

Jadłospis na dzień 21.09 do 30.09 2026 oddziały

21.09 2026	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa D01	Zupa mleczna z kaszką manna 250ml (1,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7),pasta z wędliny,sera i jaj 50g(3,7,9) (P),pomidor 50g,		Krupnik z ziemniakami 250ml(9),pierogi z twarogiem 250g(1,3,7) mandarynka 80g,woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7),masło roślinne 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) sałatka ryżowa 120g(7) rozszponka5g,	Pałeczki kukurydziane 15g,woda	Kcal 2148 Białko 84 Tłuszcz 50 w tym NKT 24 Węglowodany 323 w tym cukry 41 Sól 6 Błonnik 19
Podstawowa C01	Zupa mleczna z kaszką manna 250ml (,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7),pasta z wędliny,sera i jaj 50g(3,7,9) (P), pomidor 50g,		Krupnik z ziemniakami 250ml(9),pierogi z twarogiem 250g(1,3,7) mandarynka 80g,woda	Jogurt owocowy 150g (7)	Pieczywo mieszane 120g(1,7),masło roślinne 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) sałatka ryżowa 120g(7) rozszponka5g,	Pałeczki kukurydziane 15g,woda	Kcal 2239 Białko 89 Tłuszcz 52 w tym NKT 25 Węglowodany 335 w tym cukry 49 Sól 6 Błonnik 19
Łatwostrawna D02	Zupa mleczna z kaszką manna 250ml (1,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7),pasta z wędliny,sera i jaj 50g(3,7,9) (P), pomidor 50g,		Krupnik z ziemniakami 250ml(9),pierogi z twarogiem 250g(1,3,7) mandarynka 80g,woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7),masło roślinne 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) sałatka ryżowa 120g(7) rozszponka5g,	Pałeczki kukurydziane 15g,woda	Kcal 2148 Białko 84 Tłuszcz 50 w tym NKT 24 Węglowodany 324 w tym cukry 41 Sól 6 Błonnik 19
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Zupa mleczna z kaszką 250ml (1,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,(kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7),wędlina drobiowa 50g (9,10),pomidor 60g,		Krupnik z ziemniakami 250ml(9),pierogi z twarogiem 250g(1,3,7) mandarynka 80g,woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7),masło roślinne 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) sałatka ryżowa 120g(7) rozszponka5g,	Pałeczki kukurydziane 15g,woda	Kcal 2107 Białko 84 Tłuszcz 46 w tym NKT 21 Węglowodany 323 w tym cukry 41 Sól 6 Błonnik 19
Cukrzycowa D03	Pieczywo razowe 120g (1,7)margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) pasta z wędliny,sera i jaj 50g(3,7,9) (P), 5g,pomidor 50g,	Kanapka z rzodkiewką na sałacie (1,)	Krupnik z ziemniakami 250ml(9),pierogi z twarogiem 250g(1,3,7) woda ,grejfrut 120g	Kisiel	Pieczywo razowe 120g(1,7),masło roślinne 10g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) sałatka ryżowa 120g(7) rozszponka5g,	Kanapka z ogórkiem 25g (1) woda	Kcal 2118 Białko 81 Tłuszcz 46 w tym NKT 20 Węglowodany 326 w tym cukry 44 Sól 7 Błonnik 27
Łatwostrawna P02	Zupa mleczna z kaszką 200ml (7),pieczywo mieszane 100,7),masło śmietankowe 15g,herbata 200ml wędlina drobiowa-szynka 40g(9,10),pasta z wędliny,sera i jaj ,pomidor 50g		Krupnik z ziemniakami 250ml(9),pierogi z twarogiem 200g(1,3,7) banan 80g,woda	kisiel	pieczywo mieszane 100,7),masło śmietankowe 15g herbata 200ml, wędlina drobiowa 30g(9,10),sałatka ryżowa 100g(7) rozszponka5g,	Pałeczki kukurydziane 15g,woda	Kcal 1826 Białko 76 Tłuszcz 40 w tym NKT 24 Węglowodany 276 w tym cukry 39 Sól 7 Błonnik 16

22.09 2026	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa D01	Zupa mleczna z makaronem 250ml (1,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7)wędlina 50g(,9,10),papryka		Kotlet schabowy 120g(1,3) S, ziemniaki z zieleciną 250g,surówka warzywna 120g,mandarynka80g,woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7) pasta z ryby 50g(4) ,sałata ,ser topiony 25g(7)	Wafle zwykłe 15g,woda	Kcal 2021 Białko 81 Tłuszcz 67 w tym NKT 25 Węglowodany 255 w tym cukry 40 Sól 5 Błonnik 19
Podstawowa C01	Zupa mleczna z makaronem 250ml (1,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7)wędlina 50g(,9,10),papryka		Kotlet schabowy 120g(1,3) S, ziemniaki z zieleciną 250g,surówka warzywna 120g,mandarynka80g,woda	Jogurt naturalny 150g(7)	Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7) pasta z ryby 50g(4) ,sałata ,ser topiony 25g(7)	Wafle zwykłe 15g,woda	Kcal 2111 Białko 87 Tłuszcz 70 w tym NKT 27 Węglowodany 264 w tym cukry 47 Sól 5 Błonnik 20
Łatwostrawna D02	Zupa mleczna z makaronem 250ml (1,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7)wędlina 50g(,9,10),pomidor,		Klops gotowany 90g (1,3),ziemniaki z zieleciną 250g surówka z marchwi ,mandarynka80g,woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7) pasta z ryby 50g(4) ,sałata ,ser topiony 25g(7)	Wafle zwykłe 15g,woda	Kcal 2027 Białko 80 Tłuszcz 62 w tym NKT 29 Węglowodany 267 w tym cukry 46 Sól 8 Błonnik 21
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Zupa mleczna z makaronem 250ml (1,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7)wędlina 50g(,9,10),rpomidor,		Klops gotowany 90g (1,3),ziemniaki z zieleciną 250g marchew ,mandarynka80g,woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7) pasta z ryby 50g(4),sałata ,	Wafle zwykłe 15g,woda	Kcal 2044 Białko 77 Tłuszcz 63 w tym NKT 30 Węglowodany 272 w tym cukry 44 Sól 8 Błonnik 22
Cukrzycowa D03	Pieczywo razowe 120g (1,7) margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) ,wędlina 50g(,9,10),papryka	Kanapka z rzodkiewką na sałacie (1,3)	Klops gotowany 90g (1,3),ziemniaki z zieleciną 250g surówka warzywna 120g jabłko 150g,woda	jogurt	Pieczywo mieszane 120g(1,7),masło roślinne 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), pasta z ryby 50g(4)sałata ,ser twarogowy 25g	Kanapka z wędliny wafle ryżowe 15g	Kcal 1945 Białko 86 Tłuszcz 42 w tym NKT Węglowodany 248 w tym cukry 42 Sól 9 Błonnik 33
Łatwostrawna P02	Zupa mleczna z makaronem 200ml (1,7),pieczywo mieszane 100,7),masło śmietankowe 15g,herbata 200ml, dżem 30g ,pomidor 30g, szynka 40g(9,10)		Klops gotowany 90g (1,3),ziemniaki z zieleciną 200g surówka z marchwi 100g banan 80g,woda	Jogurt owocowy 150g(7)	pieczywo mieszane 100,7),masło śmietankowe 15g herbata 200ml,szynka gotowana 40g, pasta z ryby 50g(4)sałata	Wafle zwykłe 15g,woda	Kcal 1560 Białko 66 Tłuszcz 39 w tym NKT 21 Węglowodany 219 w tym cukry 47 Sól 7 Błonnik 18

23.09 2026	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa D01	Zupa mleczna z płatkami 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina 50g 9,10) ,sałata5g ,		Udko z kurczaka pieczone (P) 120g (1),ziemniaki z zieleniną 250g ,marchew z groszkiem 120g,(1)jabłko 120g, woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7),wędlina drobiowa 50g (9,10) sałata 5g,	Wafle zwykłe 15g (1) woda	Kcal 2002 Białko 81 Tłuszcz 68 w tym NKT 22 Węglowodany 246 w tym cukry 45 Sól 5 Błonnik 23
Podstawowa C01	Zupa mleczna z płatkami 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina 50g 9,10) ,sałata5g ,		Udko z kurczaka pieczone (P) 120g (1),ziemniaki z zieleniną 250g ,marchew z groszkiem 120g,(1)jabłko 120g, woda	Jogurt naturalny 150g	Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7),wędlina drobiowa 50g (9,10) sałata 5g,	Wafle zwykłe 15g (1) woda	Kcal 2093 Białko 86 Tłuszcz 70 w tym NKT 23 Węglowodany 258 w tym cukry 53 Sól 6 Błonnik 23
Łatwostrawna D02	Zupa mleczna z płatkami 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7),wędlina 50g 9,10) ,sałata5g ,		Udko z kurczaka duszone (D) 120g (1),ziemniaki z zieleniną 250g,marchew oprószana 120g(1),jabłko 120g, woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7),wędlin a drobiowa 50g (9,10) , sałata 5g,	Wafle zwykłe 15g woda	Kcal 2089 Białko 82 Tłuszcz 74 w tym NKT 27 Węglowodany 251 w tym cukry 46 Sól 5 Błonnik 22
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Zupa mleczna z płatkami 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina 50g 9,10) ,sałata5g ,		Udko z kurczaka duszone (D) 120g (1),ziemniaki z zieleniną 250g,marchew oprószana 120g(1),jabłko 120g, woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 10g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7), wędlina drobiowa 50g (9,10),sałata 5g,	Wafle zwykłe 15g woda	Kcal 2089 Białko 82 Tłuszcz 74 w tym NKT 27 Węglowodany 251 w tym cukry 46 Sól 5 Błonnik 22
Cukrzycowa D03	Pieczywo razowe 120g (1,7) margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7)wędlina 50g 9,10) ,sałata5g ,	Kanapka z ogórkiem świeżym(1)	Udko z kurczaka duszone (D) 120g (1),ziemniaki z zieleniną 250g marchew z groszkiem 120g, (1) jabłko 120g	Budyń (7)	Pieczywo razowe 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7), wędlina drobiowa 50g (9,10) , sałata 5g,	Kanapka z pastą ,woda	Kcal 2056 Białko 86 Tłuszcz 67 w tym NKT 21 Węglowodany 249 w tym cukry 46 Sól 6 Błonnik 33
Łatwostrawna P02	Zupa mleczna z płatkami 200ml (7),pieczywo mieszane 100,7),masło śmietankowe 15gherbata 200ml wędlina drobiowa 30g(9,10) ser topiony 30g,sałata 5g		Udko z kurczaka duszone (D) 100g (1),ziemniaki z zieleniną 200g,marchew oprószana 100g(1),jabłko 120g, woda	Budyń (7)	pieczywo mieszane 100,7),masło śmietankowe 15g herbata 200ml, wędlina drobiowa 40g(9,10) pomidor 50g	Wafle zwykłe 15g woda 250ml	Kcal 1866 Białko 71 Tłuszcz 66 w tym NKT 32 Węglowodany 226 w tym cukry 46 Sól 5 Błonnik 19

24.09 2026	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa D01	Zupa mleczna z ryżem 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7)jajecznica z szczypiorkiem 100g (3) ,pomidor 50g) sałata 5g		Gulasz mięsny 100g(1) D, kasza jęczmienna 100g (1)buraczki 120g, jabłko120g,woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7), wędlina drobiowa 50g(9,10),,sałata 5g, ogórek świeży 30g,ser topiony 25g(7)	Pałeczki kukurydziane 15g,woda	Kcal 2174 Białko 86 Tłuszcz 84w tym NKT 28 Węglowodany 248 w tym cukry 53 Sól 8 Błonnik 19
Podstawowa C01	Zupa mleczna z ryżem 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7)jajecznica z szczypiorkiem 100g (3) ,pomidor 50g) sałata 5g		Gulasz mięsny 100g(1) D, kasza jęczmienna 100g (1)buraczki 120g, jabłko120g,woda	Jogurt naturalny 150g	Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7), wędlina drobiowa 50g(9,10),,sałata 5g, ogórek świeży 30g,ser topiony 25g	Pałeczki kukurydziane 15g,woda	Kcal 2264 Białko 92 Tłuszcz 87 w tym NKT 30 Węglowodany 254 w tym cukry 59 Sól 8 Błonnik 19
Łatwostrawna D02	Zupa mleczna z ryżem 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7)jajecznica 100g (3) ,pomidor 50g) sałata 5g		Gulasz mięsny 100g (1) D, kasza jęczmienna 100g(1)buraczki 120g jabłko120g,woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7), wędlina drobiowa 50g(9,10),,sałata 5g,ser twarogowy 25g(7)	Pałeczki kukurydziane 15g,woda l	Kcal 2144 Białko 83 Tłuszcz 86w tym NKT 27 Węglowodany 244 w tym cukry 52 Sól 8 Błonnik 19
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Zupa mleczna z ryżem 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7)mięso gotowane 50g (,pomidor 50g) sałata 5g		Gulasz mięsny100g (1) D, kasza jęczmienna 100g (1)buraczki 120g, jabłko120g,woda		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 10g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7), wędlina drobiowa 50g (9,10),,sałata 5g,ser twarogowy 25g(7)	Pałeczki kukurydziane 15g,woda	Kcal 1915 Białko 71 Tłuszcz 68 w tym NKT 24 Węglowodany 244 w tym cukry 52 Sól 8 Błonnik 19
Cukrzycowa D03	Pieczywo razowe 120g (1,7)masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) jajecznica z szczypiorkiem 100g (3) ,pomidor 50g) sałata 5g	Kanapka z wędliną (1,3)	Gulasz mięsny(100g 1) D, kasza jęczmienna100g (1)buraczki 120g, jabłko120g,woda	Budyń (7)	Pieczywo razowe 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7), wędlina50g(9,10), sałata 5g,ser twarogowy 25g	Kanapka z ogórkiem	Kcal 2125 Białko 90 Tłuszcz 84w tym NKT 25 Węglowodany 232 w tym cukry 53 Sól 9 Błonnik 29
Łatwostrawna P02	Zupa mleczna z lanymi 200ml (1,37),pieczywo mieszane 100,7),masło śmietankowe 15gherbata) ,wędlina drobiowa 30g(9,10) jajecznica pomidor 30g sałata 5g		Gulasz mięsny 80g (1) D, ziemniaki z zieleniną 200g buraczki 100g, jabłko120g,woda	)Budyń (	pieczywo mieszane 100,7),masło śmietankowe 15g herbata 200ml, wędlina drobiowa 50g(9,10) roszponka 3g,ser topiony 30g,	Pałeczki kukurydziane 15g,woda	Kcal 1965 Białko 82 Tłuszcz 70w tym NKT 29 Węglowodany 229 w tym cukry 53 Sól 8 Błonnik 17

25.09 2026	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa D01	Zupa mleczna z kaszą 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,(kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7),,pasta z jaj 50g, [pomidor sałata 5g,		Ryba smażona 100g (1,4),(S) ziemniaki z zieloną 250g,surówka z kapusty białej 120g,sok wielowarzywny 200ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7),twaróg z szczypiorkiem 50g(7),dżem 30g, sałata5g	Wafle ryżowe 15g woda	Kcal 1962 Białko 63 Tuszc 66 w tym NKT 21 Węglowodany 258 w tym cukry 55 Sól 7 Błonnik 22
Podstawowa C01	Zupa mleczna z kaszą 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,(kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7),,pasta z jaj 50g, [pomidor sałata 5g,		Ryba smażona 100g (1,4),(S) ziemniaki z zieloną 250g,surówka z kapusty białej 120g,sok wielowarzywny 200ml	Jabłko 150g	Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7),twaróg z szczypiorkiem 50g(7),dżem 30g, sałata5g	Wafle ryżowe 15g woda	Kcal 2037 Białko 64 Tuszc 67 w tym NKT 21 Węglowodany 273 w tym cukry 70 Sól 7 Błonnik 25
Łatwostrawna D02	Zupa mleczna z kaszą 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,(kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7),, pasta z jaj 50g pomidor ,sałata 5g,		Ryba w warzywach duszona (1,4,9) 100g+warzywa 120g,ziemniaki z zieloną 250g,sok wielowarzywny 200ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7), twaróg 50g(7),dżem 30g, sałata5g	Wafle ryżowe 15g woda	Kcal 1895 Białko 62 Tuszc 61 w tym NKT 20 Węglowodany 257 w tym cukry 50 Sól 7 Błonnik 17
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Zupa mleczna z kaszą 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 10g,(kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7)wędlina 50g(9,10), pomidor sałata 5g,		Ryba w warzywach duszona (1,4,9) 100g+warzywa 120g,ziemniaki z zieloną 250g, sok wielowarzywny 200ml		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7)twaróg 50g(7),dżem 30g, sałata 5g	Wafle ryżowe 15g woda	Kcal 1848 Białko 62 Tuszc 58 w tym NKT 18 Węglowodany 253 w tym cukry 47 Sól 7 Błonnik 17
Cukrzycowa D03	Pieczywo razowe 120g (1,7)margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) pasta z jaj 50g, pomidor sałata 5g,,	Kanapka z serkiem topionym na sałacie (1,3)	Ryba duszona (1) 100 ziemniaki z zieloną 250g, surówka z kapusty białej j,sok wielowarzywny 200ml	Jabłko gotowane	Pieczywo mieszane 120g(1,7),masło roślinne 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), twaróg z szczypiorkiem 70g,salata5g	Kanapka z ogórkiem ,woda	Kcal 1864 Białko 67 Tuszc 66w tym NKT 20 Węglowodany 225 w tym cukry 40 Sól 9 Błonnik 32
Łatwostrawna P02	Zupa mleczna z kaszą 200ml (1,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),masło 15g, herbata 200mlpasta z jaj 50g, pomidor sałata 5g, szynka 30g		Ryba w warzywach duszona (1,4,9) 90g+warzywa 100g,ziemniaki z zieloną 200g, sok owocowy 150g,woda	Jabłko gotowane	Pieczywo mieszane 100g(1,7),masło śmietankowe 15g, herbata 200ml, szynka drobiowa 50g (9,10) twaróg 50g(7) wędlina drobiowa 30g,salata5g	Wafle ryżowe 15g woda 250ml	Kcal 1576 Białko 58 Tuszc 48 w tym NKT 20 Węglowodany 213 w tym cukry 46 Sól 5 Błonnik 14

26.09 2026	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa D01	Zupa mleczna z ryżem 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(9) ,ser żółty 50g(7),sałata ,ogórek świeży 30g		wątróbki drobiowe duszone 100g (1,9)D ziemniaki z zieloną 250g, buraczki 120g, woda ,jabłko 150g		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7) wędlina drobiowa 30g (9,10), pomidor 50g,	Wafle lekkie 15gwoda	Kcal 2072 Białko 89 Tuszc 51 62w tym NKT 25 Węglowodany 268 w tym cukry 57 Sól 6 Błonnik 20
Podstawowa C01	Zupa mleczna z ryżem 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(9) ,ser żółty 50g(7),sałata ,ogórek świeży 30g		wątróbki drobiowe duszone 100g (1,9)D ziemniaki z zieloną 250g, buraczki 120g, woda ,jabłko 150g	Jogurt owocowy 150g(7)	Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7) wędlina drobiowa 50g (9,10), pomidor 30g,	Wafle lekkie 15gwoda	Kcal 2164 Białko 95 Tuszc 64w tym NKT 27 Węglowodany 280 w tym cukry 65 Sól 6 Błonnik 21
Łatwostrawna D02	Zupa mleczna z ryżem 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(9) ,ser topiony 50g(7),sałata ,		wątróbki drobiowe duszone 100g (1,9)D ziemniaki z zieloną 250g, buraczki 120g, woda ,jabłko 150g		Pieczywo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem250ml(1,7) wędlina drobiowa 50g (9,10), pomidor 30g,	Wafle lekkie 15gwoda	Kcal 2060 Białko 82 Tuszc 64 w tym NKT 27 Węglowodany 268 w tym cukry 57 Sól 5 Błonnik 20
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Zupa mleczna z ryżem 250ml (7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(9) ,wędlina 50g(9,10),sałata ,	Kanapka z pastą na sałacie (1,7)	wątróbki drobiowe duszone 100g (1,9)D ziemniaki z zieloną 250g, buraczki 120g, woda ,jabłko 150g		Pieczywo razowe 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina drobiowa 50g (9,10), pomidor 50g,	Kanapka z mięsem na sałacie (1)	Kcal 1973 Białko 83 Tuszc 55w tym NKT 20 Węglowodany 267 w tym cukry 57 Sól 5 Błonnik 20
Cukrzycowa D03	Pieczywo razowe 120g (1,7) margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml,ser żółty 50g(7) sałata ogórek świeży 30g,		wątróbki drobiowe duszone 100g (1,9)D ziemniaki z zieloną 250g, buraczki 100g, woda ,jabłko 120g	Budyń	Pieczywo razowe 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina drobiowa 50g (9,10), pomidor 50g,jogurt naturalny 150g	Wafle lekkie 15g woda 250ml	Kcal 1979 Białko 92 Tuszc 60 w tym NKT 26 Węglowodany 242 w tym cukry 69 Sól 7 Błonnik 26
Łatwostrawna P02	Zupa mleczna z ryżem 200ml (1,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),masło 15g, herbata wędlina drobiowa 40g(9,10) ser topiony 30g,salata 5g		wątróbki drobiowe duszone 100g (1,9)D ziemniaki z zieloną 200g, buraczki 100g, woda ,jabłko 120g	Budyń	Pieczywo mieszane 100g(1,7),masło śmietankowe 15g, herbata 200ml, 120g (3,9),wędlina 50g(9,10) pomidor 50g ,sałata 5g,	Wafle lekkie 15g,(1) woda	Kcal 1779 Białko 76 Tuszc 54w tym NKT 26 Węglowodany 229 w tym cukry 52 Sól 5 Błonnik 16

27.09 2026	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa D01	Zupa mleczna z makaronem 250ml 250ml (1,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,(kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina wieprzowa50g (9,10),,sałata 5g.		Zrazy drobiowe duszone w sosie (1) D,ziemniaki z zieleniną 250g surówka z selera ,(7,9) sok 250ml,		Pieczycwo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7),wędlina drobiowa 50g (9,10), pomidor 30,serek twarogowy 25g (7)	Jogurt naturalny 150g, woda (7)	Kcal 2070 Białko 73 Tłuszcz 75 w tym NKT 26 Węglowodany 263 w tym cukry 60 Sól 7 Błonnik 19
Podstawowa C01	Zupa mleczna z makaronem 250ml 250ml (1,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,(kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina wieprzowa50g (9,10),,sałata 5g,papryka 30g		Zrazy drobiowe duszone w sosie (1) D,ziemniaki z zieleniną 250g surówka z selera ,(7,9) sok 250ml,	Jabłko 150g	Pieczycwo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7),wędlina drobiowa 50g (9,10), pomidor 30, serek twarogowy 25g(7)	Jogurt naturalny 150g, woda (7)	Kcal 2155 Białko 74 Tłuszcz 75 w tym NKT 26 Węglowodany 280 w tym cukry 76 Sól 8 Błonnik 23
Łatwostrawna D02	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),j ,sałata 5g,		Zrazy drobiowe duszone w sosie (1) D,ziemniaki z zieleniną 250g surówka z selera ,(7,9) sok 250ml,		Pieczycwo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7),wędlina drobiowa 50g (9,10), pomidor 50g serek twarogowy 25g (7)	Jogurt naturalny 150g, woda (7)	Kcal 2028 Białko 72 Tłuszcz 72 w tym NKT 24 Węglowodany 263 w tym cukry 60 Sól 8 Błonnik 19
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Zupa mleczna z makaronem 250ml (1,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 10g,(kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7), wędlina drobiowa 50g.(10)) sałata 5g ,		Zrazy drobiowe duszone w sosie (1) D,ziemniaki z zieleniną 250g marchew sok 250ml,		Pieczycwo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7),wędlina drobiowa 50g (9,10), pomidor 30, serek twarogowy 25g (7)	Jogurt naturalny 150g, woda (7)	Kcal 2126 Białko 72 Tłuszcz 79 w tym NKT 29 Węglowodany 269 w tym cukry 60 Sól 7 Błonnik 19
Cukrzycowa D03	Pieczycwo razowe 120g (1,7)margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina drobiowa 50g (9,10),sałata 5g, jogurt naturalny 150g(7)	Kanapka z pastą (1,9)	Zrazy drobiowe duszone w sosie (1) D,ziemniaki z zieleniną 250gsurówka z selera ,(7,9) sok 250ml,	Jabłko 120g	Pieczycwo mieszane 120g(1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7) wędlina drobiowa 50g (9,10), pomidor 30, serek twarogowy 25g (7)	Kanapka z twarogiem na sałacie (1)wafle ryżowe 10g	Kcal 1956 Białko 69 Tłuszcz 67 w tym NKT 19 Węglowodany 251 w tym cukry 44 Sól 7 Błonnik 32
Łatwostrawna P02	Zupa mleczna z makaronem 200ml (7),pieczywo mieszane 100,7),masło śmietankowe 15gherbata 200ml wędlina drobiowa 50g(9,10)rukola 5g,dżem 25g		Zrazy drobiowe duszone w sosie 100(1) D,ziemniaki z zieleniną 200gsurówka z selera 100g(7,9) woda , ,sok owocowy	Jabłko 120g	pieczywo mieszane 100,7),masło śmietankowe 15g herbata 200ml, wędlina drobiowa 50g(9,10) ,pomidor 30g	Jogurt owocowy 150g, woda 250ml (7)	Kcal 1627 Białko 54 Tłuszcz 47 w tym NKT 20 Węglowodany 230 w tym cukry 66 Sól 6 Błonnik 18

28.09.2026	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa D01	„Zupa mleczna z lanymi 250ml (1,3,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) ,twaróg z szczypiorkiem 50g(7),dżem 30g, ,pomidor 50g		Zupa jarzynowa 3000ml(9),makaron z brokułami w sosie 250g,woda 250ml jabłko 120g,woda		Pieczycwo mieszane 120g(1,7),masło roślinne 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) sałatka jarzynowa z groszkiem 120g(3,9) rozszponka5g,	Wafle ryżowe 15g woda	Kcal 2048 Białko 76 Tłuszcz 42 w tym NKT 18 Węglowodany 320 w tym cukry 65 Sól 6 Błonnik 27
Podstawowa C01	Zupa mleczna z lanymi 250ml (1,3,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) ,twaróg z szczypiorkiem 50g(7),dżem 30g, ,pomidor 50g		Zupa jarzynowa 3000ml(9),makaron z brokułami w sosie 250g,woda 250ml jabłko 120g,woda	Jogurt	Pieczycwo mieszane 120g(1,7),masło roślinne 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) sałatka jarzynowa z groszkiem 120g(3,9) rozszponka5g,	Wafle ryżowe 15g woda	Kcal 2138 Białko 83 Tłuszcz 45w tym NKT 20 Węglowodany 330 w tym cukry 71 Sól 6 Błonnik 27
Łatwostrawna D02	Zupa mleczna z lanymi 250ml (1,3,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) ,twaróg 50g(7),dżem 30g, ,pomidor 50g		Zupa jarzynowa 3000ml(9),makaron z brokułami w sosie 250g,woda 250ml jabłko 120g,woda		Pieczycwo mieszane 120g(1,7),masło roślinne 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) sałatka jarzynowa 120g(3,9) rozszponka5g,	Wafle ryżowe 15g woda	Kcal 2032 Białko 75 Tłuszcz 41 w tym NKT 18 Węglowodany 318 w tym cukry 65 Sól 5 Błonnik 27
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Zupa mleczna z lanymi 250ml (1,3,7),pieczywo mieszane 120g (1,7),margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) ,twaróg 50g(7),dżem 30g, ,pomidor 50g		Zupa jarzynowa 3000ml(9),makaron z kurczakiem w sosie 250g,woda 250ml jabłko 120g,woda		Pieczycwo mieszane 120g(1,7),masło roślinne 15g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) wędlina 50g (,9,10) rozszponka5g,	Wafle ryżowe 15g woda	Kcal 2035 Białko 73 Tłuszcz 52 w tym NKT 19 Węglowodany 301 w tym cukry 57 Sól 4 Błonnik 20
Cukrzycowa D03	Pieczycwo razowe 120g (1,7)masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7),twaróg z szczypiorkiem 70g(7),,pomidor 50g	Kanapka z serkiem topionym na sałacie (1)	Zupa jarzynowa 3000ml(9),makaron z brokułami w sosie 250g,woda jabłko 150g	Kisiel	Pieczycwo razowe 120g(1,7),masło roślinne 10g,kawa zbożowa z mlekiem 250ml(1,7) sałatka jarzynowa z groszkiem 120g (3,9) rozszponka5g,	Kanapka z pomidorem(1) , woda _	Kcal 2118 Białko 88 Tłuszcz 42 w tym NKT 17 Węglowodany 320 w tym cukry 52 Sól 7 Błonnik 40
Łatwostrawna P02	„Zupa mleczna z lanymi 2,0ml (1,3,7),pieczywo mieszane 100,7),masło śmietankowe 15gherbata 200ml, szynka 40g(9,10),twaróg 50g ,pomidor 30g		Zupa jarzynowa 200ml(9),makaron z brokułami w sosie 200g,woda jabłko 150g		pieczywo mieszane 100,7),masło śmietankowe 15g herbata 200ml, wędlina drobiowa 30g(9,10),sałatka jarzynowa 100g(4) rozszponka5g,	Wafle zwykłe 15g,woda	Kcal 1789 Białko 79 Tłuszcz 35w tym NKT 19 Węglowodany 274 w tym cukry 42 Sól 8 Błonnik 21

29.09.2026	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa D01	Zupa mleczna z płatkami 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasztet z wątróbki drobiowej 50g, sałata 5g,		Kiełbasa smażona 120g (9,10) ziemniaki z zieloną 250g, surówka z kapusty białej 120g, woda jabłko 150g		Pieczywo mieszane 120g (1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina 50g (9,10), pomidor 50g	Wafle ryżowe 15g woda	Kcal 2083 Białko 83 Tłuszcz 74 w tym NKT 25 Węglowodany 247 w tym cukry 50 Sól 8 Błonnik 22
Podstawowa C01	Zupa mleczna z płatkami 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasztet z wątróbki drobiowej 50g, sałata 5g,		Kiełbasa smażona 120g (9,10) ziemniaki z zieloną 250g, surówka z kapusty białej 120g, woda jabłko 150g	Jogurt 150g (7)	Pieczywo mieszane 120g (1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina 50g (9,10), pomidor 50g	Wafle ryżowe 15g woda	Kcal 2173 Białko 89 Tłuszcz 77 w tym NKT 27 Węglowodany 257 w tym cukry 56 Sól 8 Błonnik 22
Łatwostrawna D02	Zupa mleczna z płatkami 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasztet z wątróbki drobiowej 50g, sałata 5g,		Gulasz mięsno-warzywny 250 (1,9) D ziemniaki z zieloną 250g, woda jabłko 150g		Pieczywo mieszane 120g (1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina 50g (9,10), pomidor 50g	Wafle ryżowe 15g woda	Kcal 2084 Białko 83 Tłuszcz 70 w tym NKT 25 Węglowodany 256 w tym cukry 53 Sól 6 Błonnik 24
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Zupa mleczna z płatkami 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina 50g (9,10) sałata 5g,		Gulasz mięsno-warzywny 250 (1,9) D ziemniaki z zieloną 250g, woda jabłko 150g		Pieczywo mieszane 120g (1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina 50g (9,10), pomidor 50g	Wafle ryżowe 15g	Kcal 2051 Białko 81 Tłuszcz 77 w tym NKT 25 Węglowodany 251 w tym cukry 52 Sól 5 Błonnik 24
Cukrzycowa D03	Pieczywo razowe 120g (1,7), margaryna 15g, (kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7) pasztet z wątróbki drobiowej 50g, sałata 5g,	Kanapka z rzodkiewką na sałacie (1,7)	Gulasz mięsno-warzywny 250 (1,9) D ziemniaki z zieloną 250g, woda jabłko 150g	Kasza (7)	Pieczywo razowe 120g (1,7), masło roślinne 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina 50g (9,10), pomidor 50g	Kanapka z ogórkiem, woda	Kcal 2109 Białko 89 Tłuszcz 65 w tym NKT 21 Węglowodany 261 w tym cukry 47 Sól 7 Błonnik 36
Łatwostrawna P02	Zupa mleczna z płatkami 200ml (7), pieczywo mieszane 100,7), masło śmietankowe 15g, herbata 200ml, szynka gotowana 50g (9,10) pasztet z wątróbki, sałata 5g		Gulasz mięsno-warzywny (9) 180g (80 mięso + 100 warzywa) ziemniaki 250g jabłko 150, woda	Kasza	Pieczywo mieszane 100g (1,7), masło śmietankowe 15g, herbata 200ml, szynka drobiowa 30g (9,10) dżem (7) pomidor 50g,	Wafle ryżowe 15g	Kcal 1899 Białko 79 Tłuszcz 59 w tym NKT 25 Węglowodany 240 w tym cukry 51 Sól 6 Błonnik 21

30.09.2026	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja nocna	Wartość kaloryczna
Podstawowa D01	Zupa mleczna z ryżem 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasta z drobiu 50g (9), sałata 5g, papryka 30g		Pieczon ryż 90g w sosie (1,3) (D), ziemniaki z zieloną 250g, buraczki 120g (7) jabłko 120g, woda		Pieczywo mieszane 120g (1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina wieprzowa 50g (9,10) sałata 5g	Wafle zwykłe 15g, woda	Kcal 2078 Białko 76 Tłuszcz 71 w tym NKT 25 Węglowodany 264 w tym cukry 55 Sól 5 Błonnik 20
Podstawowa C01	Zupa mleczna z ryżem 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasta z drobiu 50g (9), sałata 5g, papryka 30g		Pieczon ryż 90g w sosie (1,3) (D), ziemniaki z zieloną 250g, buraczki 120g (7) jabłko 120g, woda	Jogurt owocowy 150g (7)	Pieczywo mieszane 120g (1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina wieprzowa 50g (9,10) sałata 5g	Wafle zwykłe 15g, woda	Kcal 2171 Białko 81 Tłuszcz 73 w tym NKT 27 Węglowodany 276 w tym cukry 63 Sól 5 Błonnik 21
Łatwostrawna D02	Zupa mleczna z ryżem 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasta z drobiu 50g (9), sałata 5g,		Pieczon ryż 90g w sosie (1,3) (D), ziemniaki z zieloną 250g, buraczki 120g (7) jabłko 120g, woda		Pieczywo mieszane 120g (1,7), masło roślinne 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina drobiowa 50g (9) sałata 5g, ser topiony 25g	Wafle zwykłe 15g, woda	Kcal 2048 Białko 78 Tłuszcz 68 w tym NKT 26 Węglowodany 263 w tym cukry 54 Sól 5 Błonnik 20
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Zupa mleczna z ryżem 250ml (7), pieczywo mieszane 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasta z drobiu 50g (9), sałata 5g,		Pieczon ryż 90g w sosie (1,3) (D), ziemniaki z zieloną 250g, buraczki 120g (7) jabłko 120g, woda		Pieczywo mieszane 120g (1,7), masło roślinne 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina drobiowa 50g (9,10) sałata 5g, serek twarogowy 25g (7)	Wafle zwykłe 15g, woda	Kcal 2022 Białko 76 Tłuszcz 68 w tym NKT 25 Węglowodany 263 w tym cukry 53 Sól 5 Błonnik 20
Cukrzycowa D03	Pieczywo razowe 120g (1,7), margaryna 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), pasta z drobiu 50g (9), sałata 5g, papryka 30g	Kanapka z jajkiem na sałacie (1,3)	Pieczon ryż 90g w sosie (1,3) (D), ziemniaki z zieloną 250g, buraczki 120g (7) jabłko 120g, woda	kisiel	Pieczywo razowe 120g (1,7), masło roślinne 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7), wędlina 50g (9,10), sałata 5g, gorzki świeży, ser topiony 25g	Kanapka z pomidorem (1) woda wafle lekkie 15g	Kcal 1960 Białko 79 Tłuszcz 63 w tym NKT 21 Węglowodany 244 w tym cukry 52 Sól 6 Błonnik 31
Łatwostrawna P02	Zupa mleczna z ryżem 200ml (7), pieczywo mieszane 100,7), masło śmietankowe 15g, herbata 200ml, pasta z drobiu 50g (9), roszponka 5g, szynka 40g (9,10)		Pieczon ryż 90g w sosie (1,3) (D), ziemniaki z zieloną 250g, buraczki 120g (7) jabłko 120g, woda	kisiel	pieczywo mieszane 100,7), masło śmietankowe 15g herbata 200ml, szynka gotowana 50g, dżem 30g, sałata 5g,	Wafle zwykłe 15g, woda	Kcal 1711 Białko 67 Tłuszcz 52 w tym NKT 21 Węglowodany 227 w tym cukry 54 Sól 5 Błonnik 17

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