

Jadłospis 21.07 - 31.07.2025

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 21.07.2025	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, jajko 1szt, ser biały 50g z papryką św., ogórek kisz 60g Alergeny: gluten, mleko, jajko	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, jajko 1szt, ser biały 50g z papryką św., ogórek kisz 60g Alergeny: gluten, mleko, jajko		Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, jajko 1szt, ser biały 50g z papryką św., ogórek kisz 60g Alergeny: gluten, mleko, jajko
	Obiad	Kapuśniak z ziemniakami 400ml, chleb 50g, fasolka po bretońsku 200g, ziemniaki 250g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, siarczyny	Kapuśniak z ziemniakami 400ml, chleb 50g, pieczeń drobiowa 80g, sos pomidorowy 100g, ziemniaki 250g, szpinak 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, gluten, jajko, mleko		Kapuśniak z ziemniakami 400ml, chleb 50g, pieczeń drobiowa 80g, sos pomidorowy 100g, ziemniaki 250g, szpinak 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, gluten, jajko, mleko
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, lencz 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, seler, mleko, siarczyny	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, lencz 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, seler, mleko, siarczyny		Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, lencz 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, seler, mleko, siarczyny
	Posilek nocny	Pieczywo ryżowe 25g, dżem 25g	Pieczywo ryżowe 25g, dżem 25g		Pieczywo ryżowe 25g, ser twardy 30g
Wartość odżywcza:		E: 2103 kcal, B: 87g, T: 69gw tym NKT22g, W: 294g w tym cukry 6g, błonnik: 27g, sól: 7g	E: 2069 kcal, B: 104g, T: 61g w tym NKT19g, W: 290g w tym cukry 7g, błonnik: 31g, sól: 7g		E: 2021kcal, B: 115g, T: 63g w tym NKT20g, W: 261g w tym cukry 4g, błonnik: 30g, sól: 9g

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Wtorek 22.07.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser topiony 50g, makaron na mleku 400ml, jabłko. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, makaron na mleku 400ml, jabłko. Alergeny: gluten, mleko, jajko		Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, sałatka z ogórka i pomidora 60g, jabłko. Alergeny: gluten, mleko, jajko
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml, chleb 30g, kotlet schabowy 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml, chleb 30g, bitka schabowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,		Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml, chleb 30g, bitka schabowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy b/c 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, salceson smakowity 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny		Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Posilek nocny	Mandarynki	Mandarynki		Mandarynki
Wartość odżywcza:		E: 2454kcal, B: 82g, T: 97g w tym NKT39g, W329g w tym cukry 20g, błonnik: 33g, sól: 7g	E: 2139 kcal, B: 82g, T: 77g w tym NKT 32g, W: 296g w tym cukry20g, błonnik: 36g, sól: 7g		E: 2129 kcal, B: 82g, T: 77g w tym NKT 32g, W: 296g w tym cukry20g, błonnik: 36g, sól: 7g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Środa 23.07.2025	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z jajka i wędliny z rzodkiewką i szczypiorkiem 120g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajka i wędliny z rzodkiewką i szczypiorkiem 120g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajka i wędliny z rzodkiewką i szczypiorkiem 120g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny
	Obiad	Zupa ryżowa na rosole 400ml, chleb 50g, zrazy 80g, sos pieczarkowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kiszzonej kapusty 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko,	Zupa ryżowa na rosole 400ml, chleb 50g, zrazy 80g, sos pieczarkowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kiszzonej kapusty 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko,	Zupa ryżowa na rosole 400ml, chleb 50g, zrazy 80g, sos pieczarkowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kiszzonej kapusty 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, mizeria z cebulką 70g.	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, pomidor 60g.	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, pomidor 60g.
	Posiłek nocny	Buleczka drożdżowa 1szt	Buleczka drożdżowa 1szt	Buleczka drożdżowa 1szt
	Wartość odżywcza:	E: 2105kcal, B: 87g, T: 81gw tym NKT 29g, W: 265g w tym cukry 2g, błonnik: 20g, sól: 8g	E: 2052kcal, B: 93g, T: 82gw tym NKT 30g, W: 246g w tym cukry 2g, błonnik: 26g, sól: 8g	E: 2012kcal, B: 93g, T: 82gw tym NKT 30g, W: 236g w tym cukry 2g, błonnik: 26g, sól: 8g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Czwartek 24.07.2025	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, miód 25g, ser biały 60g ze śmietaną i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko,	Kawa z mlekiem 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, miód 25g, ser biały 60g ze śmietaną i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko,	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, ser biały 80g ze śmietaną i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko,
	Obiad	Rosół z makaronem 400ml, udko drobiowe pieczone 170g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, mleko, jajko	Rosół z makaronem 400ml, udko drobiowe pieczone 170g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, mleko, jajko	Rosół z makaronem 400ml, udko drobiowe pieczone 170g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, sałatka ryżowa z mięsem pieczonym Alergeny: gluten, mleko, seler,	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, sałatka ryżowa z mięsem pieczonym Alergeny: gluten, mleko, seler,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, sałatka ryżowa z mięsem pieczonym Alergeny: gluten, mleko, seler,
	Posiłek nocny	Jogurt owocowy 1szt	Jogurt owocowy 1szt	Jogurt naturalny 1szt
	Wartość odżywcza:	E: 2143 kcal, B: 115g, T: 70gw tym NKT 26g, W: 278g w tym cukry 6g, błonnik: 32g, sól: 5g	E: 2143 kcal, B: 115g, T: 70gw tym NKT 26g, W: 278g w tym cukry 6g, błonnik: 32g, sól: 5g	E: 2132kcal, B: 118g, T: 67gw tym NKT 25g, W: 278g w tym cukry 6g, błonnik: 32g, sól: 5g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Piątek 25.07.2025	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z jajka i tuńczyka 100g, ogórek św. 60g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajka i tuńczyka 100g, ogórek św. 60g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajka i tuńczyka 100g, ogórek św. 60g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba
	Obiad	Barszcz ukraiński z soczewicą 400ml, chleb 50g, łazanki z kapustą i serem białym 250g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: seler, mleko, jajko	Barszcz ukraiński z soczewicą 400ml, chleb 50g, makaron z serem białym 250g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: seler, mleko, jajko	Barszcz ukraiński z soczewicą 400ml, chleb 50g, makaron z serem białym 250g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, ryba po grecku 250g. Alergeny: gluten, seler, ryba	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, ryba w jarzynach 250g. Alergeny: gluten, seler, ryba	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, ryba w jarzynach 250g. Alergeny: gluten, seler, ryba
	Posilek nocny	Kisiel 200g	Kisiel 200g	Kisiel 200g
	Wartość odżywcza:	E: 2134kcal, B: 96g, T: 68g w tym NKT 18g, W294g w tym cukry 3g, błonnik: 26g, sól: 5g	E: 2077kcal, B: 100g, T: 69g w tym NKT 18g, W 276g w tym cukry 3g, błonnik: 27g, sól: 4g	E: 2005kcal, B: 100g, T: 69g w tym NKT 18g, W258g w tym cukry 3g, błonnik: 27g, sól: 4g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Sobota 26.07.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa zwyczajna 100g, sałatka z marchwi i cebuli 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa zwyczajna 100g, sałatka z marchwi i cebuli 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa zwyczajna 100g, sałatka z marchwi i cebuli 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Zupa szpinakowa z jajkiem 400ml, chleb 50g, gulasz drobiowy. 150g, ziemniaki 250g, sałatka z buraczków 150g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten. seler, jajko	Zupa szpinakowa z jajkiem 400ml, chleb 50g, gulasz drobiowy 150g, ziemniaki 250g, sałatka z buraczków 150g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten. seler, jajko	Zupa szpinakowa z jajkiem 400ml, chleb 50g, gulasz drobiowy. 150g, ziemniaki 250g, sałatka z buraczków 150g, kompot owocowy b/c 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten. seler, jajko
	Kolacja	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser biały 70g z ogórkiem św. i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko,	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser biały 70g z ogórkiem św. i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko,	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 70g z ogórkiem i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko,
	Posilek nocny	Jablko pieczone 150g	Jablko pieczone 150g	Jablko pieczone 150g
	Wartość odżywcza:	E: 2238 kcal, B: 93g, T: 78g w tym NKT29g, W: 305g w tym cukry 14g, błonnik: 32g, sól: 6g	E: 2178kcal, B: 96g, T: 74g w tym NKT27g, W: 300g w tym cukry 16g, błonnik: 40g, sól: 6g	E: 2106kcal, B: 96g, T: 74g w tym NKT27g, W: 282g w tym cukry 16g, błonnik: 40g, sól: 6g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Niedziela 27.07.2025	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, szynka z indyka 50g, jajko szt., pomidor 60g.	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka z indyka 50g, jajko szt., pomidor 60g.	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka z indyka 50g, jajko szt., pomidor 60g.	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka z indyka 50g, jajko szt., pomidor 60g.
		Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, kakao	Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, kakao	Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, kakao	Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, kakao
	Obiad	Zupa kalafiorowa 400ml, chleb 50g, karczek pieczony 70g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, salata zielona z ogórkiem św. 120g, kompot owocowy 250ml	Zupa kalafiorowa 400ml, chleb 50g, karczek pieczony 70g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, salata zielona z ogórkiem św. 120g, kompot owocowy 250ml	Zupa kalafiorowa 400ml, chleb 50g, karczek pieczony 70g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, salata zielona z ogórkiem św. 120g, kompot owocowy b/c 250ml	Zupa kalafiorowa 400ml, chleb 50g, karczek pieczony 70g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, salata zielona z ogórkiem św. 120g, kompot owocowy b/c 250ml
		Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie	Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie	Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie	Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pieczeń cesarska 100g, jarzyna gotowana 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g pieczeń cesarska 100g, jarzyna gotowana 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g pieczeń cesarska 100g, jarzyna gotowana 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g pieczeń cesarska 100g, jarzyna gotowana 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler
Posilek nocny		Chrupki 15g	Chrupki 15g	Chrupki 15g	Chrupki 15g
Wartość odżywcza:		E: 2151kcal, B: 87g, T: 75g w tym NKT 29g, W292g w tym cukry 3g, błonnik: 24g, sól: 6g	E: 2099kcal, B: 92g, T: 76g w tym NKT29g, W274g w tym cukry 3g, błonnik: 30g, sól: 6g	E: 2019kcal, B: 92g, T: 76g w tym NKT 29g, W: 254g w tym cukry 3g, błonnik: 30g, sól: 3g	E: 2019kcal, B: 92g, T: 76g w tym NKT 29g, W: 254g w tym cukry 3g, błonnik: 30g, sól: 3g

Dieta Podstawowa			Dieta Łatwostrawna		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 28.05.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, dżem 50g, płatki na mleku 400ml, jablko 150g.	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, dżem 50g, płatki na mleku 400ml, jablko 150g.	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 80, sałatka z pomidora i ogórka św. 60g, jablko 150g.	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 80, sałatka z pomidora i ogórka św. 60g, jablko 150g.
		Alergeny: gluten, mleko,	Alergeny: gluten, mleko,	Alergeny: gluten, mleko,	Alergeny: gluten, mleko,
	Obiad	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, sznycel 80g, ziemniaki 250g, mizeria 80g, kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, klopsiki 80g w sosie koperkowym 100g, ziemniaki 250g, marchewka z kalarepką 150g, kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, klopsiki 80g w sosie koperkowym 100g, ziemniaki 250g, marchewka z kalarepką 150g, kompot owocowy b/c 250ml	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, klopsiki 80g w sosie koperkowym 100g, ziemniaki 250g, marchewka z kalarepką 150g, kompot owocowy b/c 250ml
		Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie	Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie	Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie	Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, bigos 300g. Alergeny: gluten, seler, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, leczo z wędliną 250g. Alergeny: gluten, seler, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, leczo z wędliną 250g. Alergeny: gluten, seler, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, leczo z wędliną 250g. Alergeny: gluten, seler, siarczyny
Posilek nocny		Kisiel 200g	Kisiel 200g	Kisiel 200g	Kisiel 200g
Wartość odżywcza:		E: 2199 kcal, B: 77g, T: 63g w tym NKT 18g, W: 347g w tym cukry 20g, błonnik: 34g, sól: 5g	E: 2166 kcal, B: 88g, T: 61g w tym NKT 19g, W: 335g w tym cukry 20g, błonnik: 40g, sól: 5g	E: 2123 kcal, B: 103g, T: 73g w tym NKT27g, W: 281g w tym cukry 14g, błonnik: 39g, sól: 9g	E: 2123 kcal, B: 103g, T: 73g w tym NKT27g, W: 281g w tym cukry 14g, błonnik: 39g, sól: 9g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Wtorek 29.07.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasztet pieczony 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny,	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasztet pieczony 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasztet pieczony 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny,
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, makaron z filetem drobi i szpinakiem 300g, sos śmietanowo - serowy 100g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko, soja, gorczyca,	Zupa solferino z ziemniakami 400ml, chleb 50g, makaron z filetem drobi i szpinakiem 300g, sos śmietanowo - serowy 100g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko,	Zupa solferino z ziemniakami 400ml, chleb 50g, makaron z filetem drobi i szpinakiem 300g, sos śmietanowo - serowy 100g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, ćwikła z cebulą 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, ćwikła z cebulą 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, ćwikła z cebulą 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Posilek nocny	Arbuz 150g	Arbuz 150g	Arbuz 150g
	Wartość odżywcza:	E: 2570kcal, B: 85g, T: 116g w tym NKT 40g, W 309g w tym cukry 12g błonnik: 29g, sól: 6g	E: 2512kcal, B: 91g, T: 120g w tym NKT 42g, W 279g w tym cukry 12g, błonnik: 30g, sól: 7g	E: 2433kcal, B: 91g, T: 120g w tym NKT 42g, W: 271g w tym cukry 16g, błonnik: 36g, sól: 7g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Środa 30.07.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, sos jogurtowo-chrzanowy 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, sos jogurtowo-chrzanowy 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, sos jogurtowo-chrzanowy 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Zupa neapolitańska 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa neapolitańska 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa neapolitańska 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy b/c 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 50g, zupa ziemniaczana z czosnkiem 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 50g, zupa ziemniaczana z czosnkiem 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 50g, zupa ziemniaczana z czosnkiem 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler
	Posilek nocny	Buleczka drożdżowa 1szt	Buleczka drożdżowa 1szt	Buleczka drożdżowa 1szt
	Wartość odżywcza:	E: 2113 kcal, B: 100g, T: 61g w tym NKT 23g, W: 308g w tym cukry 17g, błonnik: 37g, sól: 7g	E: 2113 kcal, B: 100g, T: 61g w tym NKT 23g, W: 308g w tym cukry 17g, błonnik: 37g, sól: 7g	E: 2113 kcal, B: 100g, T: 61g w tym NKT 23g, W: 308g w tym cukry 17g, błonnik: 37g, sól: 7g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

Dieta Podstawowa		Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Czwartek 31.07.2025	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, sałatka makaronowa z jajkiem i wędliną 150g Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, gorczyca, jajko	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, sałatka makaronowa z jajkiem i wędliną 150g Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, gorczyca, jajko
	Obiad	Żurek z ziemniakami 400ml, chleb 50g, bitki wieprz. 80g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Żurek z ziemniakami 400ml, chleb 50g, bitki wieprz. 80g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z sera białego i wędliny z ogórkiem św. 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z sera białego i wędliny z ogórkiem św. 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny,
	Posilek nocny	Jogurt naturalny 150g	Jogurt naturalny 150g
	Wartość odżywcza:	E: 2137kcal, B: 88g, T: 73gw tym NKT23g, W: 294g w tym cukry 7g, błonnik: 28g, sól: 6g	E: 2089kcal, B: 93g, T: 74gw tym NKT23g, W: 277g w tym cukry 7g, błonnik: 33g, sól: 7g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.