

Jadłospis 21.03 - 31.03.2026

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Sobota 21.03.2026	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, paszтет drobiowy 80g, sałatka z kalafiora z jarzynami 150g. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, paszтет drobiowy 80g, sałatka z kalafiora z jarzynami 150g. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, paszтет drobiowy 80g, sałatka z kalafiora z jarzynami 150g. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny
	Obiad	Zupa ziemniaczana z soczewicą 350ml, chleb 50g, klopsiki drobiowo-wieprzowe 80g, sos pieczarkowy 100g, ziemniaki 250g, marchewka 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa ziemniaczana 350ml, chleb 50g, klopsiki drobiowo-wieprzowe 80g, sos pieczarkowy 100g, ziemniaki 250g, marchewka 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa ziemniaczana 350ml, chleb 50g, klopsiki drobiowo-wieprzowe 80g, sos pieczarkowy 100g, ziemniaki 250g, marchewka 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser twardy 60g, krupnik zabieleny 350ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, mleko, seler	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 60g, krupnik zabieleny 350ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, mleko, seler	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 60g, krupnik zabieleny 350ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, mleko, seler
	Posiłek nocny	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Wartość odżywcza:		E: 2340 kcal, B: 79g, T: 73gw tym NKT 37g, W: 353g w tym cukry 13g, błonnik: 26g, sól: 4g	E: 2296kcal, B: 84g, T: 74gw tym NKT37g, W: 338g w tym cukry 13g, błonnik: 31g, sól: 4g	E: 2153kcal, B: 90g, T: 81gw tym NKT40g, W: 279g w tym cukry 13g, błonnik: 31g, sól: 4g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Niedziela 22.03.2026	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, szynka z indyka 100g, sałatka jarzynowa 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka z indyka 100g, sałatka jarzynowa 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka z indyka 100g, sałatka jarzynowa 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler
	Obiad	Zupa brokułowa 350ml, schab pieczony 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, mleko,	Zupa brokułowa 350ml, schab pieczony 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, mleko,	Zupa brokułowa 350ml, schab pieczony 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, mleko,
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z jajek z papryką św. 100g, ryż na mleku 350ml, jabłko 150g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, jajko, mleko,	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajek z papryką św. 100g, ryż na mleku 350ml, jabłko 150g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, jajko, mleko,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajek z papryką św. 100g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, jabłko 150g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, jajko, mleko,
	Posiłek nocny	Jogurt owocowy 150g	Jogurt owocowy 150g.	Jogurt naturalny 150g.
Wartość odżywcza:		E: 2344 kcal, B: 81g, T: 95gw tym NKT35g, W: 301g w tym cukry 6g, błonnik: 27g, sól: 7g	E: 2300 kcal, B: 86g, T: 96gw tym NKT35g, W: 286g w tym cukry 6g, błonnik: 32g, sól: 7g	E: 2028kcal, B: 80g, T: 92gw tym NKT33g, W: 232g w tym cukry 7g, błonnik: 31g, sól: 7g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 23.03.2026	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, dżem 50g, kasza manna na mleku 350ml, jabłko 150g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, <u>Alergeny: gluten, mleko,</u>	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, dżem 50g, kasza manna na mleku 350ml, jabłko 150g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, <u>Alergeny: gluten, mleko,</u>	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser żółty 80g, pomidor 75g, jabłko 150g <u>Alergeny: gluten, mleko,</u>
	Obiad	Zupa ryżowa 350ml, chleb 50g, potrawka wieprzowa 150g, ziemniaki 250g, jarzyna gotowana 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, <u>Alergeny: seler, mleko,</u>	Zupa ryżowa 350ml, chleb 50g, potrawka wieprzowa 150g, ziemniaki 250g, jarzyna gotowana 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, <u>Alergeny: seler, mleko,</u>	Zupa ryżowa 350ml, chleb 50g, potrawka wieprzowa 150g, ziemniaki 250g, jarzyna gotowana 150g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, <u>Alergeny: seler, mleko,</u>
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, pasta mięsno-warzywna zapiekana 120g, sos pomidorowy 100g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie <u>Alergeny: gluten, seler</u>	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, pasta mięsno-warzywna 120g, sos pomidorowy 100g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie <u>Alergeny: gluten, seler</u>	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta mięsno-warzywna 120g, sos pomidorowy 100g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie <u>Alergeny: gluten, seler</u>
	Posiłek nocny	Sok owocowy 1szt	Sok owocowy 1szt	Sok warzywny 1szt
Wartość odżywcza:		E: 2024kcal, B: 71g, T: 44g w tym NKT10g, W361g w tym cukry 28g, błonnik: 34g, sól: 3g	E: 2025kcal, B: 76g, T: 45g w tym NKT10g, W346g w tym cukry 28g, błonnik: 40g, sól: 3g	E: 1803kcal, B: 89g, T: 60g w tym NKT24g, W241g w tym cukry 14g, błonnik: 34g, sól: 7g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Wtorek 24.03.2026	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta węgierska z ogórkiem kiszonym 120g. <u>Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny</u>	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta węgierska z ogórkiem kiszonym 120g. <u>Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny</u>	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta węgierska z ogórkiem kiszonym 120g. <u>Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny</u>
	Obiad	Zupa jarzynowa 350ml, chleb 50g, bigos 250g, ziemniaki 250g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie <u>Alergeny: gluten, seler, siarczyny</u>	Zupa jarzynowa 350ml, chleb 50g, pieczeń drobiowa 100g 150g, ziemniaki 250g, szpinak z brokulem got.150g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie <u>Alergeny: gluten, seler, siarczyny</u>	Zupa jarzynowa 350ml, chleb 50g, pieczeń drobiowa 100g 150g, ziemniaki 250g, szpinak z brokulem got.150g, kompot owocowy b/c 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie <u>Alergeny: gluten, seler, siarczyny</u>
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, salceson smakowity 100g, chrzan z jabłkiem 120g <u>Alergeny: gluten, mleko, siarczyny</u>	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, chrzan z jabłkiem 120g <u>Alergeny: gluten, mleko, siarczyny</u>	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, chrzan z jabłkiem 120g. <u>Alergeny: gluten, mleko, siarczyny</u>
	Posiłek nocny	Banan 1szt	Banan 1szt	Banan 1szt
Wartość odżywcza:		E: 2027kcal, B: 74g, T: 78gw tym NKT27g, W: 272g w tym cukry 14g, błonnik: 32g, sól: 6g	E: 1843kcal, B: 80g, T: 57gw tym NKT19g, W: 265g w tym cukry 13g, błonnik: 28g, sól: 5g	E: 1804kcal, B: 80g, T: 57gw tym NKT19g, W: 255g w tym cukry 13g, błonnik: 28g, sól: 5g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Środa 25.03.2026	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, płatki owsiane 400ml, jabłko 150g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, płatki owsiane na mleku 400ml, jabłko 150g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, ogórek kiszony 60g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,
	Obiad	Żurek z ziemniakami 350ml, chleb 50g, filec rybny panierowany 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszonej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, ryba, jajko	Żurek z ziemniakami 350ml, chleb 50g, filec rybny w cieście 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszonej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, ryba,	Żurek z ziemniakami 350ml, chleb 50g, filec rybny w cieście 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszonej 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, ryba,
	Kolacja	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 1szt jajko, szynka konserwowa 50g, sałatka z pomidora i ogórka św. 120g Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, jajko	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 1szt jajko, szynka konserwowa 50g, sałatka z pomidora i ogórka św. 120g Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, jajko	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 1szt jajko, szynka konserwowa 50g, sałatka z pomidora i ogórka św. 120g Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, jajko
	Posilek nocny	Kefir 200g	Kefir 200g	Kefir 200g
Wartość odżywcza:		E: 2316kcal, B: 89g, T: 85g w tym NKT34g, W315g w tym cukry 12g, błonnik: 34g, sól: 6g	E: 2316kcal, B: 89g, T: 85g w tym NKT34g, W315g w tym cukry 12g, błonnik: 34g, sól: 6g	E: 2133kcal, B: 90g, T: 78g w tym NKT30g, W: 283g w tym cukry12g, błonnik: 35g, sól: 8g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Czwartek 26.03.2026	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser biały 80g ze śmietaną, papryką św. i szczypiorkiem, jabłko. Alergeny: gluten, mleko,	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 80g ze śmietaną, papryką św. i szczypiorkiem, jabłko. Alergeny: gluten, mleko,	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 80g ze śmietaną, papryką św. i szczypiorkiem, jabłko. Alergeny: gluten, mleko,
	Obiad	Zupa flakowa 350ml, chleb 50g, risotto 250g z sosem pieczarkowym 100g, mix sałat 120g z sosem winegret, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa kalafiorowa 350ml, chleb 50g, risotto 250g z sosem pieczarkowym 100g, mix sałat 120g z sosem winegret, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa kalafiorowa 350ml, chleb 50g, risotto 250g z sosem pieczarkowym 100g, mix sałat 120g z sosem winegret, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa mocno-wędzona 100g, sałatka z marchwi i cebuli 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa mocno-wędzona 100g, sałatka z marchwi i cebuli 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa mocno-wędzona100g, sałatka z marchwi i cebuli 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Posilek nocny	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g
Wartość odżywcza:		E: 2193kcal, B: 91g, T: 81gw tym NKT32g, W: 287g w tym cukry 16g, błonnik: 29g, sól: 4g	E: 2079 kcal, B: 81g, T: 80gw tym NKT31g, W: 275g w tym cukry 17g, błonnik: 34g, sól: 4g	E: 2047 kcal, B: 81g, T: 80gw tym NKT31g, W: 267g w tym cukry 17g, błonnik: 3g, sól: 4g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Piątek 27.03.2026	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z sera białego i morszczuka wędzonego z ogórkiem św. 120g <u>Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba, kakao</u>	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z sera białego i morszczuka wędzonego z ogórkiem św. 120g <u>Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba, kakao</u>	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z sera białego i morszczuka wędzonego z ogórkiem św. 120g <u>Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba, kakao</u>
	Obiad	Zupa fasolowa z ziemniakami 350ml, chleb 50g, makaron 250g, sos jarzynowy z tuńczykiem 120g, ćwikła 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie <u>Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko, ryba</u>	Zupa zielonego groszku z ziemniakami 350ml, chleb 50g, makaron 250g, sos jarzynowy z tuńczykiem 120g, ćwikła 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie <u>Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko, ryba</u>	Zupa zielonego groszku z ziemniakami 350ml, chleb 50g, makaron 250g, sos jarzynowy z tuńczykiem 120g, ćwikła 120g, kompot owocowy b/c 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie <u>Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko, ryba</u>
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, marmolada 50g, ryż na mleku 350ml, jabłko 150g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, <u>Alergeny: gluten, mleko,</u>	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, marmolada 50g, ryż na mleku 350ml, jabłko 150g. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, <u>Alergeny: gluten, mleko,</u>	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 80g, pomidor 60g, jabłko 150g. <u>Alergeny: gluten, mleko,</u>
	Posiłek nocny	Serek ziarnisty 1op	Serek ziarnisty 1op	Serek ziarnisty 1op
Wartość odżywcza:		E: 2396kcal, B: 105g, T: 69g w tym NKT31g, W349g w tym cukry14g, błonnik: 26g, sól: 6g	E: 2291kcal, B: 106g, T: 70g w tym NKT31g, W321g w tym cukry 14g, błonnik: 28g, sól: 6g	E: 2294kcal, B: 120g, T: 82g w tym NKT39g, W: 280g w tym cukry 9g, błonnik: 28g, sól: 8g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Sobota 28.03.2026	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, musztarda 30g, jabłko 150g <u>Alergeny: gluten, mleko, siarczyn</u>	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, musztarda 30g, jabłko 150g. <u>Alergeny: gluten, mleko, siarczyn</u>	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, musztarda 30g, jabłko 150g. <u>Alergeny: gluten, mleko, siarczyn</u>
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 350ml, chleb 50g, pulpety wieprzowo-drobiowe 80g w sosie pomidorowym 100g, kasza mieszana 250g, surówka warzywna120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie <u>Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko,</u>	Zupa selerowa z ziemniakami 350ml, chleb 50g, pulpety wieprzowo-drobiowe 80g w sosie pomidorowym 100g, kasza mieszana 250g, surówka warzywna120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie <u>Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko,</u>	Zupa selerowa z ziemniakami 350ml, chleb 50g, pulpety wieprzowo-drobiowe 80g w sosie pomidorowym 100g, kasza mieszana 250g, surówka warzywna120g, kompot owocowy b/c 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie <u>Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko,</u>
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, 2szt jajko, sałatka jarzynowa 150g. <u>Alergeny: gluten, mleko, jajko, seler</u>	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, sałatka jarzynowa 150g. <u>Alergeny: gluten, mleko, jajko, seler</u>	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, sałatka jarzynowa 150g. <u>Alergeny: gluten, mleko, jajko, seler</u>
	Posiłek nocny	Mandarynki 2szt	Mandarynki 2szt	Mandarynki 2szt
Wartość odżywcza:		E: 2174 kcal, B: 70g, T: 94gw tym NKT30g, W: 274g w tym cukry 13g, błonnik: 31g, sól: 5g	E: 2130kcal, B: 75g, T: 95gw tym NKT31g, W: 259g w tym cukry 13g, błonnik: 35g, sól: 5g	E: 2050 kcal, B: 75g, T: 95gw tym NKT31g, W: 239g w tym cukry 13g, błonnik: 35g, sól: 5g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Niedziela 29.03.2026	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, poledwica z kurczaka 50g, ser biały z jogurtem i zieloną pietruszką 50g, pomidor 100g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyn	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, poledwica z kurczaka 50g, ser biały z jogurtem i zieloną pietruszką 50g, pomidor 100g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyn	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, poledwica z kurczaka 50g, ser biały z jogurtem i zieloną pietruszką 50g, pomidor 100g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyn
	Obiad	Rosół z makaronem 350ml, chleb 50g, bitka drobiowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty czerwonej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie w piecu konwekcyjno-parowym Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Rosół z makaronem 350ml, chleb 50g, bitka drobiowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty czerwonej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie w piecu konwekcyjno-parowym Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Rosół z makaronem 350ml, chleb 50g, bitka drobiowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty czerwonej 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie w piecu konwekcyjno-parowym Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa starowiejska 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyn	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa starowiejska 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyn	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa starowiejska 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyn
	Posilek nocny	Ciastka zbożowe 1op E: 2086 kcal, B: 99g, T: 60gw tym NKT25g, W: 299g w tym cukry 17g, błonnik: 26g, sól: 6g	Ciastka zbożowe 1op E: 2042kcal, B: 103g, T: 61gw tym NKT25g, W: 284g w tym cukry 17g, błonnik: 30g, sól: 6g	Ciastka zbożowe 1op E: 1970 kcal, B: 103g, T: 61g w tym NKT25g, W: 266g w tym cukry 17g, błonnik: 30g, sól: 6g
Wartość odżywcza:				

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 30.03.2026	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z serów i wędliny z koncentratem pomidorowym i ogórkiem św. 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyn	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z serów i wędliny z koncentratem pomidorowym i ogórkiem św. 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyn	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z serów i wędliny z koncentratem pomidorowym i ogórkiem św. 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyn
	Obiad	Kapuśniak 350ml, chleb 50g, gulasz wieprzowy 100g, kasza jęczmienna 250g, surówka z selera, jabłka i papryki 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko,	Kapuśniak 350ml, chleb 50g, gulasz wieprzowy 100g, kasza jęczmienna 250g, surówka z selera, jabłka i papryki 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko,	Kapuśniak 350ml, chleb 50g, gulasz wieprzowy 100g, kasza jęczmienna 250g, surówka z selera, jabłka i papryki 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, miód 25g, jajko 1szt, keczup 30g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, miód 25g, jajko 1szt, keczup 30g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, jajko 2szt, keczup 30g. Alergeny: gluten, mleko, jajko
	Posilek nocny	Mus owocowy E: 2142kcal, B: 72g, T: 74gw tym NKT27g, W: 309g w tym cukry 4g, błonnik: 24g, sól: 4g	Mus owocowy E: 2098 kcal, B: 76g, T: 74gw tym NKT27g, W: 294g w tym cukry 8g, błonnik: 29g, sól: 4g	Mus owocowy E: 2038 kcal, B: 84g, T: 81gw tym NKT29g, W: 256g w tym cukry 8g, błonnik: 29g, sól: 5g
Wartość odżywcza:				

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Wtorek 31.03.2026	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, ser twardy 80g, sałatka z marchwi i cebuli 150g <u>Alergeny: gluten, mleko, kakao,</u>	Kakao 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, ser twardy 80g, sałatka z marchwi i cebuli 150g <u>Alergeny: gluten, mleko, kakao,</u>	Kakao b/c 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, ser twardy 80g, sałatka z marchwi i cebuli 150g <u>Alergeny: gluten, mleko, kakao,</u>
	Obiad	Zupa pomidorowa z l.ciastem 350ml, chleb 50g, udko pieczone 170g, ziemniaki 250g, sałatka z buraczków 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie w piecu konwekcyjno-parowym <u>Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko,</u>	Zupa pomidorowa z l.ciastem 350ml, chleb 50g, udko pieczone 170g, ziemniaki 250g, sałatka z buraczków 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie w piecu konwekcyjno-parowym <u>Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko,</u>	Zupa pomidorowa z l.ciastem 350ml, chleb 50g, udko pieczone 170g, ziemniaki 250g, sałatka z buraczków 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie w piecu konwekcyjno-parowym <u>Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko,</u>
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, pasta z jajek z ogórkiem św. 120g, płatki owsiane na mleku 350ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, <u>Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko</u>	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, pasta z jajek z ogórkiem św. 120g, płatki owsiane na mleku 350ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, <u>Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko</u>	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, pasta z jajek z ogórkiem św. 120g, sałatka z ogórka kiszzonego i pomidora 120g. <u>Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko</u>
	Posiłek nocny	Jablko pieczone 150g	Jablko pieczone 150g	Jablko pieczone 150g
Wartość odżywcza:		E: 2458kcal, B: 120g, T: 98g w tym NKT41g, W291g w tym cukry 14g, błonnik: 36g, sól: 6g	E: 2458kcal, B: 120g, T: 98g w tym NKT41g, W291g w tym cukry 14g, błonnik: 36g, sól: 6g	E: 2205kcal, B: 111g, T: 90g w tym NKT38g, W: 253g w tym cukry 15g, błonnik: 36g, sól: 6g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.