

Jadłospis od dnia 13.11.2025r do dnia 19.11.2025r.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
CZWARTEK 13.11.2025 rok	Śniadanie	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Wędlina drobiowa 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Papryka 50g (-) Kiwi 1szt. (-)	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Wędlina drobiowa 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor 50g (-) Kiwi 1szt. (-)	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g(7) Wędlina drobiowa 40g (-) Serek „hochland” 22g (7) Pomidor 50g (-) Kiwi 1szt. (-)
	IIŚ			Kefir 1szt. (7)
	Obiad	Barszcz z makaronem 350g (1,7,9) Leczo warzywne z kielbasą 250g (1,9) Ziemniaki 300g (-) Sur. z selera i orzechów z jabłkiem 150g (7,8,9) Kompot 250g	Barszcz z makaronem 350g (1,7,9) Leczo warzywne z kielbasą 250g (1,9) Ziemniaki 300g (-) Sur. z selera i orzechów z jabłkiem 150g (7,8,9) Kompot 250g	Barszcz z makaronem 350g (1,7,9) Leczo warzywne z kielbasą 250g (1,9) Ziemniaki 300g (-) Sur. z selera i orzechów z jabłkiem 150g (7,8,9) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Pasta z soczewicy z słonecznikiem 50g (-) Sałatka z ryżu i warzyw 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Pasta z soczewicy z słonecznikiem 50g (-) Sałatka z ryżu i warzyw 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa biała cienka 1szt. (-) Pasta z soczewicy z słonecznikiem 50g (-) Sałatka z ryżu i warzyw 50g (3,9)
	PN	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)
		E: 2321 kcal; B:74,89 g;T:73,10g w tym kw.tł.nasy:33,94g; W:333,58g w tym cukry: 71,00g; Bł: 46,32g, sól:5,63g.	E: 2363 kcal; B:80,31 g;T:74,40gw tym kw.tł.nasy:33,91g; W:335,84 g w tym cukry: 68,04 g; Bł: 37,41g, sól:5,69g.	E: 2311 kcal; B:79,82 g;T:77,12gw tym kw.tł.nasy:36,26 g; W:320,64g w tym cukry: 55,83g; Bł: 52,53g, sól:5,90g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PIĄTEK 14.11.2025 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) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Powidła 30g (-) Sałata lodowa10g (-) 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) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Powidła 30g (-) Sałata lodowa10g (-) 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) Serek „homogenizowany” 1szt. (7) Ser żółty 40g (7) Sałata lodowa10g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Krakersy 1szt. (1)
	Obiad	Zupa kalafiorowa 300g (1,9) Filet z ryby duszony 80g (1,3,4,7) Ziemniaki 300g (-) Marchewka z groszkiem got. 100g (1) Surówka z kiszonej kapusty 100g (-) Kompot 250g(-)	Zupa kalafiorowa 300g (1,9) Filet z ryby duszony 80g (1,3,4,7) Ziemniaki 300g (-) Marchewka z groszkiem got. 100g (1) Szpinak duszony 100g (1,7) Kompot 250g (-)	Zupa kalafiorowa 300g (1,9) Filet z ryby duszony 80g (1,3,4,7) Ziemniaki 300g (-) Marchewka z groszkiem got. 100g (1) Szpinak duszony 100g (1,7) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Ser żółty 40g (7) Sałatka z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Galaretka warzywna 150g (3,9) Sałatka z brokuła 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Jajko got. 1szt. (3) Galaretka warzywna 150g (3,9) Sałatka z brokuła 50g (3,9)
	PN	Deser mleczny – ryż z owocem 1szt. (7)	Deser mleczny – ryż z owocem 1szt. (7)	Baton owocowy b/c 1szt. (-)
		E: 2336 kcal; B:85,69g;T:71,60 g w tym kw.tł.nasy:40,92g; W:326,51g w tym cukry: 52,04g; Bł: 34,98 g, sól:4,08g.	E: 2322 kcal; B:90,46g;T:63,33 gw tym kw.tł.nasy:35,64g; W:333,81 g w tym cukry: 52,28g; Bł: 27,56 g, sól:4,33g.	E: 2463 kcal; B:97,70 g;T:85,25 gw tym kw.tł.nasy:41,64g; W:316,48g w tym cukry: 31,18g; Bł: 46,18 g, sól:4,03 g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
SOBOTA 15.11.2025 rok	Śniadanie	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa szynkowa 40g (-) Ser topiony 50g (7) Sałata 10g (-) Jabłko 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa szynkowa 40g (-) Ser topiony 50g (7) Sałata 10g (-) Jabłko 1szt. (-)	Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Kiełbasa szynkowa 40g (-) Ser topiony 50g (7) Sałata 10g (-) Jabłko 1szt. (-)
	IIŚ			Ciastko b/ c 1szt. (1)
	Obiad	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Sos boloński 250g (1) Makaron 300g (1) Fasolka szp. got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1) Makaron 300g (1) Fasolka szp. got.150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa pieczarkowa 350g (1,9) Pulpet wieprzowy got. 80g (1,3) Sos pomidorowy 150g (1) Makaron 300g (1) Fasolka szp. got.150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Byczki w pomidorach 100g (4) Twarożek z koperkiem 50g (7) Sałatka ziemniaczana 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Filet z indyka 40g (-) Twarożek z koperkiem 50g (7) Sałatka ziemniaczana 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Filet z indyka 40g (-) Twarożek z koperkiem 50g (7) Sałatka ziemniaczana 50g (3,9)
	PN	Mus owocowy b/c 1szt. (-)	Mus owocowy b/c 1szt. (-)	Mus owocowy b/c 1szt. (-)
		E: 2419 kcal; B:70,03g;T:72,50 g w tym kw.tł.nasy:34,29g; W:314,26 g w tym cukry: 40,25g; Bł: 35,82 g, sól:5,44 g.	E: 2320 kcal; B:75,50 g;T:69,70 gw tym kw.tł.nasy:37,83 g; W:340,50g w tym cukry: 45,00 g; Bł: 38,85 g, sól:3,78g.	E: 2404 kcal; B:72,47 g;T:77,58 g w tym kw.tł.nasy: 38,68 g; W:350,56 g w tym cukry: 40,45g; Bł: 40,17g, sól:3,80g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
NIEDZIELA 16.11.2025 rok	Śniadanie	Kakao 250g (7) Chleb psz.żytni i chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka cienka 1szt. (-) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Pomidor 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka cienka 1szt. (-) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Pomidor 50g (-)	Kakao 250g (7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka cienka 1szt. (-) Paszтетowa drobiowa 40g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Jogurt nat. 1szt. (7)
	Obiad	Zupa pomid. z l. ciastem 350g (1,3,9) Filet z kurczaka dusz. 80g (-) W sosie ziołowym 150g (1) Ryż 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Kompot 250g (-)	Zupa pomid. z l. ciastem 350g (1,3,9) Filet z kurczaka dusz. 80g (-) W sosie ziołowym 150g (1) Ryż 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Kompot 250g(-)	Zupa pomid. z l. ciastem 350g (1,3,9) Filet z kurczaka dusz. 80g (-) W sosie ziołowym 150g (1) Ryż 300g (-) Bukiet z warzyw got. 150g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka i tuńczyka 50g (3,4) Szynka biała 40g (-) Sał. z ciecioriki i ogórka 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka i tuńczyka 50g (3,4) Szynka biała 40g (-) Sał. z ciecioriki i ogórka 50g (3)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z jajka i tuńczyka 50g (3,4) Szynka biała 40g (-) Sał. z ciecioriki i ogórka 50g (3)
	PN	Baton owocowy b/c 1szt. (-)	Baton owocowy b/c 1szt. (-)	Baton owocowy b/c 1szt. (-)
		E: 2581kcal; B:85,00g;T:85,74g w tym kw.tł.nasy:47,20g; W: 283,80 g w tym cukry: 45,09g; Bł: 28,96g, sól:5,31g.	E: 2685 kcal; B:83,10g;T:81,03g w tym kw.tł.nasy:42,19g; W: 295,76 g w tym cukry: 48,31g; Bł: 25,66g, sól:4,86g.	E: 2570kcal; B:81,17g;T:87,84 g w tym kw.tł.nasy:45,31g; W: 280,20g w tym cukry: 35,20 g; Bł: 24,90g, sól:4,88g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
PONIEDZIAŁEK 17.11.2025 r	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) Paszтет drobiowy 60g (1) Serek „hochland” 22g (7) Sałata (-) Gruszka 1szt. (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Paszтет drobiowy 60g (1) Serek „hochland” 22g (7) Sałata (-) Gruszka 1szt. (-)	Zupa ml. budyniowa 300g (7) Kawa zb. z ml. 250g(1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Paszтет drobiowy 60g (1) Serek „hochland” 22g (7) Sałata (-) Gruszka 1szt. (-)
	IIŚ			Wędlina 50g (-)
	Obiad	Zupa brokułowa 350g (1,9) Pieczeń z karkówki 80g (-) Sos pieczeniowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sałatka z buraczków 100g (-) Kalafior got.100g (1) Kompot 250g (-)	Zupa brokułowa 350g (1,9) Bitka schabowa duszona 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sałatka z buraczków 100g (-) Kalafior got.100g (1) Kompot 250g (-)	Zupa brokułowa 350g (1,9) Bitka schabowa duszona 80g (-) W sosie własnym 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sałatka z buraczków 100g (-) Kalafior 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) Sałatka gyros 50g (3,10)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro- smak” 1szt. (7) Sałatka gyros 50g (3,10)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „fro- smak” 1szt. (7) Sałatka gyros 50g (3,10)
	PN	Baton twarogowy 1szt. (7)	Baton twarogowy 1szt. (7)	Kefir 1szt. (7)
		E: 2616 kcal; B:88,01g;T:90,80 g w tym kw.tł.nasy:45,60g; W: 345,00g w tym cukry: 47,20g; Bł: 36,72g, sól:4,83g.	E: 2472 kcal; B:94,94g;T:71,68g w tym kw.tł.nasy:36,00g; W: 363,20 g w tym cukry: 45,95 g; Bł: 35,20g, sól:4,80g.	E: 2436 kcal; B:97,20g;T:76,32 g w tym kw.tł.nasy:38,20 g; W: 305,52g w tym cukry: 45,48g; Bł: 36,31g, sól:4,79g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
WTOREK 18.11.2025rok	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(7) Pasta z kurczaka i warzyw 50g (3,9) Serek „gouda” 17g (7) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)	Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (1,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 50g (3,9) Serek „gouda” 17g (7) Sałata lodowa 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) Pasta z kurczaka i warzyw 50g (3,9) Serek „gouda” 17g (7) Sałata lodowa 10g (-) Pomidor 50g (-)
	IIŚ			Pieczywo chrupkie (1)
	Obiad	Zupa fasolowa 350g (9) Jajko sadzone 1szt. (3) Ziemniaki 300g (-) Sur. z włoskiej kap.150g (3) Marchewka mini got. 100g (1) Kompot 250g (-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Jajko got. 1szt. (3) Sos koperkowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z włoskiej kap.150g (3) Marchewka mini got. 100g (1) Kompot 250g (-)	Zupa jarzynowa 350g (1,9) Jajko got. 1szt. (3) Sos koperkowy 150g (1) Ziemniaki 300g (-) Sur. z włoskiej kap.150g (3) Marchewka mini got. 100g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka 1szt. (-) z musztardą 30g (10) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka 1szt. (-) z keczupem 30g (-) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Parówka 1szt. (-) z musztardą 30g (10) Sałatka jarzynowa 50g (3,9)
	PN	Deser mleczny – kaszka z owocem 1szt. (1,7)	Deser mleczny – kaszka z owocem 1szt. (1,7)	Mus owocowy b/c 1szt. (-)
		E: 2307 kcal; B:89,70g;T:85,80g w tym kw.tł.nasy:35,90g; W: 329,49 g w tym cukry: 49,20g; Bł: 37,90 g, sól:4,49g.	E: 2277 kcal; B:86,31g;T:75,58g w tym kw.tł.nasy:32,58g; W: 330,66g w tym cukry: 48,00g; Bł: 35,70g, sól:5,40g.	E: 2477 kcal; B:85,17g;T:70,65g w tym kw.tł.nasy:30,90 g; W: 310,73g w tym cukry: 38,89g; Bł: 36,50g, sól:5,57g.

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
ŚRODA 19.11.2025 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 (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Miód 25g (-) Sałata 10g (-) Banan 1szt. (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb pszenny 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Miód 25g (-) Sałata 10g (-) Banan 1szt. (-)	Zupa ml. z zacierką 300g (1,3,7) Kawa zb. z ml. 250g (1,7) Chleb razowy 120g(1) Masło 82% 20g (7) Serek „wiejski” 1szt. (7) Polędwica sopocka 40g (-) Sałata 10g (-) Pomarańcza 1szt. (-)
	IIŚ			Ser żółty 50g (7)
	Obiad	Zupa koperkowa z makaronem 350g (1,9) Kurczak pieczony 100g (-) Sos pieczeniowy 150g (1,7) Ziemniaki 300g (-) Sur. z warzyw 100g (7,9) Fasolka szp. got. 100g (1) Kompot 250g(-)	Zupa koperkowa z makaronem 350g (1,9) Kurczak got. 100g (-) Sos potrawkowy 150g (1,3,7) Ziemniaki 300g (-) Sur. z warzyw 100g (7,9) Fasolka szp. got. 100g (1) Kompot 250g(-)	Zupa koperkowa z makaronem 350g (1,9) Kurczak got. 100g (-) Sos potrawkowy 150g (1,3,7) Ziemniaki 300g (-) Sur. z warzyw 100g (7,9) Fasolka szp. got. 100g (1) Herbata owocowa 250g(-)
	Kolacja	Herbata 250g(-) Chleb psz.żytni i chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka kon. 40g (-) Paprykarz szczeciński 100g (4) Pomidor z szczypiorkiem , pestkami dyni i słonecznika 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb pszenny 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka kon. 40g (-) Galaretką z ryby 150g (3,4) Pomidor z szczypiorkiem , pestkami dyni i słonecznika 50g (-)	Herbata 250g(-) Chleb razowy 150g(1) Masło 82% 20g (7) Szynka kon. 40g (-) Galaretką z ryby 150g (3,4) Pomidor z szczypiorkiem , pestkami dyni i słonecznika 50g (-)
	PN	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)	Sok pomidorowy b/c 1szt. (-)
		E: 2431 kcal; B:79,50g;T:74,43g w tym kw.tł.nasy:38,20 g; W: 325,88g w tym cukry: 40,45g; Bł: 31,92g, sól:4,72g.	E: 2428 kcal; B:85,25g;T:75,20g w tym kw.tł.nasy:38,90g; W: 331,83g w tym cukry: 43,50g; Bł: 32,66g, sól:4,77g.	E: 2464 kcal; B:87,06g;T:78,16g w tym kw.tł.nasy:42,82 g; W: 322,63g w tym cukry: 35,12g; Bł: 35,73g, sól:4,93g.

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 Cegieła – Kier.działu żywienia

Alicja Kędzierska – Starszy dietetyk