

Jadłospis na dzień 11.08 do 20.08 2025 oddziały

11.08.2025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa 1	Zupa mleczna z makaronem 250ml (1,7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), jajecznica z szczypiorkiem 100g(3) pomidor 50g, sałata 5g, papryka 30g,		Zupa jarzynowa 250g(9) naleśniki z szpinakiem w sosie beszamelowym 250g(S)(1,3,7) mandarynka 80g, woda 200ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) galareta z kurczaka 120(9)sałata5g dżem 25g, rzodkiewki 20g	Wafle lekkie 15gwoda 250ml	Kcal 2116 Białko 74 Tuszczyz 76 w tym NKT 30 Węglowodany 261 w tym cukry 55 Sól 4 Błonnik 22
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z makaronem 250ml (1,7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), jajecznica na parze 100g(3) pomidor 50g, sałata 5g,		Zupa jarzynowa 300ml (9), zapiekanka z ryżu i jabłek ,sos budyniowy 250g(7)mandarynka 80g, woda 200ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) galareta z kurczaka 120(9)sałata5g dżem 25g, pomidor 50g	Wafle lekkie 15gwoda 250ml	Kcal 2040 Białko 70 Tuszczyz 49 w tym NKT 21 Węglowodany 311 w tym cukry 61 Sól 4 Błonnik 20
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z makaronem 250ml (1,7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina drobiowa 50g(9,10) ,pomidor 50g, sałata 5g,		Zupa jarzynowa 300ml (9), zapiekanka z ryżu i jabłek ,sos budyniowy 250g(7)woda 250ml, mandarynka 80g, woda 200ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) galareta z kurczaka 120(9)sałata5g dżem 25g, pomidor 50g	Wafle lekkie 15gwoda 250ml	Kcal 2006 Białko 63 Tuszczyz 50 w tym NKT 21 Węglowodany 310 w tym cukry 61 Sól 4 Błonnik 20
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7), margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7) wędlina drobiowa 50g(9,10) jajecznica z szczypiorkiem 100g(3)sałata 5g, papryka 30g, jogurt naturalny 150g(7)	Kanapka z twarożkiem (1,7)	Zupa jarzynowa 300ml (9), zapiekanka z ryżu i jabłek ,sos budyniowy 250g(7) grejpfrut 200ml	kisiel	Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) galareta z kurczaka 120(9)sałata5g ogórek świeży 40g, rzodkiewki 20g	Kanapka z wędliną (1), wafle ryżowe 25g	Kcal 2089 Białko 83 Tuszczyz 48 w tym NKT 19 Węglowodany 306 w tym cukry 55 Sól 6 Błonnik 33

Alergeny występujące w posiłkach:

- Zboża zawierające gluten
- Skorupiaki i produkty pochodne
- Jaja i produkty pochodne
- Ryby i produkty pochodne
- Orzeszki ziemne(arachidowe)
- Soja i produkty pochodne
- Mleko i produkty pochodne
- Orzechy
- Seler i produkty pochodne
- Gorzycza i produkty pochodne
- Nasiona sezamu
- Dwutlenek siarki
- Łubin
- Mięczaki

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.

12.08.2025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa 1	Zupa mleczna z ryżem 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasta z twarogu i brokuł (50g,) (7)sałata 5g, pomidor 50g, kielki rzodkiewki		Zraz wieprzowy w sosie (D) 110g (1,3), ziemniaki z zieloną 250g, buraczki 120g, mandarynka 80g, woda 200ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) pasta z wędliny, sera i jaj 50g(3,7,9), sałata 5g ,pomidor 50g ,papryka 30g	Jogurt naturalny 150g, (7)woda 250ml	Kcal 2036 Białko 91 Tuszczyz 58 w tym NKT 28 Węglowodany 263 w tym cukry 60 Sól 8 Błonnik 20
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z ryżem 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasta z twarogu i brokuł (50g,) (7)sałata 5g, pomidor 50g,		Bitka wieprzowa w sosie (D) 110g (1,3), ziemniaki z zieloną 250g, buraczki 120g, mandarynka 80g, woda 200ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), pasta z wędliny, sera i jaj 50g(3,7,9), sałata 5g ,pomidor 50g	Jogurt naturalny 150g(7)woda 250ml	Kcal 2043 Białko 92 Tuszczyz 64 w tym NKT 26 Węglowodany 257 w tym cukry 59 Sól 7 Błonnik 19
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z ryżem 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), twaróg 50g, (7)sałata 5g, pomidor 50g,		Bitka wieprzowa w sosie (D) 110g (1,3), ziemniaki z zieloną 250g, buraczki 120g, mandarynka 80g, woda 200ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina 50g,(9), sałata 5g ,pomidor 50g ,dżem 25g	Jogurt naturalny 150g(7)woda 250ml	Kcal 2024 Białko 94 Tuszczyz 58 w tym NKT 22 Węglowodany 266 w tym cukry 67 Sól 6 Błonnik 19
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7), margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7) pasta z twarogu i brokuł (50g,) (7)sałata 5g, pomidor 50g,	Kanapka z pieczenią rzymską na sałacie (1)	Bitka wieprzowa w sosie (D) 110g (1,3), ziemniaki z zieloną 250g, buraczki 120g, , woda 200ml	jabłko	Pieczywo mieszane 120g(1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), pasta z wędliny, sera i jaj 50g(3,7,9), sałata 5g ,pomidor 50g ,papryka 30g	Kanapka z ogórkiem (1)	Kcal 2028 Białko 89 Tuszczyz 65 w tym NKT 22 Węglowodany 248 w tym cukry 50 Sól 8 Błonnik 30

Alergeny występujące w posiłkach:

- Zboża zawierające gluten
- Skorupiaki i produkty pochodne
- Jaja i produkty pochodne
- Ryby i produkty pochodne
- Orzeszki ziemne(arachidowe)
- Soja i produkty pochodne
- Mleko i produkty pochodne
- Orzechy
- Seler i produkty pochodne
- Gorzycza i produkty pochodne
- Nasiona sezamu
- Dwutlenek siarki
- Łubin
- Mięczaki

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.

13.08.2025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa 1	Zupa mleczna z lanymi 250ml (1,3,7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), pasta z drobiu 50g(9) rukola 5g, pomidor 50g, miód 25g		Boeuf Stroganow 120g(9) D ziemniaki z zieloną 250g, brokuły z bułką tarta 120g(1), jabłko 120g, woda 200ml		Pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7) wędlina 50g(9,10), rukola 5g, papryka 30g, rzodkiewka 20g, serek twarogowy 25g	Jogurt naturalny 150g, (7) woda 250ml	Kcal 2050 Białko 65 Tłuszcz 77 w tym NKT 25 Węglowodany 262 w tym cukry 56 Sól 7 Błonnik 21
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z lanymi 250ml (1,3,7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) pasta z drobiu 50g(9)rukola 5g, pomidor 50g, miód 25g		Boeuf Stroganow 120g(9) D ziemniaki z zieloną 250g, brokuły z bułką tarta 120g(1), jabłko 120g, woda 200ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina 50g(9,10), rukola 5g, pomidor 50g	Jogurt naturalny 150g, (7) woda 250ml	Kcal 2037 Białko 64 Tłuszcz 76 w tym NKT 25 Węglowodany 261 w tym cukry 55 Sól 7 Błonnik 20
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z lanymi 250ml (1,3,7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) pasta z drobiu 50g(9)rukola 5g, pomidor 50g, miód 25g		Boeuf Stroganow 120g(9) D ziemniaki z zieloną 250g, marchew oprószana 120g(1), jabłko 120g, woda 200ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina 50g(9,10) (3,9), rukola 5g, pomidor 50g ser twarogowy 20g	Jogurt naturalny 150g, (7) woda 250ml	Kcal 2040 Białko 62 Tłuszcz 75 w tym NKT 30 Węglowodany 267 w tym cukry 58 Sól 8 Błonnik 21
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7) masło roślinne 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), pasta z drobiu 50g(9)rukola 5g, pomidor 50g	Kanapka z twarożkiem na sałacie (1,7)	Boeuf Stroganow 120g(9) D ziemniaki z zieloną 250g, brokuły z bułką tarta 120g, (1) woda 250ml, jabłko 120g	Jogurt naturalny 150g(7)	Pieczywo razowe 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina 50g(9,10), rukola 5g, papryka 30g, rzodkiewka 20g, ser twarogowy 25g	Kanapka z serkiem topionym (1,7)	Kcal 2056 Białko 75 Tłuszcz 77 w tym NKT 25 Węglowodany 247 w tym cukry 45 Sól 9 Błonnik 34

Alergeny występujące w posiłkach:

- Zboża zawierające gluten
- Skorupiaki i produkty pochodne
- Jaja i produkty pochodne
- Ryby i produkty pochodne
- Orzeszki ziemne(arachidowe)
- Soja i produkty pochodne
- Mleko i produkty pochodne
- Orzechy
- Seler i produkty pochodne
- Gorzycza i produkty pochodne
- Nasiona sezamu
- Dwutlenek siarki
- Łubin
- Mięczaki

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.

4.07.2025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa 1	Zupa mleczna z płatkami 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) twaróg z szczypiorkiem 50g(7), dżem 30g, pomidor 50g, kielki brokuł 3g jogurt naturalny 150g(7)		Gulasz mięsny(1) D, kasza jęczmienna (1) buraczki 120g, sok pomidorowy 200g		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina drobiowa 50g(9,10), pomidor 30g, sałata 5g, ogórek świeży	Pałeczki kukurydziane 20g, woda 250ml	Kcal 2026 Białko 89 Tłuszcz 65 w tym NKT 23 Węglowodany 252 w tym cukry 65 Sól 8 Błonnik 20
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z płatkami 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) twaróg 50g(7), dżem 30g, pomidor 50g, jogurt naturalny 150g(7)		Gulasz mięsny(1) D, kasza jęczmienna (1) buraczki 120g, sok pomidorowy 200ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina drobiowa 50g(9,10), pomidor 30g, sałata 5g,	Pałeczki kukurydziane 20g, woda 250ml	Kcal 2018 Białko 88 Tłuszcz 65 w tym NKT 23 Węglowodany 251 w tym cukry 64 Sól 9 Błonnik 20
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z płatkami 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) twaróg 50g(7), dżem 30g, pomidor 50g, jogurt naturalny 150g(7)		Gulasz mięsny(1) D, kasza jęczmienna (1) buraczki 120g, sok pomidorowy 200ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina drobiowa 50g (9,10), pomidor 30g, sałata 5g	Pałeczki kukurydziane 20g, woda 250ml	Kcal 2018 Białko 88 Tłuszcz 65 w tym NKT 23 Węglowodany 251 w tym cukry 64 Sól 9 Błonnik 20
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7) masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) twaróg z szczypiorkiem 70g, pomidor 50g, kielki brokuł 3g, jogurt naturalny 150g(7), papryka 30g	Kanapka z wędliną (1,3)	Gulasz mięsny(1) D, kasza jęczmienna (1) buraczki 120g, sok pomidorowy 200ml	kisiel	Pieczywo razowe 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina 50g(9,10), pomidor 50g, sałata 5g, ogórek świeży 30g, serek topiony 25g(7)	Kanapka z ogórkiem	Kcal 2003 Białko 97 Tłuszcz 66 w tym NKT 23 Węglowodany 232 w tym cukry 54 Sól 10 Błonnik 30

Alergeny występujące w posiłkach:

- Zboża zawierające gluten
- Skorupiaki i produkty pochodne
- Jaja i produkty pochodne
- Ryby i produkty pochodne
- Orzeszki ziemne(arachidowe)
- Soja i produkty pochodne
- Mleko i produkty pochodne
- Orzechy
- Seler i produkty pochodne
- Gorzycza i produkty pochodne
- Nasiona sezamu
- Dwutlenek siarki
- Łubin
- Mięczaki

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.

15.08.2025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa 1	Zupa mleczna z kaszą 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina 50g(9,10), sałata 5g, papryka 30g		Udko z kurczaka pieczone (P) 120g (1), ziemniaki z zieloną 250g, sałata 50g (7), jabłko 120g, woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), pieczeń rzymska 50g(1,3), pomidor 30g, sałata 5g, ogórek świeży, ser topiony 25g	Wafle zwykłe 15g (1) woda 250ml	Kcal 2179 Białko 83 Tłuszcz 85w tym NKT 28 Węglowodany 244 w tym cukry 44 Sól 5 Błonnik 20
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z kaszą 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina 50g(9,10), sałata 5g, pomidor 50g		Udko z kurczaka duszone (D) 120g (1), ziemniaki z zieloną 250g, sałata 50g (7), jabłko 120g, woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), pieczeń rzymska 50g(1,3), pomidor 30g, sałata 5g, ser topiony 25g	Wafle zwykłe 15g woda 250ml	Kcal 2175 Białko 83 Tłuszcz 85 w tym NKT 28 Węglowodany 243 w tym cukry 43 Sól 5 Błonnik 20
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z kaszą 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina 50g, sałata 5g, pomidor serek twarogowy 25g		Udko z kurczaka duszone (D) 120g (1), ziemniaki z zieloną 250g, sałata 50g (7), jabłko 120g, woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina drobiowa 50g (9,10), pomidor 30g, sałata 5g, dżem 25g	Wafle zwykłe 15g woda 250ml	Kcal 2038 Białko 82 Tłuszcz 73w tym NKT 24 Węglowodany 250 w tym cukry 52 Sól 5 Błonnik 20
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7) margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina 30g (7,9), wędlina 50g(9,10), sałata 5g, papryka 30g	Kanapka z ogórkiem świeżym(1)	Udko z kurczaka duszone (D) 120g (1), ziemniaki z zieloną 250g, sałata 50g (7),	Jabłko	Pieczywo razowe 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), pieczeń rzymska 50g(1,3) pomidor 50g, sałata 5g, ogórek świeży 30g, ser topiony 25g	Kanapka z pastą, woda 250ml	Kcal 2112 Białko 84 Tłuszcz 84 w tym NKT 26 Węglowodany 226 w tym cukry 34 Sól 5 Błonnik 30

Alergeny występujące w posiłkach:

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

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.

16.08.2025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa 1	Zupa mleczna z lanymi kłuskami 250ml (1,37), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), pasta z soczewicy 50g, sałata 5g, pomidor 50g, papryka 30g		Krupnik z ziemniakami 300ml, (1,9) kopytka z warzywami 250g(1,3) jabłko, woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina drobiowa 50g, (9,10) pomidor 30g, sałata	Jogurt owocowy 150g(7), woda 250ml	Kcal 2145 Białko 84 Tłuszcz 46 w tym NKT 19 Węglowodany 325 w tym cukry 61 Sól 8 Błonnik 30
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z lanymi kłuskami 250ml (1,37), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina drobiowa 50g, (9,10) sałata 5g, pomidor 50g,		Krupnik z ziemniakami 300ml, (1,9) kopytka z warzywami 250g(1,3), jabłko 250ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) 50g, wędlina drobiowa 50g, (9,10) pomidor 30g, sałata, dżem 25g	Jogurt owocowy 150g(7), woda 250ml	Kcal 2089 Białko 77 Tłuszcz 51 w tym NKT 21 Węglowodany 309w tym cukry 67 Sól 7 Błonnik 25
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z lanymi kłuskami 250ml (1,37), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 10g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina drobiowa 50g (9,10), sałata 5g, pomidor 50g,		Krupnik z ziemniakami 300ml, (1,9) kopytka z warzywami 250g(1,3), jabłko woda 250ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina drobiowa 50g pomidor 50g, sałata 5g, dżem 25g	Jogurt owocowy 150g(7), woda 250ml	Kcal 2089 Białko 77 Tłuszcz 51 w tym NKT 21 Węglowodany 309w tym cukry 67 Sól 7 Błonnik 25
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7) margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) pasta z soczewicy 50g, sałata 5g, pomidor 50g, papryka 30g	Kanapka z twarogiem na sałacie (1,3)	Krupnik z ziemniakami 300ml, (1,9) kopytka z warzywami 250g(1,3), jabłko, woda	Budyń (7)	Pieczywo mieszane 120g(1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina drobiowa 50g, (9,10) pomidor 30g, sałata	Kanapka z pomidorem, woda	Kcal 2186 Białko 87 Tłuszcz 42 w tym NKT 16 Węglowodany 337 w tym cukry 61 Sól 9 Błonnik 42

Alergeny występujące w posiłkach:

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

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.

17.08.2025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa 1	Zupa mleczna z ryżem 250ml 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,(kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina wieprzowa50g (9,10),,sałata 5g,ogórek świeży 30g		Zrazy drobiowe duszone w sosie (1) D,ziemniaki z zieleniną 250g surówka z selera i jabłka 120g, (7,9) sok 250ml,		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7),wędlina drobiowa 50g (9,10), pomidor 30, rukola 5g,papryka 30g,ser topiony 25g	Jogurt naturalny 150g, woda 250ml(7)	Kcal 2105 Białko 74 Tłuszcz 74 w tym NKT 27 Węglowodany 265 w tym cukry 62 Sól 8 Błonnik 20
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z ryżem 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,(kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina drobiowa 50g (9,10),j ,sałata 5g,pomidor 50g		Zrazy drobiowe duszone w sosie (1) D,ziemniaki z zieleniną 250g surówka z selera i jabłka 120g, (7,9) , sok 250ml,		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7),wędlina drobiowa 50g (9,10), pomidor 30, rukola 5g,	Jogurt naturalny 190g, woda 250ml (7)	Kcal 2064 Białko 73 Tłuszcz 70 w tym NKT 25 Węglowodany 265 w tym cukry 62 Sól 8 Błonnik 20
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z ryżem 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 10g,(kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina drobiowa 50g,(10) sałata 5g ,pomidor 30g,		Zrazy drobiowe duszone w sosie (1) D,ziemniaki z zieleniną 250g marchew oprószana 120g(1), sok 250ml, ,		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7),wędlina drobiowa 50g (9,10), pomidor 30, rukola 5g,	Jogurt naturalny 190g, woda 250ml(7)	Kcal 2087 Białko 70 Tłuszcz 71 w tym NKT 26 Węglowodany 272 w tym cukry 62 Sól 8 Błonnik 20
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7)margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina drobiowa 50g (9,10),sałata 5g,ogórek świeży 30g	Kanapka z pastą (1,9)	Zrazy drobiowe duszone w sosie (1) D,ziemniaki z zieleniną 250g surówka z selera i jabłka 120g, (7,9) woda 250ml, ,sok pomidorowy	Kaszka manna (7)	Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7) wędlina drobiowa 50g (9,10), pomidor 30, rukola 5g,papryka 30g	Kanapka z twarożkiem na sałacie (1)	Kcal 2073 Białko 83 Tłuszcz 67 w tym NKT 20 Węglowodany 257 w tym cukry 53 Sól 9 Błonnik 33

Alergeny występujące w posiłkach:

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

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.

18.08.2025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa 1	Zupa mleczna z lanymi kłuskami 250ml (1,3,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,(kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) jajecznicą z szczypiorkiem100g (3) pomidor 30g ,sałata 5g ,ogórek świeży 30g		Zupa ziemniaczana 300ml (9),spaghetti D) 250g(1,9),mandarynka 80g,woda 200		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) sałatka jarzynowa 120(3,7,9)sałata5g, pomidor 50g	Wafle lekkie 20g,woda 200ml	Kcal 2374 Białko 96 Tłuszcz 67 w tym NKT 23 Węglowodany 323 w tym cukry 45 Sól 9 Błonnik 23
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z lanymi 250ml (1,3,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,(kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) jajecznicą 100g (3) pomidor 30g ,sałata 5g ,		Zupa ziemniaczana 300ml (9),spaghetti D) 250g(1,9),,mandarynka 80g,woda 200		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) sałatka jarzynowa 120(3,7,9)sałata5g ,pomidor 50g	Wafle lekkie 20g,woda 200ml	Kcal 2366 Białko 95 Tłuszcz 67 w tym NKT 23 Węglowodany 323w tym cukry 45 Sól 9 Błonnik 22
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z lanymi 250ml (1,3,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 10g,(kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina drobiowa 50g(9,10) pomidor 30g ,sałata 5g		Zupa ziemniaczana 300ml (9),spaghetti D) 250g(1,9), ,mandarynka 80g,woda 200		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) mięso gotowane 50g(9) sałata5g dżem 25g	Wafle lekkie 20g,woda 200ml	Kcal 2171 Białko 84 Tłuszcz 60 w tym NKT 20 Węglowodany 308 w tym cukry 40 Sól 10 Błonnik 18
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7)margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) jajecznicą z szczypiorkiem100g (3) pomidor 30g ,sałata 5g ,ogórek świeży 30g	Kanapka z ogórkiem na sałacie (1)	Zupa ziemniaczana 300ml (9),spaghetti D) 250g(1,9), grejpfrut 150g,woda 200ml	Kisiel	Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) sałatka jarzynowa 120(3,7,9)sałata5g papryka 30g	Kanapka z pomidorem (1,7)	Kcal 2274 Białko 93 Tłuszcz 59 w tym NKT 17 Węglowodany 315 w tym cukry 47 Sól 10 Błonnik 35

Alergeny występujące w posiłkach:

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

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.

19.08.2025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa 1	Zupa mleczna z kaszką manna 250ml (1,7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina 50g, (9,10) sałata 5g, papryka 30g, kielbki brokuł 3g, ser topiony 25g (7)		Filet z kurczaka smażony (S) 120g (1,3), ziemniaki z zieloną 250g, surówka z pory, jabłka i marchwi 120g (7), jabłko 120g, woda 200ml		Pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasta z ryby 50g (4) sałata 5g, pomidor 30g, dżem 25g,	Jogurt naturalny 190g, (7) woda 250ml	Kcal 2026 Białko 68 Tuszcz 71 w tym NKT 28 Węglowodany 265 w tym cukry 67 Sól 6 Błonnik 22
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z kaszką 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina 50g, (9,10) sałata 5g, pomidor 50g, ser topiony 25g (7)		Klops pożarski duszony (D) 90g (1,3), ziemniaki z zieloną 250g sałata (7) jabłko 120g, woda 200ml		Pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasta z ryby 50g (4) sałata 5g, pomidor 30g, dżem 25g,	Jogurt naturalny 190g, (7) woda 250ml	Kcal 2035 Białko 66 Tuszcz 74 w tym NKT 30 Węglowodany 263 w tym cukry 61 Sól 7 Błonnik 19
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z kaszką i 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina 50g (9), sałata 5g, pomidor 50g serek twarogowy 25g		Klops pożarski duszony (D) 90g (1,3), ziemniaki z zieloną 250g sałata (7) jabłko 120g, woda 200ml		Pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasta z ryby 50g (4) sałata 5g, pomidor 30g, dżem 25g,	Jogurt naturalny 190g, (7) woda 250ml	Kcal 2010 Białko 64 Tuszcz 75 w tym NKT 29 Węglowodany 264 w tym cukry 60 Sól 7 Błonnik 19
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7), margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina 50g, sałata 5g, papryka 30g, kielbki brokuł 3g	Kanapka z serkiem topionym na sałacie (1,7)	Klops pożarski duszony (D) 90g (1,3), ziemniaki z zieloną 250g sałata (7) jabłko 120g, woda 200ml	Budyń	Pieczywo mieszane 120g (1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasta z ryby 50g (4) sałata 5g, pomidor 30g,	Kanapka z mięsem (1) jogurt naturalny 150g (7)	Kcal 2014 Białko 68 Tuszcz 62 w tym NKT 23 Węglowodany 270 w tym cukry 53 Sól 9 Błonnik 32

Alergeny występujące w posiłkach:

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

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.

20.08.2025	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa 1	Zupa mleczna z makaronem 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (9) pasztet z wątróbki drobiowej 50g (1,3), sałata 5g, ogórek świeży 30g		Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (9), pyzy z mięsem (1,3), kapusta kiszona i boczkiem, jabłko 120g, woda 250ml		Pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina drobiowa 50g (9,10) sałata 5g pomidor 30g	Paleczki kukurydziane 30g, woda 250ml	Kcal 2200 Białko 91 Tuszcz 68 w tym NKT 25 Węglowodany 283 w tym cukry 49 Sól 8 Błonnik 20
Lekkostrawna 2	Zupa mleczna z makaronem 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasztet z wątróbki drobiowej 50g (1,3), sałata 5g, pomidor 30g		Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (9), pyzy z mięsem (3), jabłko 150g, woda 250ml		Pieczywo mieszane 120g (1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina drobiowa 50g (9,10) sałata 5g pomidor 30g	Paleczki kukurydziane 30g, woda 250ml	Kcal 2206 Białko 92 Tuszcz 68 w tym NKT 25 Węglowodany 283 w tym cukry 50 Sól 8 Błonnik 21
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	Zupa mleczna z makaronem 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7) mięso gotowane 50g, rukola 5g, pomidor 50g,		Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (9), pyzy z mięsem (1,3), jabłko 150g, woda 250ml		Pieczywo mieszane 120g (1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina drobiowa 50g, sałata 5g pomidor 30g, dżem 25g, jogurt naturalny 190g	Paleczki kukurydziane 30g, woda 250ml	Kcal 2120 Białko 82 Tuszcz 66 w tym NKT 25 Węglowodany 279 w tym cukry 50 Sól 7 Błonnik 21
Cukrzycowa	Pieczywo razowe 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasztet z wątróbki drobiowej 50g (1,3), sałata 5g, ogórek świeży 30g, papryka 50g	Kanapka z twarogiem na sałacie (1,7)	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (9), pyzy z mięsem (1,3), jabłko 150g, woda 250ml	Jogurt 150g (7)	Pieczywo razowe 120g (1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina drobiowa 50g (9,10) sałata 5g pomidor 30g, papryka 30g	Kanapka z ogórkiem na sałacie (1)	Kcal 2000 Białko 96 Tuszcz 46 w tym NKT 18 Węglowodany 274 w tym cukry 47 Sól 8 Błonnik 33

Alergeny występujące w posiłkach:

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

Sposób obróbki termicznej

P- pieczenie, G- gotowanie D- duszenie S- smażenie

