

Jadłospis 01.03-10.03.2026

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Niedziela 01.03.2026	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, szynka wieprzowa 100g, chrzan z jabłkiem 80g. <u>Alergeny: gluten, mleko, siarczyn,</u>	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka wieprzowa 100g, chrzan z jabłkiem 80g. <u>Alergeny: gluten, mleko, siarczyn,</u>	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka wieprzowa 100g, chrzan z jabłkiem 80g. <u>Alergeny: gluten, mleko, siarczyn,</u>
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml, chleb 50g, bitka ze schabu 70g w sosie 100g, ziemniaki 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie <u>Alergeny: gluten, seler, mleko,</u>	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml, chleb 50g, bitka ze schabu 70g w sosie 100g, ziemniaki 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie <u>Alergeny: gluten, seler, mleko,</u>	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml, chleb 50g, bitka ze schabu 70g w sosie 100g, ziemniaki 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie <u>Alergeny: gluten, seler, mleko,</u>
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa zwyczajna 100g, kapusta gotowana z konc. pomidorowym 150g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, <u>Alergeny: gluten, mleko, siarczyn</u>	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa zwyczajna 100g, jarzynka got z konc. pomid. 150g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, <u>Alergeny: gluten, mleko, siarczyn, seler</u>	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa zwyczajna 100g, jarzynka got z konc. pomid. 150g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, <u>Alergeny: gluten, mleko, siarczyn, seler</u>
	Posiłek nocny	Herbatniki 1op E: 2265kcal, B: 91g, T: 74g w tym NKT 25g, W323g w tym cukry 14g, błonnik: 30g, sól: 6g	Herbatniki 1op E: 2221kcal, B: 95g, T: 74g w tym NKT 25g, W: 308g w tym cukry 14g, błonnik: 34g, sól: 7g	Herbatniki 1op E: 2149kcal, B: 95g, T: 74g w tym NKT 25g, W: 290g w tym cukry 14g, błonnik: 34g, sól: 7g
Wartość odżywcza:				

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 2.03.2026	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z sera białego i wędliny z konc. pomidorowym i ziel. pietruszką 120g, mix sałat 80g. <u>Alergeny: gluten, kakao, mleko, siarczyn</u>	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z sera białego i wędliny z konc. pomidorowym i ziel. pietruszką 120g, mix sałat 80g <u>Alergeny: gluten, kakao, mleko, siarczyn</u>	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z sera białego i wędliny z konc. pomidorowym i ziel. pietruszką 120g, mix sałat 80g. <u>Alergeny: gluten, kakao, mleko, siarczyn</u>
	Obiad	Zupa jarzynowa 350ml, chleb 50g, bigos 300g, ziemniaki 250g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, <u>Alergeny: gluten, seler, siarczyn</u>	Zupa jarzynowa 350ml, chleb 50g, pieczeń drobiowa 80g, ziemniaki 250g, szpinak 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie <u>Alergeny: seler, gluten, jajko, mleko</u>	Zupa jarzynowa 350ml, chleb 50g, pieczeń drobiowa 80g, ziemniaki 250g, szpinak 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie <u>Alergeny: seler, gluten, jajko, mleko</u>
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie <u>Alergeny: gluten, mleko, siarczyn</u>	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, keczup 30g, jabłko 150g Sposób obróbki posiłku: gotowanie <u>Alergeny: gluten, mleko, siarczyn</u>	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, keczup 30g, jabłko 150g Sposób obróbki posiłku: gotowanie <u>Alergeny: gluten, mleko, siarczyn</u>
	Posiłek nocny	Kisiel 200g Sposób obróbki posiłku: gotowanie	Kisiel 200g Sposób obróbki posiłku: gotowanie	Kisiel 200g Sposób obróbki posiłku: gotowanie
Wartość odżywcza:		E: 2195kcal, B: 74g, T: 86gw tym NKT 33g, W: 293g w tym cukry 16g, błonnik: 28g, sól: 6g	E: 2140kcal, B: 87g, T: 83gw tym NKT 32g, W: 275g w tym cukry 15g, błonnik: 30g, sól: 6g	E: 2100kcal, B: 87g, T: 83gw tym NKT 32g, W: 265g w tym cukry 15g, błonnik: 30g, sól: 6g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Wtorek 3.03.2026	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, połówka drobiowa 50g, ser biały 50g z ziel pietruszką, pomidor 100g. Alergeny: gluten, mleko, kakao	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, połówka drobiowa 50g, ser biały 50g z ziel pietruszką, pomidor 100g. Alergeny: gluten, mleko, kakao	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, połówka drobiowa 50g, ser biały 50g z ziel pietruszką, pomidor 100g. Alergeny: gluten, mleko, kakao
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie w piecu konwekcyjno-parowym Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie w piecu konwekcyjno-parowym Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie w piecu konwekcyjno-parowym Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa mocno-wędzona 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny.	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa mocno-wędzona 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny.	Herbata z cytryną b/c 250g, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa mocno-wędzona 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny.
	Posiłek nocny	Buleczka drożdżowa 1szt	Buleczka drożdżowa 1szt	Buleczka drożdżowa 1szt
Wartość odżywcza:		E: 2222 kcal, B: 91g, T: 83gw tym NKT32g, W: 289g w tym cukry 14g, błonnik: 32g, sól: 6g	E: 2178kcal, B: 95g, T: 84gw tym NKT33g, W: 274g w tym cukry 14g, błonnik: 33g, sól: 6g	E: 2139kcal, B: 95g, T: 84gw tym NKT33g, W: 264g w tym cukry 14g, błonnik: 33g, sól: 6g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Środa 4.03.2026	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 70g z jogurtem i ziel. pietruszką, mix sałat z pomidorem. Alergeny: gluten, mleko,	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 70g z jogurtem i ziel. pietruszką, mix sałat z pomidorem. Alergeny: gluten, mleko,	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 70g z jogurtem i ziel. pietruszką, mix sałat z pomidorem. Alergeny: gluten, mleko,
	Obiad	Zupa ziemniaczana z czosnkiem 350ml, chleb 50g, wątroba wieprz. panierowana 100g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajka,	Zupa ziemniaczana 350ml, chleb 50g, wątrołka drobiowa 100g w sosie 100g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa ziemniaczana 350ml, chleb 50g, wątrołka drobiowa 100g w sosie 100g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, sałatka z buraczków i selera 120g. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, sałatka z buraczków i selera 120g. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, sałatka z buraczków i selera 120g. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny
	Posiłek nocny	Budyń 200g Sposób obróbki posiłku: gotowanie,	Budyń 200g Sposób obróbki posiłku: gotowanie,	Budyń 200g Sposób obróbki posiłku: gotowanie,
Wartość odżywcza:		E: 2407kcal, B: 97g, T: 84g w tym NKT 27g, W331g w tym cukry7g Błonnik: 34g, sól: 6g	E: 2176kcal, B: 99g, T: 67g w tym NKT 26g, W308g w tym cukry 7g, błonnik: 31g, sól: 6g	E: 2105kcal, B: 99g, T: 67gw tym NKT26g, W: 290g w tym cukry 7g, błonnik: 31g, sól: 6g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Czwartek 5.03.2026	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z serów i jajka z ogórkiem kiszonym 120g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko,	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z serów i jajka z ogórkiem kiszonym 120g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko,	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z serów i jajka z ogórkiem kiszonym 120g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko
	Obiad	Rosół z kaszą jaglaną 350ml, udko drobiowe pieczone 170g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie w piecu konwekcyjno-parowym Alergeny: seler, mleko	Rosół z kaszą jaglaną 350ml, udko drobiowe pieczone 170g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie w piecu konwekcyjno-parowym Alergeny: seler, mleko	Rosół z kaszą jaglaną 350ml, udko drobiowe pieczone 170g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie w piecu konwekcyjno-parowym Alergeny: seler, mleko
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, leczko z mięsem pieczonym Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, leczko z mięsem pieczonym Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, leczko z mięsem pieczonym Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler
	Posiłek nocny	Deser chia z owocami 200g	Deser chia z owocami 200g	Deser chia z owocami 200g
Wartość odżywcza:		E: 2226kcal, B: 122g, T: 67g w tym NKT25g, W296g w tym cukry 10g, błonnik: 30g, sól: 5g	E: 2182kcal, B: 126g, T: 68g w tym NKT25g, W281g w tym cukry10g, błonnik: 34g, sól: 5g	E: 2110kcal, B: 126g, T: 68g w tym NKT25g, W: 263g w tym cukry 10g, błonnik: 34g, sól: 5g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Piątek 6.03.2026	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, lane ciasto na mleku 350ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, lane ciasto na mleku 350ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały w plasterze 100g, sałata zielona z jarzynami 100g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,
	Obiad	Żurek z ziemniakami 350ml, chleb 50g, filec rybny 150 g w sosie pomidorowym 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, mleko, ryba	Żurek z ziemniakami 350ml, chleb 50g, filec rybny 150 g w sosie pomidorowym 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, mleko, ryba	Żurek z ziemniakami 350ml, chleb 50g, filec rybny 150 g w sosie pomidorowym 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, mleko, ryba
	Kolacja	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, kalafior z jarzynami 150g. Alergeny: gluten, seler, jajko.	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, kalafior z jarzynami 150g. Alergeny: gluten, seler, jajko.	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, kalafior z jarzynami 150g. Alergeny: gluten, seler, jajko.
	Posiłek nocny	Kefir 200g	Kefir 200g	Kefir 200g
Wartość odżywcza:		E: 2451 kcal, B: 101g, T: 98gw tym NKT39g, W: 306g w tym cukry 11g, błonnik: 33g, sól: 5g	E: 2451 kcal, B: 101g, T: 98gw tym NKT39g, W: 306g w tym cukry 11g, błonnik: 33g, sól: 5g	E: 2192kcal, B: 103g, T: 84gw tym NKT30g, W: 271g w tym cukry 13g, błonnik: 33g, sól: 4g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Sobota 7.03.2026	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasztet drobiowy 80g, keczup 30g, jabłko 150g Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasztet drobiowy 80g, keczup 30g, jabłko 150g Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasztet drobiowy 80g, keczup 30g, jabłko 150g Alergeny: gluten, mleko,
	Obiad	Zupa makaronowa 350ml, chleb 50g, klopsiki drobiowo-wieprzowe 80g w sosie śmietanowym 100g, kasza mieszana 250g, sałatka z buraczków 120g, kompot owocowy 250ml, Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie w piecu konwekcyjno-parowym Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa makaronowa 350ml, chleb 50g, klopsiki drobiowo-wieprzowe 80g w sosie śmietanowym 100g, kasza mieszana 250g, sałatka z buraczków 120g, kompot owocowy 250ml, Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie w piecu konwekcyjno-parowym Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa makaronowa 350ml, chleb 50g, klopsiki drobiowo-wieprzowe 80g w sosie śmietanowym 100g, kasza mieszana 250g, sałatka z buraczków 120g, kompot owocowy b/c 250ml, Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie w piecu konwekcyjno-parowym Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, parówka 1szt, krupnik zabieleny 350ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, siarczyn, mleko	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, parówka 1szt, krupnik zabieleny 350ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, siarczyn, mleko	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, parówka 1szt, krupnik zabieleny 350ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, siarczyn, mleko
	Posiłek nocny	Jabłko pieczone 150g E: 2076kcal, B: 55g, T: 82g w tym NKT26g, W: 290g w tym cukry 13g, błonnik: 27g, sól: 5g	Jabłko pieczone 150g E: 2032kcal, B: 59g, T: 83g w tym NKT26g, W: 275g w tym cukry 13g, błonnik: 31g, sól: 5g	Jabłko pieczone 150g E: 1952kcal, B: 59g, T: 83g w tym NKT26g, W: 255g w tym cukry 13g, błonnik: 31g, sól: 5g
Wartość odżywcza:				

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Niedziela 8.03.2026	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, sałatka jarzynowa 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyn, seler, kakao	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, sałatka jarzynowa 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyn, seler, kakao	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, sałatka jarzynowa 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyn, seler, kakao
	Obiad	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie w piecu konwekcyjno-parowym Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie w piecu konwekcyjno-parowym Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g, kompot owocowy b/c 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie w piecu konwekcyjno-parowym Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, pasta z jajek z zieloną pietruszką 100g, kasza manna na mleku 350ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata 250ml, chleb graham 100g, pasta z jajek z zieloną pietruszką 100g, kasza manna na mleku 350ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, pasta z jajek z zieloną pietruszką 100g, ogórek kisz.100g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, mleko, jajko
	Posiłek nocny	Sok owocowy 1szt E: 2259 kcal, B: 83g, T: 81gw tym NKT34g, W: 312g w tym cukry 9g, błonnik: 27g, sól: 6g	Sok owocowy 1szt E: 2215 kcal, B: 87g, T: 82gw tym NKT34g, W: 297g w tym cukry 20g, błonnik: 31g, sól: 6g	Sok warzywny 1szt E: 1962 kcal, B: 82g, T: 76gw tym NKT30g, W: 253g w tym cukry 12g, błonnik: 35g, sól: 9g
Wartość odżywcza:				

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 9.03.2026	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, salceson smakowity 80g, sałatka z marchwi i cebuli 120g Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa krakowska 80g, sałatka z marchwi i selera 120g. Alergeny: gluten, mleko, seler	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa krakowska 80g, sałatka z marchwi i selera 120g. Alergeny: gluten, mleko, seler
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 350ml, chleb 50g, gołąbki bez zawijania 100g w sosie pomidorowym 100g, ziemniaki 250g, surówka warzywna z olejem 120g, kompot owocowy 250ml, Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa selerowa z ziemniakami 350ml, chleb 50g, gołąbki bez zawijania 100g w sosie pomidorowym 100g, ziemniaki 250g, surówka warzywna z olejem 120g, kompot owocowy 250ml, Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa selerowa z ziemniakami 350ml, chleb 50g, gołąbki bez zawijania 100g w sosie pomidorowym 100g, ziemniaki 250g, surówka warzywna z olejem 120g, 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, dżem 50g, kasza jagłana na mleku 350ml, jabłko 150g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, mleko	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, dżem 50g, kasza jagłana na mleku 350ml, jabłko 150g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, mleko	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 80g, sałata lodowa z jarzynami 100g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko
	Posiłek nocny	Serek ziarnisty 1op	Serek ziarnisty 1op	Serek ziarnisty 1op
Wartość odżywcza:		E: 2210kcal, B: 79g, T: 86g w tym NKT35g, W: 292g w tym cukry 21g, błonnik: 27g, sól: 6g	E: 2166kcal, B: 84g, T: 87g w tym NKT36g, W: 276g w tym cukry 21g, błonnik: 31g, sól: 6g	E: 1999kcal, B: 101g, T: 82g w tym NKT37g, W: 227g w tym cukry 15g, błonnik: 31g, sól: 8g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Wtorek 10.03.2026	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka z indyka 100g, sałatka jarzynowa 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler, gorczyca	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka z indyka 100g, sałatka jarzynowa 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler, gorczyca	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka z indyka 100g, sałatka jarzynowa 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler, gorczyca
	Obiad	Kapuśniak z ziemniakami 400ml, chleb 50g, gulasz drobiowy 150g, ziemniaki 250g, ćwikła 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Kapuśniak z ziemniakami 400ml, chleb 50g, gulasz drobiowy 150g, ziemniaki 250g, ćwikła 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Kapuśniak z ziemniakami 400ml, chleb 50g, gulasz drobiowy 150g, ziemniaki 250g, ćwikła 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, miód 50g, ryż na mleku 350ml, jabłko 150g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 50g z jogurtem, ryż na mleku 400ml, jabłko 150g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ryż z jabłkami 250g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, mleko,
	Posiłek nocny	Pieczywo ryżowe 25g, parówka 1szt	Pieczywo 25g, parówka 1szt	Pieczywo 25g, parówka 1szt
Wartość odżywcza:		E: 2416kcal, B: 92g, T: 71g w tym NKT25g, W367g w tym cukry 10g, błonnik: 35g, sól: 6g	E: 2416kcal, B: 92g, T: 71g w tym NKT25g, W367g w tym cukry 10g, błonnik: 35g, sól: 6g	E: 2405kcal, B: 92g, T: 69g w tym NKT24g, W: 371g w tym cukry 13g, błonnik: 38g, sól: 6g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.