

Jadlospis od dnia 28.08.2025r do dnia 03.09.2025r.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
CZWARTEK 28.08.2025 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) Kiełbasa biała cienka 1szt.(-) Ser topiony 50g (7) Sałata 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt.(-) Ser topiony 50g (7) Sałata 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z kaszką p. 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Kiełbasa biała cienka 1szt.(-) Ser topiony 50g (7) Sałata 10g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Serek „homogenizowany” 1szt. (7)
	Obiad	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Kurczak po chińsku 250g (1) Ryż 300g (-) Sał. z buraczków 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Kurczak po chińsku 250g (1) Ryż 300g (-) Sał. z buraczków 150g (-) Kompot 250g (-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Kurczak po chińsku 250g (1) Ryż 300g (-) Sał. z buraczków 150g (-) Herbata owocowa 250g (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa krakowska 40g (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałatka z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa krakowska 40g (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałatka z kalafiora 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa krakowska 40g (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Sałatka z kalafiora 50g (3,9)
	PN	Baton owocowy b/c 1szt. (-)	Baton owocowy b/c 1szt. (-)	Baton owocowy b/c 1szt. (-)
		E: 2523 kcal; B:78,72g;T:97,85g w tym kw.tł.nasy:42,99g; W:310,27g w tym cukry: 41,96g; Bł: 33,19g, sól:5,30g.	E: 2571 kcal; B:84,25g;T:97,30gw tym kw.tł.nasy:42,98g; W:313,78g w tym cukry:39,80g; Bł: 24,68g, sól:5,35g.	E: 2533 kcal; B:84,56g;T:105,02g; kw.tł.nasy:49,49g; W:293,78g w tym cukry:29,39g;Bł: 39,80g, sól:5,37g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PIĄTEK 29.08.2025 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) Twarożek z koperkiem 50g (7) Ser żółty 40g (7) Sałata lodowa 10g (-) śliwki (-)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Twarożek z koperkiem 50g (7) Pasta z tuńczyka i warzyw 50g (4,9) Sałata lodowa 10g (-) śliwki (-)	Zupa ml. z ryżem 300g (7) Kawa zb. z ml.250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Twarożek z koperkiem 50g (7) Pasta z tuńczyka i warzyw 50g (4,9) Sałata lodowa 10g (-) śliwki (-)
	IIŚ			Biskopity b/c (1)
	Obiad	Zupa z białych warzyw 350g (1,9) Kotlet z jajka duszony 80 (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z czerwonej kap.100g (-) Fasolka szp. got.100g (1) Kompot 250g(-)	Zupa z białych warzyw 350g (1,9) Kotlet z jajka duszony 80 (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z marchewki 100g (-) Fasolka szp. got.100g (1) Kompot 250g(-)	Zupa z białych warzyw 350g (1,9) Kotlet z jajka duszony 80 (1,3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z marchewki 100g (-) Fasolka szp. got.100g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Makrela w oleju 100g (4) Serek „hochland” 22g (7) Ogórek kiszony 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Galaretka z ryby 150g (3,4,9) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Galaretka z ryby 150g (3,4,9) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor 50g (-)
	PN	Jogurt nat. 1szt. (7)	Jogurt nat.1szt. (7)	Jogurt nat.1szt. (7)
		E: 2512 kcal; B:74,70g;T:116,96g w tym kw.tł.nasy:34,78g; W:277,87g w tym cukry: 62,23g; Bł: 25,48g, sól:4,98g.	E: 2179 kcal; B:90,12g;T:68,41g w tym kw.tł.nasy:32,17g; W:284,18g w tym cukry: 60,42g; Bł: 25,98g, sól:4,29g.	E: 2215 kcal; B:88,33g;T:71,38g w tym kw.tł.nasy:33,01g; W:294,98g w tym cukry: 47,01g; Bł: 42,05g, sól:4,37g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
SOBOTA 30.08.2025 rok	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Filet z indyka 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Ogórek ziel. 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Filet z indyka 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Pomidor 50g (-)	Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Filet z indyka 40g (-) Jajko got. 1szt. (3) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Krakersy 1szt. (1)
	Obiad	Zupa pomid. z ryżem 350g (1,7,9) Kiełbasa smażona z ceb. 1szt. (-) Ziemniaki 300g (-) Kap. kisz. got. 150g (-) Kompot 250g(-) Brzoskwinia 1szt. (-)	Zupa pomid. z ryżem 350g (1,7,9) Rolada z schabu z warzyw. dusz. 80g (9) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Kalafior got. 150g (1) Kompot 250g(-) Brzoskwinia 1szt. (-)	Zupa pomid. z ryżem 350g (1,7,9) Rolada z schabu z warzyw. dusz. 80g (9) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Kalafior got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-) Brzoskwinia 1szt. (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro-smak” 1szt. (7) Sał. z makaronu z brokułem, papryką i kieł. cienką 50g (1,3)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g(7) Serek „fro-smak” 1szt. (7) Sał. z makaronu z brokułem, papryką i kieł. cienką 50g (1,3)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g(7) Serek „fro-smak” 1szt. (7) Sał. z makaronu z brokułem, papryką i kieł. cienką 50g (1,3)
	PN	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)
		E: 2139 kcal; B:80,87g;T:85,76g w tym kw.tł.nasy:44,99g; W:277,18g w tym cukry: 56,20g; Bł: 31,77g, sól:5,99g.	E: 2196 kcal; B:83,84g;T:84,19g w tym kw.tł.nasy:44,69g; W:266,43g w tym cukry: 42,27g; Bł: 21,96g, sól:4,05g.	E: 2239 kcal; B:84,26g;T:91,10g w tym kw.tł.nasy:44,70g; W:288,21g w tym cukry: 47,61g; Bł: 38,28g, sól:4,41g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
NIEDZIELA 31.08.2025 rok	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Parówka cienka 1szt. (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Sał. wegetariańska 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka cienka 1szt. (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Sał. wegetariańska 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka cienka 1szt. (-) Paszтет drobiowy 60g (1) Sał. wegetariańska 50g (-)
	IIŚ			Ser żółty 50g (7)
	Obiad	Zupa koperkowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Udko pieczone 1szt. (-) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z warzyw 150g (7,9) Kompot 250g(-) Jabłko 1szt. (-)	Zupa koperkowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Udko gotowane 1szt. (-) Sos potrawkowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z warzyw 150g (7,9) Kompot 250g(-) Jabłko 1szt. (-)	Zupa koperkowa z l. ciastem 350g (1,3,9) Udko gotowane 1szt. (-) Sos potrawkowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z warzyw 150g (7,9) Herbata owocowa 250g(-) Jabłko 1szt. (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. szynkowa 40g (-) Ser topiony 50g (7) Sałatka gyros 50g (3,10)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. szynkowa 40g (-) Ser topiony 50g (7) Sałatka gyros 50g (3,10)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kieł. szynkowa 40g (-) Ser topiony 50g (7) Sałatka gyros 50g (3,10)
	PN	Baton twarogowy 1szt. (7)	Baton twarogowy 1szt. (7)	Baton owocowy b/c 1szt. (-)
		E: 2542 kcal; B:102,83g;T:99,97g w tym kw.tł.nasy:45,38g; W:299,05g w tym cukry: 60,72g; Bł: 37,58 g, sól:6,68g.	E: 2590 kcal; B:108,36 g;T:99,42gw tym kw.tł.nasy:45,37 g; W:302,56g w tym cukry: 58,56 g; Bł: 29,07 g, sól:6,73 g.	E: 2593 kcal; B:107,92g;T:113,99gw tym kw.tł.nasy:51,10g; W:275,58g w tym cukry: 45,71g; Bł: 41,43 g, sól:6,71g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PONIEDZIAŁEK 01.09.2025 rok	Śniadanie	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g Serek „homogenizowany 1szt. (7) Miód 1szt. (-) Sałata 10g (-) Papryka 50g (-)	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g Serek „homogenizowany 1szt. (7) Miód 1szt. (-) Sałata 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „homogenizowany 1szt. (7) Szynka got. 40g (-) Sałata 10g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Ciastko b/ c 1szt. (1)
	Obiad	Zupa pieczarkowa 350g (1,7,9) Pieczeń rzymska 80g (1,3) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Mizeria 100g (7) Marchewka mini got. 100g (1) Kompot 250g(-)	Zupa pieczarkowa 350g (1,7,9) Pulpet wieprz. got. 80g (1,3) Sos ziołowy 150g (1,7) Ziemniaki 300g (-) Sur. z selera 100g (9) Marchewka mini got. 100g (1) Kompot 250g(-)	Zupa pieczarkowa 350g (1,7,9) Pulpet wieprz. got. 80g (1,3) Sos ziołowy 150g (1,7) Ziemniaki 300g (-) Sur. z selera 100g (9) Marchewka mini got. 100g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Paprykarz szczeciński 100g (4) Jajko got. 1szt. (3) Sał. z cieciorke i ogórka 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Paprykarz warzywny 1szt. (6) Jajko got. 1szt. (3) Sał. z cieciorke i ogórka 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Paprykarz warzywny 1szt. (6) Jajko got. 1szt. (3) Sał. z cieciorke i ogórka 50g (3)
	PN	Mus owocowy b/c 1szt. (-)	Mus owocowy b/c 1szt. (-)	Mus owocowy b/c 1szt. (-)
		E: 2279 kcal; B:80,77g;T:77,62 g w tym kw.tł.nasy: 58,69g; W:301,59 g w tym cukry: 43,00g; Bł: 30,90g, sól:4,92g.	E: 2351 kcal; B:80,38;T:77,23g w tym kw.tł.nasy:56,73g; W:318,45 g w tym cukry: 43,53g; Bł: 27,26g, sól:3,70g.	E: 2375 kcal; B:86,23g;T:84,65g w tym kw.tł.nasy:57,39g; W:312,25g w tym cukry: 30,37g; Bł: 44,53g, sól:4,41 g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
WTOREK 02.09.2025 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) Szynka kon. 40g (-) Serek „deliser” 17g (7) Sałata lodowa 10g (-) Gruszka 1szt. (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka kon. 40g (-) Serek „deliser” 17g (7) Sałata lodowa 10g (-) Gruszka 1szt. (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka kon. 40g (-) Serek „deliser” 17g (7) Sałata lodowa 10g (-) Gruszka 1szt. (-)
	IIŚ			Jogurt nat. 1szt. (7)
	Obiad	Zupa fasolowa 350g (9) Twaróg z szczypiorkiem 100g (7) Ziemniaki 300g (-) Kompot 250g(-) Ciastko - „muszelka”	Barszcz zabieleny 350g (1,7,9) Twaróg z szczypiorkiem 100g (7) Ziemniaki 300g (-) Kompot 250g(-) Ciastko - „muszelka”	Barszcz zabieleny 350g (1,7,9) Twaróg z szczypiorkiem 100g (7) Ziemniaki 300g (-) Herbata owocowa 250g(-) Kisiel b/c 150g (-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka ex. 1szt. (-) z keczupem 30g (-) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka ex. 1szt. (-) z keczupem 30g (-) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka ex. 1szt. (-) z musztardą 30g (10) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)
	PN	Deser mleczny – kaszka z owocami 1szt. (7)	Deser mleczny – kaszka z owocami 1szt. (7)	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)
		E: 2835 kcal; B:84,74g;T:92,90g w tym kw.tł.nasy:41,98g; W:391,02g w tym cukry: 80,93g; Bł: 38,44g, sól:4,00g.	E: 2350 kcal; B:93,02 g;T:71,96g w tym kw.tł.nasy:35,72g; W:319,13g w tym cukry: 49,80g; Bł: 33,24 g, sól:5,12g.	E: 2177 kcal; B:73,04g;T:77,55 g w tym kw.tł.nasy:35,258g; W:287,43g w tym cukry: 59,51g; Bł: 37,05g, sól:4,30g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
ŚRODA 03.09.2025 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) Pasta z jajka 50g (3) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Sałata 10g (-) Ogórek ziel. 50g (-)	Zupa ml. z makaronem 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka 50g (3) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Sałata 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) Pasta z jajka 50g (3) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Sałata 10g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Baton owocowy b/c 1szt. (-)
	Obiad	Zupa meksykańska 350g (1,9) Leczo warzywne 250g (1,9) Kasza j. 300g (1) Sur. z pekińskiej kap.150g (3) Kompot 250g(-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Leczo warzywne 250g (1,9) Kasza j. 300g (1) Sur. z pekińskiej kap.150g (3) Kompot 250g(-)	Zupa ziemniaczana 350g (9) Leczo warzywne 250g (1,9) Kasza j. 300g (1) Sur. z pekińskiej kap.150g (3) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Ser żółty 40g (7) Sał. z selera 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Galaretka kurczaka 150g (9) Sał. z selera 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Polędwica sopocka 40g (-) Galaretka kurczaka 150g (9) Sał. z selera 50g (3,9)
	PN	Kefir 1szt. (7)	Kefir 1szt. (7)	Kefir 1szt. (7)
		E: 2489 kcal; B:90,35 g;T:95,30g w tym kw.tł.nasy:39,10g; W:310,12g w tym cukry: 53,16 g; Bł: 37,60g, sól:4,34g.	E: 2696 kcal; B:109,26 T:96,97g w tym kw.tł.nasy:37,30g; W:335,77g w tym cukry: 50,96g; Bł: 30,69g, sól:4,74g.	E: 2688 kcal; B:106,52 g;T:104,24 g w tym kw.tł.nasy:37,15g; W:325,94g w tym cukry: 37,55 g; Bł: 48,65g, sól:4,78g.

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

Alicja Kędzierska – Starszy dietetyk