. (7)	Baton twarogowy 1szt. (7)	Baton owocowy b/c 1szt. (-)
		E: 2433 kcal; B:78,57g;T:71,93g w tym kw.tł.nasy:34,03g; W:334,65g w tym cukry: 67,08g; Bł: 38,80g, sól:4,39g.	E: 2535 kcal; B:118,97 g;T:77,84g w tym kw.tł.nasy:35,37g; W:327,07g w tym cukry: 64,87g; Bł: 29,40 g, sól:4,87g.	E: 2597 kcal; B:116,67g;T:89,52 g w tym kw.tł.nasy:35,65g; W:325,86g w tym cukry: 42,95g; Bł: 47,91g, sól:5,53g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
ŚRODA 26.11.2025 rok	Śniadanie	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka cienka 1szt. (-) Ser smażony 50g (7) Sałata 10g (-) Pomidor 1szt. (-)	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 20g (7) Parówka cienka 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Sałata 10g (-) Pomidor 1szt. (-)	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka cienka 1szt. (-) Ser topiony 50g (7) Sałata 10g (-) Pomidor 1szt. (-)
	IIŚ			Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)
	Obiad	Rosół z makaronem 350g (1,9) Udko z kurczaka pieczone 1szt. (-) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z włoskiej kap.100g (3) Buraczki got. 100g (-) Kompot 250g(-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Udko z kurczaka got. 1szt. (-) Sos potrawkowy 150g (1,3,7) Ziemniaki 300g (-) Sur. z włoskiej kap.100g (3) Buraczki got. 100g (-) Kompot 250g(-)	Rosół z makaronem 350g (1,9) Udko z kurczaka got. 1szt. (-) Sos potrawkowy 150g (1,3,7) Ziemniaki 300g (-) Sur. z włoskiej kap.100g (3) Buraczki got. 100g (-) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Makreła w oleju 100g (4) Sał. z ryżu i warzyw 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Humus 1szt. (11) Sał. z ryżu i warzyw 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Humus 1szt. (11) Sał. z ryżu i warzyw 50g (3,9)
	PN	Kefir - 1szt. (7)	Kefir - 1szt. (7)	Kefir - 1szt. (7)
		E: 2884 kcal; B:103,40 g;T:125,24g w tym kw.tł.nasy:40,10g; W:302,64g w tym cukry: 45,92 g; Bł: 30,39g, sól:4,07g.	E: 2825 kcal; B:103,39 T:110,11g w tym kw.tł.nasy:44,72g; W:303,49g w tym cukry: 44,26g; Bł: 28,43g, sól:6,00g.	E: 2724 kcal; B:98,65 g;T:111,70 g w tym kw.tł.nasy:44,75g; W:298,88g w tym cukry: 38,59 g; Bł: 44,75g, sól:6,02g.

OZNACZENIA ALERGENÓW POKARMOWYCH

Gluten (1)

Jaja i produkty pochodne (3)

Ryby i produkty pochodne (4)

Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) (7)

Orzechy (8)

Seler i produkty pochodne (9)

Gorczyca i produkty pochodne (10)

Sezam (11)

Opracował:
Izabela Cegiela – Kier.działu żywienia