

Jadłospis	Wtorek (2026-04-21)				
21-30.04.2026 dieta podstawowa E: 2366.78 kcal , B: 99.8 g , T: 86.08 g , W: 322 g , Błonnik [g]: 41.2 , Cukier [g]: 113.07 , Sód [mg]: 3157.09 , Kwasy tł. nas. [g]: 36.22	Śniadanie Makaron na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Makaron bezglutenowy)</i> Hummus pomidorowy 80g Ogórek świeży 100g Chleb orkiszowy 100g (01) Masło 20g (07) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Banan 130g	Obiad Zupa krem z zielonych warzyw z groszkiem ptysiowym 480g (09,01,03) <i>(Woda, Groszek zielony, Włoszczyzna, Ziemniaki, Brokuły, Cukinia, Groszek ptysiowy)</i> Filet z piersi kurczaka (parowany) 120g <i>(Pierś z kurczaka, Sól)</i> Surówka z buraków 100g <i>(Buraki, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</i> Ziemniaki purée 200g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Budyń gotowy 200g (07)	Kolacja Chleb pszenno-żytni 100g Masło 20g (07) Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym, Jogurt natur. 2%)</i> Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta cukrzycowa E: 2188.21 kcal , B: 106.35 g , T: 83.85 g , W: 277.52 g , Błonnik [g]: 46.32 , Cukier [g]: 74.83 , Sód [mg]: 3127.81 , Kwasy tł. nas. [g]: 37.32	Śniadanie Makaron na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Makaron pełnoziarnisty)</i> Hummus pomidorowy 80g Ogórek świeży 100g Chleb orkiszowy 100g (01) Masło 20g (07) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Banan 130g	Obiad Zupa krem z zielonych warzyw z groszkiem ptysiowym 400g (09,01,03) <i>(Woda, Groszek zielony, Włoszczyzna, Ziemniaki, Brokuły, Cukinia, Groszek ptysiowy)</i> Filet z piersi kurczaka (parowany) 120g <i>(Pierś z kurczaka, Sól)</i> Surówka z buraków 75g <i>(Buraki, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</i> Kalafior 75g Ziemniaki purée 200g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i>	Podwieczorek Chleb graham 30g (01) Masło 5g (07) Wędlina drobiowa 30g Pomidor 100g	Kolacja Chleb graham 100g (01) Masło 20g (07) Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym, Jogurt natur. 2%)</i> Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	środa (2026-04-22)				
21-30.04.2026 dieta podstawowa E: 2426.31 kcal , B: 72.91 g , T: 81.62 g , W: 374.01 g , Błonnik [g]: 48.86 , Cukier [g]: 134.22 , Sód [mg]: 3100.06 , Kwasy tł. nas. [g]: 39.66	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Ryż na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Ryż biały)</i> Pasta z szynki i jajka 80g (03,07) <i>(Szynka konserwowa, Jajka, Jogurt natur. 2%)</i> Pomidor 100g Masło 20g (07) Chleb żytni razowy 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko 160g	Zupa fasolowa 400g (07) <i>(Woda, Marchew, Ziemniaki, Fasola biała, Pietruszka, Por, Jogurt natur. 2%, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko 3.2%, Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt natur. 2%, Truskawki)</i> Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Kisiel owocowy 200g	Chleb graham 100g (01) Masło 20g (07) Parówki drobiowe 100g Ketchup 10g Marchewka julienne 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta cukrzycowa E: 2340.39 kcal , B: 81.53 g , T: 91.98 g , W: 325.14 g , Błonnik [g]: 57.06 , Cukier [g]: 67.43 , Sód [mg]: 3953.61 , Kwasy tł. nas. [g]: 41.75	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) <i>(Mleko 3.2%, Płatki owsiane)</i> Pasta z szynki i jajka 80g (03,07) <i>(Szynka konserwowa, Jajka, Jogurt natur. 2%)</i> Pomidor 100g Masło 20g (07) Chleb żytni razowy 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko 160g	Zupa fasolowa 400g (07) <i>(Woda, Marchew, Ziemniaki, Fasola biała, Pietruszka, Por, Jogurt natur. 2%, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Ryż brązowy z warzywami 300g (09) <i>(Ryż brązowy, Bukiet warzyw, mrożony, Włoszczyzna, Koncentrat pomid. 30%)</i> Coleślaw 149g (07) <i>(Kapusta biała, Marchew, Jogurt natur. 2%, Cebula, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i>	Chleb graham 30g (01) Masło 5g (07) Hummus klasyczny 40g Rzodkiewka 100g	Chleb graham 100g (01) Masło 20g (07) Parówki drobiowe 100g Ketchup 10g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

Jadłospis	Czwartek (2026-04-23)				
21-30.04.2026 dieta podstawowa E: 2056.37 kcal , B: 99.94 g , T: 72.74 g , W: 269.56 g , Błonnik [g]: 39.56 , Cukier [g]: 57.96 , Sód [mg]: 3048.51 , Kwasy tł. nas. [g]: 36.96	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jęczmienne)</i> Wędlina wieprzowa 60g Rzodkiewka 100g Masło 20g (07) Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Pomarańcza 100g	Obiad Zupa dyniowa z kaszą kuskus 400g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna, Dynia, Kasza kuskus, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Gulasz wieprzowy, duszony 150g <i>(Szynka wieprzowa, Woda, Kminek, Papryka)</i> Kasza gryczana 200g Surówka z buraków 102g <i>(Buraki, Cebula, Sok z cytryny, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Jogurt natur. 2% 150g (07)	Kolacja Chleb pełnoziarnisty z żyta 100g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa 60g Pomidor 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta cukrzycowa E: 2193.86 kcal , B: 104.32 g , T: 74.54 g , W: 297.95 g , Błonnik [g]: 44.63 , Cukier [g]: 65.64 , Sód [mg]: 2998.07 , Kwasy tł. nas. [g]: 37.26	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jęczmienne)</i> Wędlina wieprzowa 60g Rzodkiewka 100g Masło 20g (07) Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Pomarańcza 100g	Obiad Zupa dyniowa z kaszą kuskus 400g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna, Dynia, Kasza kuskus, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Gulasz wieprzowy, duszony 150g <i>(Szynka wieprzowa, Woda, Kminek, Papryka)</i> Kasza gryczana 200g Surówka z buraków 75g <i>(Buraki, Cebula, Sok z cytryny, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Brokuły 75g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i>	Podwieczorek Jogurt natur. 2% 150g (07) Gruszka 135g Płatki owsiane 20g (01)	Kolacja Chleb pełnoziarnisty z żyta 100g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa 60g Pomidor 100g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Piątek (2026-04-24)				
21-30.04.2026 dieta podstawowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 2365.94 kcal , B: 99.71 g , T: 89.34 g , W: 306.24 g , Błonnik [g]: 29.13 , Cukier [g]: 90.93 , Sód [mg]: 2367.74 , Kwasy tł. nas. [g]: 44.45	Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki gryczane)</i> Serek grani 150g (07) Papryka czerwona 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Barszcz czerwony z ziemniakami i jajkiem: 400g (09,03) <i>(Woda, Buraki, Jajka kacze, Włoszczyzna, Ziemniaki, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Pulpety z mintaja w sosie koperkowym 170g (04,03,01) <i>(Mintaj, Woda, Śmietana węgarska 15%, Bułka pszenna, Jajka, Olej rzepakowy, Koperek)</i> Ryż biały 200g Surówka z kiszonej kapusty i marchewki 100g <i>(Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Pietruszka, Olej rzepakowy)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g	Chleb graham 100g (01) Masło 20g (07) Ser żółty 40g (07) Rzodkiewka 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta cukrzycowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 2425.99 kcal , B: 110.76 g , T: 97.53 g , W: 299.74 g , Błonnik [g]: 44.07 , Cukier [g]: 71.76 , Sód [mg]: 2690.95 , Kwasy tł. nas. [g]: 48.78	Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki gryczane)</i> Serek grani 150g (07) Papryka czerwona 100g Masło 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Barszcz czerwony z ziemniakami i jajkiem: 400g (09,03) <i>(Woda, Buraki, Jajka kacze, Włoszczyzna, Ziemniaki, Liście laurowe, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i> Pulpety z mintaja w sosie koperkowym 170g (04,03,01,07) <i>(Mintaj, Woda, Śmietana 12%, Bułka pszenna, Jajka, Olej rzepakowy, Koperek)</i> Ryż brązowy 200g Surówka z kiszonej kapusty i marchewki 75g <i>(Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Pietruszka, Olej rzepakowy)</i> Sałata z jogurtem 75g (07) <i>(Jogurt natur. 2%, Sałata)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i>	Chleb graham 30g (01) Masło 5g (07) Schab 30g Papryka czerwona 100g	Chleb graham 100g (01) Masło 20g (07) Ser żółty 40g (07) Rzodkiewka 100g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Sobota (2026-04-25)				
21-30.04.2026 dieta podstawowa E: 2575.04 kcal , B: 84.95 g , T: 114.89 g , W: 316.3 g , Błonnik [g]: 30.86 , Cukier [g]: 58.39 , Sód [mg]: 2356.1 , Kwasy tł. nas. [g]: 59.37	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki ryżowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki ryżowe)</i> Jajecznica ze szczypiorkiem 80g (03,07) <i>(Jajka, Szczypiorek, Masło)</i> Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło 20g (07) Chleb pszenno-żytni 100g Herbata czarna 250g	Jabłko 160g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Ryż biały, Kalafior, Śmietana wegańska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z sosem mięsnym 300g (01,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Wieprzowina, Włoszczyzna, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Fasola szparagowa 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Sucharki 30g (01,07)	Chleb pszenno-żytni 100g Masło 20g (07) Sałatka z buraka sera fety i rozspanki 80g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta, Rozspanka, Oliwa z oliwek)</i> Serek Fromage 80g (07) Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta cukrzycowa E: 2408.78 kcal , B: 89.47 g , T: 99.07 g , W: 313.22 g , Błonnik [g]: 47.99 , Cukier [g]: 55.63 , Sód [mg]: 2662.34 , Kwasy tł. nas. [g]: 46.13	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jaglane)</i> Jajecznica ze szczypiorkiem 80g (03,07) <i>(Jajka, Szczypiorek, Masło)</i> Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło 20g (07) Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko 160g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09,07) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Ryż brązowy, Kalafior, Śmietana 12%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z sosem mięsnym 300g (09) <i>(Makaron penne pełnoziarnisty, Wieprzowina, Włoszczyzna, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Fasola szparagowa 75g Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 75g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i>	Chleb graham 30g (01) Masło 5g (07) Ser żółty 20g (07) Rzodkiewka 100g	Chleb graham 100g (01) Masło 20g (07) Sałatka z buraka sera fety i rozspanki 80g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta, Rozspanka, Oliwa z oliwek)</i> Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

Jadłospis	Niedziela (2026-04-26)				
21-30.04.2026 dieta podstawowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 2284.66 kcal , B: 97.03 g , T: 80.09 g , W: 314.22 g , Błonnik [g]: 38.17 , Cukier [g]: 92.38 , Sód [mg]: 3369.41 , Kwasy tł. nas. [g]: 37.31	Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki żytnie)</i> Wędlina wieprzowa 60g Pomidor 100g Masło 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 100g (01) Herbata czarna 250g	Mandarynki 70g	Rosół z makaronem 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Makaron czterojajeczny, Mięso z ud kurczaka, Pieprz, Pietruszka, Sól)</i> Kotlet drobiowy, parowany w sosie majerankowym 170g (01,03) <i>(Pierś z kurczaka, Woda, Bułka tarta, Mąka pszenna, Olej rzepakowy, Jajka, Majeranek, Papryka, Pieprz ziołowy)</i> Ziemniaki purée 200g Surówka z białej rzepy i marchewki z jogurtem naturalnym 100g (07) <i>(Rzepa, Marchew, Jogurt natur. 2%, Cytryna, Cebula, Koperek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Kisiel owocowy 200g	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) <i>(Twaróg chudy, Jogurt natur. 2%, Rzodkiewka, Szczypiorek)</i> Ogórek kiszony 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta cukrzycowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 2113.72 kcal , B: 100.43 g , T: 76.38 g , W: 279.66 g , Błonnik [g]: 44.38 , Cukier [g]: 54.18 , Sód [mg]: 3599.55 , Kwasy tł. nas. [g]: 36.77	Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki żytnie)</i> Wędlina drobiowa 60g Pomidor 100g Masło 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 100g (01) Herbata czarna 250g	Mandarynki 70g	Rosół z makaronem 450g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Makaron czterojajeczny, Mięso z ud kurczaka, Pieprz, Pietruszka, Sól)</i> Kotlet drobiowy, parowany w sosie majerankowym 170g (01,03) <i>(Pierś z kurczaka, Woda, Bułka tarta, Mąka pszenna, Olej rzepakowy, Jajka, Majeranek, Papryka, Pieprz ziołowy)</i> Ziemniaki purée 200g Surówka z białej rzepy i marchewki z jogurtem naturalnym 75g (07) <i>(Rzepa, Marchew, Jogurt natur. 2%, Cytryna, Cebula, Koperek)</i> Kalafior 75g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i>	Chleb graham 30g (01) Masło 5g (07) Pasta z tuńczyka 40g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym, Jogurt natur. 2%)</i> Ogórek świeży 100g	Chleb pełnoziarnisty z żyta 100g (01) Masło 20g (07) Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) <i>(Twaróg chudy, Jogurt natur. 2%, Rzodkiewka, Szczypiorek)</i> Ogórek kiszony 100g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Poniedziałek (2026-04-27)				
21-30.04.2026 dieta podstawowa E: 2244 kcal , B: 85.36 g , T: 87.97 g , W: 295.2 g , Błonnik [g]: 33.38 , Cukier [g]: 85.4 , Sód [mg]: 2705.01 , Kwasy tł. nas. [g]: 37.89	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jaglane)</i> Wędlina drobiowa 60g Rzodkiewka 100g Masło 20g (07) Chleb żytni razowy 100g (01) Herbata czarna 250g	Pomarańcza 100g	Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 481g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Włoszczyzna, Ogórek kiszony, Śmietana węgarska 15% , Liście laurowe, Pietruszka, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i> Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 333g <i>(Ryż biały, Szynka wieprzowa, Bukiet warzyw, mrożony, Przecier pomidorowy)</i> Salata z oliwą 100g <i>(Salata, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Budyń gotowy 200g (07)	Chleb orkiszowy 100g (01) Masło 20g (07) Schab 60g Pomidor 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta cukrzycowa E: 2262.18 kcal , B: 100.94 g , T: 96.56 g , W: 270.18 g , Błonnik [g]: 43.97 , Cukier [g]: 53.47 , Sód [mg]: 2860.06 , Kwasy tł. nas. [g]: 45.42	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jaglane)</i> Wędlina wieprzowa 60g Rzodkiewka 100g Masło 20g (07) Chleb żytni razowy 100g (01) Herbata czarna 250g	Pomarańcza 100g	Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 399g (09,07) <i>(Ziemniaki, Woda, Włoszczyzna, Ogórek kiszony, Śmietana 12%, Liście laurowe, Pietruszka, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i> Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 333g <i>(Ryż brązowy, Szynka wieprzowa, Bukiet warzyw, mrożony, Przecier pomidorowy)</i> Salata z oliwą 75g <i>(Salata, Oliwa z oliwek)</i> Brokuły 75g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i>	Chleb graham 30g (01) Masło 5g (07) Papryka czerwona 100g Ser żółty 20g (07)	Chleb orkiszowy 100g (01) Masło 20g (07) Schab 60g Pomidor 100g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Wtorek (2026-04-28)				
21-30.04.2026 dieta podstawowa E: 2253.14 kcal , B: 88.73 g , T: 69.46 g , W: 337.72 g , Błonnik [g]: 32.32 , Cukier [g]: 70.86 , Sód [mg]: 2746.28 , Kwasy tł. nas. [g]: 38.42	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza kukurydziana)</i> Ser żółty 40g (07) Miód pszczeli 40g Pomidor 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko 100g	Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemiaki, Ryż biały, Kalafior, Śmietana wegańska 15% , Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Kotlet drobiowy 120g (03,01) <i>(Pierś z kurczaka, Jajka, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Ziemiaki z koperkiem 200g <i>(Ziemiaki, Koperek, Sól)</i> Coleślaw 100g (07) <i>(Kapusta biała, Marchew, Jogurt natur. 2%, Cukier, Cebula, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Biszkopty 30g (01,03)	Chleb pełnoziarnisty z żyta 100g (01) Masło 20g (07) Serek twarogowy ziarnisty 80g (07) Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta cukrzycowa E: 2093.54 kcal , B: 94.37 g , T: 78.43 g , W: 277.15 g , Błonnik [g]: 41.69 , Cukier [g]: 54.34 , Sód [mg]: 2936.81 , Kwasy tł. nas. [g]: 42.61	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza kukurydziana)</i> Ser żółty 40g (07) Pomidor 100g Masło 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko 100g	Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem 400g (09,07) <i>(Woda, Włoszczyzna, Kalafior, Ryż biały, Śmietana 12%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Kotlet drobiowy 120g (03,01) <i>(Pierś z kurczaka, Jajka, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Ziemiaki z koperkiem 200g <i>(Ziemiaki, Koperek, Sól)</i> Coleślaw 75g (07) <i>(Kapusta biała, Marchew, Jogurt natur. 2%, Cebula, Pieprz, Sól)</i> Cukinia na parze 75g <i>(Cukinia)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i>	Chleb graham 30g (01) Masło 5g (07) Jajka 55g (03) Pomidor 100g	Chleb pełnoziarnisty z żyta 100g (01) Masło 20g (07) Serek twarogowy ziarnisty 80g (07) Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	środa (2026-04-29)				
21-30.04.2026 dieta podstawowa E: 2251.56 kcal , B: 77.68 g , T: 98.94 g , W: 281.98 g , Błonnik [g]: 36.5 , Cukier [g]: 65.63 , Sód [mg]: 3082.28 , Kwasy tł. nas. [g]: 46.56	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki orkiszowe)</i> Parówki drobiowe 100g Ketchup 20g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło 20g (07) Chleb orkiszowy 100g (01) Herbata czarna 250g	Gruszka 100g	Krupnik z kaszą jęczmienną 400g (09,01) <i>(Woda, Ziemniaki, Włoszczyzna, Kasza jęczmienna, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron w sosie serowym 300g (01,07,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Ser żółty, Śmietana węgarska 15%, Włoszczyzna, Mąka pszenna, Cebula, Czosnek, Pieprz ziołowy)</i> Brokuły 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt natur. 2% 150g (07) Chleb żytni razowy 100g (01) Masło 20g (07) Sałatka jarzynowa 80g (03,10) <i>(Jajka kacz, Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez, Cebula)</i> Rzodkiewka 100g Herbata czarna 250g	
21-30.04.2026 dieta cukrzycowa E: 2456.39 kcal , B: 87 g , T: 102.14 g , W: 319.78 g , Błonnik [g]: 48.37 , Cukier [g]: 71.79 , Sód [mg]: 3108.27 , Kwasy tł. nas. [g]: 47.26	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki orkiszowe)</i> Parówki drobiowe 100g Ketchup 20g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło 20g (07) Chleb orkiszowy 100g (01) Herbata czarna 250g	Gruszka 100g	Krupnik z kaszą jęczmienną 400g (09,01) <i>(Woda, Ziemniaki, Włoszczyzna, Kasza jęczmienna, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron w sosie serowym 300g (07,09,01) <i>(Makaron penne pełnoziarnisty, Ser żółty, Śmietana 12%, Włoszczyzna, Mąka pszenna, Cebula, Czosnek, Pieprz ziołowy)</i> Brokuły 150g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i>	Jogurt natur. 2% 150g (07) Płatki owsiane 20g (01) Pomarańcza 100g Chleb żytni razowy 100g (01) Masło 20g (07) Sałatka jarzynowa 80g (03,10) <i>(Jajka kacz, Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez, Cebula)</i> Rzodkiewka 100g Herbata czarna 250g	

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

Jadłospis	Czwartek (2026-04-30)				
21-30.04.2026 dieta podstawowa E: 2249.1 kcal , B: 91.39 g , T: 90.84 g , W: 283.28 g , Błonnik [g]: 32.21 , Cukier [g]: 72.58 , Sód [mg]: 2739.2 , Kwasy tł. nas. [g]: 52.23	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza manna)</i> Jajka 50g (03) Ogórek świeży 100g Masło 20g (07) Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g	Mandarynki 70g	Zupa fasolowa 400g (07) <i>(Woda, Marchew, Ziemniaki, Fasola biała, Pietruszka, Por, Jogurt natur. 2%, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Stek wieprzowy 120g (03,01) <i>(Schab wieprzowy, Jajka, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Cebula)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z białej rzodkwi z jogurtem naturalnym 100g (07) <i>(Biała rzodkiew, Jogurt natur. 2%, Pieprz)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Serek Fromage 80g (07) Ogórki konserwowe 100g (12,10) Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta cukrzycowa E: 2175.93 kcal , B: 105.39 g , T: 81.98 g , W: 278.57 g , Błonnik [g]: 45.06 , Cukier [g]: 51.06 , Sód [mg]: 3450.63 , Kwasy tł. nas. [g]: 39.13	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza kukurydziana)</i> Jajka 50g (03) Ogórek świeży 100g Masło 20g (07) Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g	Mandarynki 70g	Zupa fasolowa 400g (07) <i>(Woda, Marchew, Ziemniaki, Fasola biała, Pietruszka, Por, Jogurt natur. 2%, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Stek wieprzowy 120g (03,01) <i>(Schab wieprzowy, Jajka, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Cebula)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z białej rzodkwi z jogurtem naturalnym 75g (07) <i>(Biała rzodkiew, Jogurt natur. 2%, Pieprz)</i> Szpinak na gęsto (duszony) 75g (07) <i>(Szpinak, Śmietana 12%, Olej rzepakowy, Sól, Pieprz)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i>	Chleb graham 30g (01) Masło 5g (07) Twaróg półtłusty 60g (07) Rzodkiewka 100g	Chleb pełnoziarnisty z żyta 100g (01) Masło 20g (07) Pasta z kurczaka 80g (09) <i>(Mięso z ud kurczaka, Włoszczyzna, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Herbata czarna 250g Ogórki konserwowe 100g (12,10)

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

Jadłospis	Wtorek (2026-04-21)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna E: 2311.68 kcal , B: 106.67 g , T: 73.54 g , W: 319.06 g , Błonnik [g]: 24.64 , Cukier [g]: 103.33 , Sód [mg]: 2714.88 , Kwasy tł. nas. [g]: 36.99	Śniadanie Makaron na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Makaron bezjajeczny)</i> Twaróg półtłusty 80g (07) Sałata 30g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Banan 130g	Obiad Zupa krem z zielonych warzyw z groszkiem ptysiowym 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Brokuły, Cukinia, Groszek ptysiowy)</i> Filet z piersi kurczaka (parowany) 120g <i>(Pierś z kurczaka, Sól)</i> Ziemniaki purée 200g Surówka z buraków 100g <i>(Buraki, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Budyń gotowy 200g (07)	Kolacja Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym, Jogurt natur. 2%)</i> Brokuły 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa E: 2496.48 kcal , B: 127.39 g , T: 83.16 g , W: 323.04 g , Błonnik [g]: 24.81 , Cukier [g]: 107.73 , Sód [mg]: 3528.08 , Kwasy tł. nas. [g]: 41.78	Śniadanie Makaron na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Makaron bezjajeczny)</i> Twaróg półtłusty 80g (07) Wędlina wieprzowa 60g Sałata 30g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Banan 130g	Obiad Zupa krem z zielonych warzyw z groszkiem ptysiowym 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Brokuły, Cukinia, Groszek ptysiowy)</i> Filet z piersi kurczaka (parowany) 120g <i>(Pierś z kurczaka, Sól)</i> Ziemniaki purée 200g Surówka z buraków 100g <i>(Buraki, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Budyń gotowy 200g (07)	Kolacja Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym, Jogurt natur. 2%)</i> Brokuły 100g Jogurt natur. 2% 100g (07) Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	środa (2026-04-22)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 2351.99 kcal , B: 66.41 g , T: 80.26 g , W: 357.42 g , Błonnik [g]: 30.19 , Cukier [g]: 135.58 , Sód [mg]: 2382.45 , Kwasy tł. nas. [g]: 39.79	Ryż na mleku 199g (07) <i>(Mleko 3.2%, Ryż biały)</i> Pasta z białek jaj i szynki 80g (03) <i>(Białko jaja, Wędlina wieprzowa)</i> Pomidor b/s 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 160g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Jabłka pieczone, Włoszczyzna, Ziemniaki, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko 3.2%, Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt natur. 2%, Truskawki)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Kisiel owocowy 200g	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Parówki drobiowe 100g Kecup 10g Marchewka julienne 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 2515.89 kcal , B: 98.19 g , T: 85.42 g , W: 355.49 g , Błonnik [g]: 29.94 , Cukier [g]: 126.97 , Sód [mg]: 2920.2 , Kwasy tł. nas. [g]: 45.53	Ryż na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Ryż biały)</i> Pasta z szynki i białek jaj 80g (03,07) <i>(Szynka konserwowa, Białko jaja, Jogurt natur. 2%)</i> Twaróg półtłusty 80g (07) Pomidor b/s 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 160g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko 3.2%, Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt natur. 2%, Truskawki)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Kisiel owocowy 200g	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Parówki drobiowe 100g Kecup 10g Serek wiejski 150g (07) Marchewka julienne 100g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Czwartek (2026-04-23)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 2351.92 kcal , B: 111.95 g , T: 84.68 g , W: 300.32 g , Błonnik [g]: 30.08 , Cukier [g]: 73.35 , Sód [mg]: 3771.42 , Kwasy tł. nas. [g]: 39.31	Płatki jęczmienne na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jęczmienne)</i> Wędlina wieprzowa 60g Kalafior 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa dyniowa z kaszą kuskus 400g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna, Dynia, Kasza kuskus, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Gulasz wieprzowy duszony 150g <i>(Szynka wieprzowa, Woda, Kminek, Papryka, Pieprz, Pieprz ziółowy, Sól)</i> Kasza gryczana 200g Surówka z buraków 100g <i>(Buraki, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt natur. 2% 150g (07)	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa 60g Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 2441.04 kcal , B: 132.14 g , T: 81.43 g , W: 309.57 g , Błonnik [g]: 29.9 , Cukier [g]: 80.2 , Sód [mg]: 3701.16 , Kwasy tł. nas. [g]: 42.32	Płatki jęczmienne na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jęczmienne)</i> Wędlina wieprzowa 60g Kalafior 100g Jogurt natur. 2% 100g (07) Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa dyniowa z kaszą kuskus 400g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna, Dynia, Kasza kuskus, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Gulasz wieprzowy duszony 150g <i>(Szynka wieprzowa, Woda, Kminek, Papryka, Pieprz, Pieprz ziółowy, Sól)</i> Kasza gryczana 200g Surówka z buraków 90g <i>(Buraki, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt natur. 2% 150g (07)	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa 60g Twarożek z koperkiem 100g (07) <i>(Twaróg półtłusty, Jogurt natur. 2%, Koperki)</i> Pomidor b/s 80g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Piątek (2026-04-24)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
<p>E: 2247.12 kcal, B: 86.99 g, T: 86.96 g, W: 292.03 g, Błonnik [g]: 24.98, Cukier [g]: 74.09, Sód [mg]: 2467.07, Kwasy tł. nas. [g]: 54.35</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki gryczane)</i> Serek grani 150g (07) Brokuły 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko parowane 100g</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami i białkiem jaj 400g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Buraki, Ziemniaki, Białko jaja, Cukier, Sól, Liście laurowe, Pietruszka, Ziele angielskie)</i> Pulpety z mintaja w sosie koperkowym 149g (04,03,01) <i>(Mintaj, Woda, Białko jaja, Bułka pszenna, Śmietana wegańska 15%, Koperek)</i> Ryż biały 200g Salata z jogurtem 100g (07) <i>(Salata, Jogurt natur. 2%)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Serek Fromage 80g (07) Kalafior 100g Herbata czarna 250g</p>
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
<p>E: 2386.59 kcal, B: 111.25 g, T: 91.3 g, W: 292.41 g, Błonnik [g]: 24.58, Cukier [g]: 75.35, Sód [mg]: 3254.43, Kwasy tł. nas. [g]: 55.67</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki gryczane)</i> Serek grani 150g (07) Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym, Jogurt natur. 2%)</i> Brokuły 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko parowane 100g</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami i białkiem jaj 400g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Buraki, Ziemniaki, Białko jaja, Cukier, Sól, Pietruszka, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Pulpety z mintaja w sosie koperkowym 149g (04,03,01) <i>(Mintaj, Woda, Białko jaja, Bułka pszenna, Śmietana wegańska 15%, Koperek)</i> Ryż biały 200g Salata z jogurtem 100g (07) <i>(Salata, Jogurt natur. 2%)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Serek Fromage 80g (07) Wędlina drobiowa 60g Kalafior 100g Herbata czarna 250g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Sobota (2026-04-25)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna E: 2116.21 kcal , B: 79.7 g , T: 76.14 g , W: 291.39 g , Błonnik [g]: 26.58 , Cukier [g]: 55.28 , Sód [mg]: 1863.51 , Kwasy tł. nas. [g]: 43.39	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki ryżowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki ryżowe)</i> Jajecznica z białek jaj na parze 80g (03) <i>(Białko jaja)</i> Marchewka julienne 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 160g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Kalafior, Śmietana wegańska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z sosem mięsnym 300g (01,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Wieprzowina, Włoszczyzna)</i> Fasola szparagowa 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Sucharki 30g (01,07)	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Sałatka z buraka sera fety i roszponki 40g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta, Roszponka, Oliwa z oliwek)</i> Serek Fromage 40g (07) Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa E: 2368.34 kcal , B: 111.18 g , T: 89.01 g , W: 293.33 g , Błonnik [g]: 25.81 , Cukier [g]: 59.77 , Sód [mg]: 2467.85 , Kwasy tł. nas. [g]: 48.96	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki ryżowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki ryżowe)</i> Jajecznica z białek jaj na parze 80g (03) <i>(Białko jaja)</i> Serek twarogowy ziarnisty 150g (07) Marchewka julienne 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 160g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Kalafior, Śmietana wegańska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z sosem mięsnym 300g (01,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Wieprzowina, Włoszczyzna)</i> Fasola szparagowa 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Sucharki 30g (01,07)	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Sałatka z buraka sera fety i roszponki 40g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta, Roszponka, Oliwa z oliwek)</i> Indyk 60g Serek Fromage 40g (07) Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Niedziela (2026-04-26)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 2217.3 kcal , B: 99.17 g , T: 60.75 g , W: 335.81 g , Błonnik [g]: 32.35 , Cukier [g]: 108.73 , Sód [mg]: 2870.19 , Kwasy tł. nas. [g]: 33.05	Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki żytnie)</i> Wędlina drobiowa 60g Pomidor b/s 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Rosół z makaronem 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Makaron czterojajeczny, Mięso z ud kurczaka, Pieprz, Pietruszka, Sól)</i> Kotlet drobiowy, parowany w sosie majerankowym 182g (01,03) <i>(Pierś z kurczaka, Woda, Bułka tarta, Mąka pszenna, Białko jaja, Majeranek, Papryka, Pieprz ziołowy)</i> Ziemniaki purée 200g Marchewka na ciepło 70g (Marchew, Cukier, Olej rzepakowy, Sól) Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)	Kisiel owocowy 200g	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Twarożek z jogurtem 80g (07) <i>(Twaróg chudy, Jogurt natur. 2%)</i> Sałata 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 2414.86 kcal , B: 131.3 g , T: 65.81 g , W: 341.94 g , Błonnik [g]: 32.8 , Cukier [g]: 111.88 , Sód [mg]: 2995.71 , Kwasy tł. nas. [g]: 35.55	Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki żytnie)</i> Wędlina drobiowa 60g Twaróg półtłusty 80g (07) Pomidor b/s 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Rosół z makaronem 450g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Makaron czterojajeczny, Mięso z ud kurczaka, Pieprz, Pietruszka, Sól)</i> Kotlet drobiowy, parowany w sosie majerankowym 180g (01,03) <i>(Pierś z kurczaka, Woda, Bułka tarta, Mąka pszenna, Białko jaja, Majeranek, Papryka, Pieprz ziołowy)</i> Ziemniaki purée 200g Marchewka na ciepło 70g (Marchew, Olej rzepakowy, Cukier, Sól) Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)	Kisiel owocowy 200g	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Twarożek z jogurtem 80g (07) <i>(Twaróg chudy, Jogurt natur. 2%)</i> Filety z kurczaka 60g Sałata 100g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Poniedziałek (2026-04-27)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 2387.29 kcal , B: 93.34 g , T: 93.43 g , W: 305.9 g , Błonnik [g]: 23.73 , Cukier [g]: 81.06 , Sód [mg]: 2661.68 , Kwasy tł. nas. [g]: 40.13	Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jaglane)</i> Wędlina wieprzowa 60g Kalafior 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 100g	Zupa ziemniaczana 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 300g <i>(Ryż biały, Szynka wieprzowa, Bukiet warzyw, mrożony, Przecier pomidorowy)</i> Salata z oliwą 100g <i>(Salata, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Budyń gotowy 200g (07)	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Schab 60g Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 2422.26 kcal , B: 102.86 g , T: 89.81 g , W: 313.25 g , Błonnik [g]: 23.74 , Cukier [g]: 86.12 , Sód [mg]: 2993.93 , Kwasy tł. nas. [g]: 39.08	Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jaglane)</i> Wędlina drobiowa 60g Kalafior 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g Jogurt natur. 2% 100g (07)	Jabłko parowane 100g	Zupa ziemniaczana 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 300g <i>(Ryż biały, Szynka wieprzowa, Bukiet warzyw, mrożony, Przecier pomidorowy)</i> Salata z oliwą 100g <i>(Salata, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Budyń gotowy 200g (07)	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Pasta z szynki i jajka 80g (03,07) <i>(Szynka konserwowa, Jajka, Jogurt natur. 2%)</i> Schab 60g Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Wtorek (2026-04-28)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna E: 2220.32 kcal , B: 82.58 g , T: 71.83 g , W: 326.66 g , Błonnik [g]: 25.01 , Cukier [g]: 79.4 , Sód [mg]: 2180.2 , Kwasy tł. nas. [g]: 41.74	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza kukurydziana)</i> Serek Fromage 40g (07) Miód pszczeli 40g Pomidor b/s 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Banan 130g	Obiad Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Ziemniaki, Kalafior, Śmietana wegańska 15% , Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Kotlet drobiowy, parowany 120g (03,01) <i>(Pierś z kurczaka, Białko jaja, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Cukinia na parze 100g <i>(Cukinia)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Biszkopcy 30g (01,03)	Kolacja Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Serek twarogowy ziarnisty 80g (07) Sałata 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa E: 2595.56 kcal , B: 127.34 g , T: 86.8 g , W: 339.59 g , Błonnik [g]: 23.63 , Cukier [g]: 79.45 , Sód [mg]: 3297.46 , Kwasy tł. nas. [g]: 46.11	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza kukurydziana)</i> Serek Fromage 40g (07) Miód pszczeli 40g Wędlina wieprzowa 60g Pomidor b/s 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Banan 130g	Obiad Kotlet drobiowy, parowany 120g (03,01) <i>(Pierś z kurczaka, Białko jaja, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Kotlet drobiowy, parowany 120g (03,01) <i>(Pierś z kurczaka, Białko jaja, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Cukinia na parze 100g <i>(Cukinia)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Biszkopcy 30g (01,03)	Kolacja Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Serek twarogowy ziarnisty 80g (07) Sałatka z brokuła i tuńczyka 80g (04,07) <i>(Brokuły, Pomidor b/s, Tuńczyk w sosie własnym, Jogurt grecki)</i> Sałata 100g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	środa (2026-04-29)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 2159.64 kcal , B: 70.54 g , T: 77.92 g , W: 308.1 g , Błonnik [g]: 27.85 , Cukier [g]: 58.65 , Sód [mg]: 2459.73 , Kwasy tł. nas. [g]: 39.3	Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki orkiszowe)</i> Parówki drobiowe 100g Keczap 20g Marchewka julienne 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 100g	Krupnik z kaszą jęczmienną 400g (09,01) <i>(Woda, Ziemniaki, Włoszczyzna, Kasza jęczmienna, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron w sosie śmietanowym 300g (01,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Śmietana wegańska 15% , Włoszczyzna, Mąka pszenna, Pieprz ziołowy)</i> Brokuły 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt natur. 2% 150g (07)	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Sałatka jarzynowa z białkiem jaj i jogurtem naturalnym 75g (03,07) <i>(Białko jaja, Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Jogurt natur. 2%)</i> Herbata czarna 250g Sałata 30g
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 2378.94 kcal , B: 97.96 g , T: 88.78 g , W: 311.1 g , Błonnik [g]: 27.85 , Cukier [g]: 60.9 , Sód [mg]: 3357.93 , Kwasy tł. nas. [g]: 45.5	Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki orkiszowe)</i> Parówki drobiowe 100g Keczap 20g Serek grani 150g (07) Marchewka julienne 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 100g	Krupnik z kaszą jęczmienną 400g (09,01) <i>(Woda, Ziemniaki, Włoszczyzna, Kasza jęczmienna, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron w sosie śmietanowym 300g (01,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Śmietana wegańska 15% , Włoszczyzna, Mąka pszenna, Pieprz ziołowy)</i> Brokuły 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt natur. 2% 150g (07)	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Sałatka jarzynowa z białkiem jaj i jogurtem naturalnym 75g (03,07) <i>(Białko jaja, Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Jogurt natur. 2%)</i> Wędlina drobiowa 60g Sałata 30g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Czwartek (2026-04-30)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 2321.62 kcal , B: 91.19 g , T: 92.28 g , W: 294.97 g , Błonnik [g]: 26.97 , Cukier [g]: 91.62 , Sód [mg]: 2948.96 , Kwasy tł. nas. [g]: 51.82	Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza manna)</i> Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) <i>(Białko jaja, Twaróg chudy)</i> Pomidor b/s 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 398g <i>(Woda, Marchew, Ziemniaki, Pietruszka, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Stek wieprzowy, parowany 120g (03,01) <i>(Schab wieprzowy, Białko jaja, Bułka tarta, Olej rzepakowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Szpinak na gęsto (duszony) 100g <i>(Szpinak, Śmietana wegańska 15%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Serek Fromage 80g (07) Marchewka julienne 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
E: 2275.29 kcal , B: 110.79 g , T: 74.48 g , W: 304.31 g , Błonnik [g]: 27.88 , Cukier [g]: 97.3 , Sód [mg]: 3181.01 , Kwasy tł. nas. [g]: 36.02	Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza manna)</i> Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) <i>(Białko jaja, Twaróg chudy)</i> Jogurt natur. 2% 100g (07) Pomidor b/s 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 398g <i>(Woda, Marchew, Ziemniaki, Pietruszka, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Stek wieprzowy, parowany 118g (03,01) <i>(Schab wieprzowy, Białko jaja, Bułka tarta, Olej rzepakowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Szpinak na gęsto (duszony) 100g <i>(Szpinak, Śmietana wegańska 15%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Pasta z kurczaka 80g (09) <i>(Mięso z ud kurczaka, Włoszczyzna, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Twarożek z koperkiem 80g (07) <i>(Twaróg półtłusty, Jogurt natur. 2%, Koperek)</i> Marchewka julienne 100g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Wtorek (2026-04-21)				
21-30.04.2026 dieta trzustkowa/watrobowa E: 2122.09 kcal , B: 106.57 g , T: 52.62 g , W: 318.6 g , Błonnik [g]: 24.83 , Cukier [g]: 103.94 , Sód [mg]: 2920.81 , Kwasy tł. nas. [g]: 17.04	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Makaron na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 0.5%, Makaron bezjajeczny)</i> Twaróg chudy 80g (07) Sałata 30g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa krem z zielonych warzyw z groszkiem ptysiowym 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Brokuły, Cukinia, Groszek ptysiowy)</i> Filet z piersi kurczaka (parowany) 120g <i>(Pierś z kurczaka, Sól)</i> Ziemniaki 200g Buraki na ciepło 100g <i>(Buraki, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Budyń gotowy 200g (07)	Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym, Jogurt natur. 2%)</i> Brokuły 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta płynna, wzmocniona E: 1798.7 kcal , B: 85.73 g , T: 70.83 g , W: 216.22 g , Błonnik [g]: 24.55 , Cukier [g]: 93.86 , Sód [mg]: 1118.84 , Kwasy tł. nas. [g]: 25.29	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Zupa ziemniaczana z dodatkiem żółtka oraz gotowanego mięsa 500g (09,03,07) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja, Masło, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Herbata czarna 250g	Mus owocowy 200g	Zupa krem z zielonych warzyw z kaszą jaglaną 500g (09) <i>(Pierś z indyka, Ziemniaki, Woda, Włoszczyzna, Kasza jaglana, Śmietana wegańska 15% , Brokuły, Cukinia, Olej rzepakowy)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Budyń gotowy 200g (07)	Zupa kalafiorowa z ryżem, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Filety z kurczaka, Śmietana wegańska 15% , Kalafior, Ryż biały, Żółtko jaja, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	środa (2026-04-22)				
21-30.04.2026 dieta trzustkowa/watrobowa E: 2188.99 kcal , B: 65.72 g , T: 65.31 g , W: 351.48 g , Błonnik [g]: 30.6 , Cukier [g]: 123.63 , Sód [mg]: 2043.12 , Kwasy tł. nas. [g]: 22.7	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Ryż na mleku 300g (07) <i>(Mleko 0.5%, Ryż biały)</i> Potrąwka z kurczaka - gotowana 100g (07) <i>(Pierś z kurczaka, Cukinia, Kalafior, Jogurt natur. 2%)</i> Pomidor b/s 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 160g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko 0.5%, Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt natur. 2%, Truskawki)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Kisiel owocowy 200g	Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Parówki z kurczaka 100g (01,07,06,09,10) Ketchup 10g Marchewka julienne 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta płynna, wzmocniona E: 1910.7 kcal , B: 102.09 g , T: 74.16 g , W: 225.53 g , Błonnik [g]: 25.6 , Cukier [g]: 86.8 , Sód [mg]: 1370.53 , Kwasy tł. nas. [g]: 19.71	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Zupa ryżowa z mięsem gotowanym, zabieleną 500g (07) <i>(Woda, Szyńka wieprzowa, Ryż biały, Marchew, Śmietana węgarska 15%, Pietruszka, Olej rzepakowy, Masło, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Herbata czarna 250g	Kisiel owocowy 200g	Zupa koperkowa z ryżem 500g (09) <i>(Woda, Filety z kurczaka, Ziemniaki, Włoszczyzna, Śmietana węgarska 15%, Olej rzepakowy, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Kompot z owoców mieszanych 262g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt natur. 2% 150g (07)	Zupa marchewkowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 600g (09,03) <i>(Woda, Filety z kurczaka, Włoszczyzna, Ziemniaki, Śmietana węgarska 15%, Marchew, Żółtko jaja, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne

Jadłospis	Czwartek (2026-04-23)				
21-30.04.2026 dieta trzustkowa/watrobowa E: 2226.62 kcal , B: 113.38 g , T: 74.47 g , W: 289.62 g , Błonnik [g]: 28.18 , Cukier [g]: 74.46 , Sód [mg]: 3860.53 , Kwasy tł. nas. [g]: 26.78	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kasza jaglana na mleku 300g (07) <i>(Mleko 0.5%, Kasza jaglana)</i> Wędlina wieprzowa 60g Kalafior 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa dyniowa z kaszą kuskus 400g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna, Dynia, Kasza kuskus, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Gulasz wieprzowy duszony 150g <i>(Szynka wieprzowa, Woda, Kminek, Papryka, Pieprz, Pieprz zielony, Sól)</i> Kasza jęczmienna 200g (01) Buraki na ciepło 100g <i>(Buraki, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt natur. 2% 150g (07)	Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Wędlina wieprzowa 60g Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta płynna, wzmocniona E: 1887.75 kcal , B: 86.54 g , T: 81.35 g , W: 211.32 g , Błonnik [g]: 23.86 , Cukier [g]: 93.52 , Sód [mg]: 1782.6 , Kwasy tł. nas. [g]: 26.02	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 500g (09,01,03,07) <i>(Woda, Włoszczyzna, Mięso z ud kurczaka, Jajka, Mąka pszenna, Masło, Liście laurowe, Pietruszka, Ziele angielskie)</i> Herbata czarna 250g	Mus owocowy 200g	Zupa dyniowa z kaszą kuskus i mięsem gotowanym, zabieleną 520g (09,01) <i>(Woda, Szynka wieprzowa, Włoszczyzna, Kasza kuskus, Śmietana węgarska 15%, Dynia, Olej rzepakowy, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Budyń gotowy 200g (07)	Zupa brokułowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,03) <i>(Woda, Mięso z indyka gotowane, Włoszczyzna, Ziemniaki, Śmietana węgarska 15%, Żółtko jaja, Brokuły, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Piątek (2026-04-24)				
<p>21-30.04.2026 dieta trzustkowa/watrobowa</p> <p>E: 1966.41 kcal, B: 84.41 g, T: 53.44 g, W: 298.3 g, Błonnik [g]: 23.91, Cukier [g]: 78.64, Sód [mg]: 2454.76, Kwasy tł. nas. [g]: 22.17</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko 0.5%, Płatki jaglane)</i></p> <p>Serek wiejski lekki 150g (07)</p> <p>Brokuły 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pszenny 100g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 100g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami i białkiem jaj 400g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Buraki, Ziemniaki, Białko jaja, Cukier, Liście laurowe, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Pulpety z mintaja w sosie koperkowym 149g (04,03,01,07) <i>(Mintaj, Woda, Białko jaja, Bułka pszenna, Jogurt natur. 2%, Koperek)</i></p> <p>Ryż biały 200g</p> <p>Salata z jogurtem 100g (07) <i>(Salata, Jogurt natur. 2%)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 100g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Serek fromage light 80g (07)</p> <p>Kalafior 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>
<p>21-30.04.2026 dieta płynna, wzmocniona</p> <p>E: 1807.28 kcal, B: 84.55 g, T: 84.58 g, W: 192.08 g, Błonnik [g]: 24.6, Cukier [g]: 94.38, Sód [mg]: 2669.24, Kwasy tł. nas. [g]: 21.85</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Zupa fasolowa 500g (07) <i>(Woda, Szynka wieprzowa, Ziemniaki, Marchew, Śmietana wegańska 15%, Pietruszka, Olej rzepakowy, Masło, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Kisiel owocowy 200g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami i jajkiem: 600g (09,03) <i>(Woda, Szynka wieprzowa, Śmietana wegańska 15%, Ziemniaki, Włoszczyzna, Buraki, Olej rzepakowy, Białko jaja, Cukier, Liście laurowe, Pietruszka, Ziele angielskie, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Jogurt natur. 2% 150g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa z cukinii z kaszą manną, żółtkiem i mięsem gotowanym 500g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Filety z kurczaka, Cukinia, Kasza manna, Żółtko jaja, Śmietana wegańska 15%, Koperek, Olej rzepakowy, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Sobota (2026-04-25)				
21-30.04.2026 dieta trzustkowa/watrobowa E: 1997.92 kcal , B: 85.35 g , T: 61.33 g , W: 288.43 g , Błonnik [g]: 25.95 , Cukier [g]: 55.07 , Sód [mg]: 2594.44 , Kwasy tł. nas. [g]: 24.7	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki ryżowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko 0.5%, Płatki ryżowe)</i> Jajecznica z białek jaj na parze 80g (03) <i>(Białko jaja)</i> Marchewka julienne 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 100g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09,07) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Kalafior, Jogurt natur. 2%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z sosem mięsny 300g (01,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Wieprzowina, Włoszczyzna)</i> Szpinak na gęsto (duszony) 100g (07) <i>(Szpinak, Jogurt natur. 2%, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Sucharki 30g (01,07)	Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Sałatka z buraka sera fety i roszonek 80g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta, Roszponka)</i> Serek fromage light 80g (07) Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta płynna, wzmocniona E: 1851.13 kcal , B: 90.4 g , T: 76.11 g , W: 214.92 g , Błonnik [g]: 23.42 , Cukier [g]: 108.01 , Sód [mg]: 1568.57 , Kwasy tł. nas. [g]: 24.66	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Krupnik z kaszą jęczmienną i mięsem gotowanym 500g (09,01,07) <i>(Woda, Ziemniaki, Pierś z indyka, Włoszczyzna, Kasza jęczmienna, Masło, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Herbata czarna 250g	Kisiel owocowy 200g	Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem 500g (09) <i>(Woda, Pierś z indyka, Ziemniaki, Włoszczyzna, Śmietana wegańska 15%, Kalafior, Olej rzepakowy, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Budyń gotowy 200g (07)	Zupa ziemniaczana z dodatkiem żółtka oraz gotowanego mięsa 650g (09,03,07) <i>(Woda, Mięso z indyka gotowane, Włoszczyzna, Ziemniaki, Żółtko jaja, Masło, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Niedziela (2026-04-26)				
21-30.04.2026 dieta trzustkowa/watrobowa E: 2133.61 kcal , B: 99.82 g , T: 47.87 g , W: 341.74 g , Błonnik [g]: 30.42 , Cukier [g]: 110 , Sód [mg]: 2761.63 , Kwasy tł. nas. [g]: 15.81	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki ryżowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko 0.5%, Płatki ryżowe)</i> Wędlina drobiowa 60g Pomidor b/s 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Rosół z makaronem 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Makaron czterojajeczny, Mięso z ud kurczaka, Pieprz, Pietruszka, Sól)</i> Kotlet drobiowy, parowany w sosie majerankowym 182g (01,03) <i>(Pierś z kurczaka, Woda, Bułka tarta, Mąka pszenna, Białko jaja, Majeranek, Papryka, Pieprz ziołowy)</i> Ziemniaki 200g Marchewka na ciepło 100g (Marchew, Cukier, Sól) Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)	Kisiel owocowy 200g	Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Twaróg z jogurtem 80g (07) <i>(Twaróg chudy, Jogurt natur. 2%)</i> Sałata 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta płynna, wzmocniona E: 1844.38 kcal , B: 101.25 g , T: 77.59 g , W: 198.46 g , Błonnik [g]: 24.15 , Cukier [g]: 63.48 , Sód [mg]: 878.44 , Kwasy tł. nas. [g]: 25.67	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem 500g (09,07) <i>(Woda, Ryż biały, Włoszczyzna, Pierś z indyka, Kalafior, Śmietana wegańska 15% , Masło, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Herbata czarna 250g	Mus owocowy 200g	Rosół z makaronem i mięsem gotowanym 500g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Filety z kurczaka, Makaron czterojajeczny, Mięso z ud kurczaka, Pieprz, Pietruszka, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)	Jogurt natur. 2% 150g (07)	Zupa koperkowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 609g (09,03) <i>(Woda, Mięso z indyka gotowane, Włoszczyzna, Ziemniaki, Śmietana wegańska 15% , Żółtko jaja, Olej rzepakowy, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Poniedziałek (2026-04-27)				
21-30.04.2026 dieta trzustkowa/watrobowa E: 2239 kcal , B: 88.93 g , T: 75.66 g , W: 313.06 g , Błonnik [g]: 24.04 , Cukier [g]: 82.05 , Sód [mg]: 2578.77 , Kwasy tł. nas. [g]: 21.51	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko 0.5%, Płatki jaglane)</i> Wędlina drobiowa 60g Kalafior 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 100g	Zupa ziemniaczana 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 333g <i>(Ryż biały, Szynka wieprzowa, Bukiet warzyw, mrożony, Przecier pomidorowy)</i> Sałata z oliwą 100g <i>(Sałata, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Budyń gotowy 200g (07)	Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Schab 60g Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta płynna, wzmocniona E: 1877.96 kcal , B: 76.3 g , T: 68.02 g , W: 255.71 g , Błonnik [g]: 26.25 , Cukier [g]: 99.03 , Sód [mg]: 1959.81 , Kwasy tł. nas. [g]: 22.4	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Zupa marchewkowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,03,07) <i>(Woda, Filety z kurczaka, Ziemniaki, Włoszczyzna, Śmietana wegańska 15%, Marchew, Masło, Żółtko jaja, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i>	Kisiel owocowy 200g	Zupa ziemniaczana 450g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Pierś z indyka, Śmietana wegańska 15%, Olej rzepakowy, Liście laurowe, Pieprz, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Budyń gotowy 200g (07)	Zupa jarzynowa z makaronem, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (03,01) <i>(Woda, Makaron bezglutenowy, Marchew, Szynka wieprzowa, Pietruszka, Żółtko jaja, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Wtorek (2026-04-28)				
21-30.04.2026 dieta trzustkowa/ watrobowa E: 2071.29 kcal, B: 83.07 g, T: 50.85 g, W: 336.35 g, Błonnik [g]: 25.51 , Cukier [g]: 81.53 , Sód [mg]: 2224.73 , Kwasy tł. nas. [g]: 19.52	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko 0.5%, Kasza kukurydziana)</i> Serek fromage light 40g (07) Miód pszczeleli 40g Pomidor b/s 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem 400g (09,07) <i>(Woda, Włoszczyzna, Kalafior, Ryż biały, Śmietana 12%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Kotlet drobiowy, parowany 120g (03,01) <i>(Pierś z kurczaka, Białko jaja, Bułka tarta, Pieprz ziółowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Cukinia na parze 100g <i>(Cukinia)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Biszkopty 30g (01,03)	Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Serek twarogowy ziarnisty 80g (07) Sałata 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta płynna, wzmocniona E: 1781.5 kcal, B: 103.52 g, T: 61.84 g, W: 216.92 g, Błonnik [g]: 24.5 , Cukier [g]: 62.71 , Sód [mg]: 1016.15 , Kwasy tł. nas. [g]: 23.99	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Zupa z cukinii z kaszą manną, żółtkiem i mięsem gotowanym 550g (09,01,03,07) <i>(Woda, Filety z kurczaka, Włoszczyzna, Cukinia, Kasza manna, Żółtko jaja, Masło, Śmietana wegańska 15% , Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Herbata czarna 250g	Mus owocowy 200g	Zupa kalafiorowa z ryżem, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 550g (09,07,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Kalafior, Filety z kurczaka, Ryż biały, Żółtko jaja, Śmietana 12%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt natur. 2% 150g (07)	Zupa grysikowa z dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 550g (09,01,03) <i>(Woda, Kasza manna, Włoszczyzna, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja, Sól, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	środa (2026-04-29)				
21-30.04.2026 dieta trzustkowa/watrobowa E: 1873.04 kcal, B: 68.25 g, T: 49.2 g, W: 302.18 g, Błonnik [g]: 26.59 , Cukier [g]: 56.28 , Sód [mg]: 1811.85 , Kwasy tł. nas. [g]: 17.3	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki owsiane na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 0.5%, Płatki owsiane)</i> Potrawka z kurczaka - gotowana 80g (07) <i>(Pierś z kurczaka, Cukinia, Kalafior, Jogurt natur. 2%)</i> Marchewka julienne 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 100g	Krupnik z kaszą jęczmienną 400g (09,01) <i>(Woda, Ziemniaki, Włoszczyzna, Kasza jęczmienna, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron w sosie śmietanowym 300g (01,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Śmietana wegańska 15%, Włoszczyzna, Mąka pszenna, Pieprz ziołowy)</i> Brokuły 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt natur. 2% 150g (07)	Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Sałatka jarzynowa z białkiem jaj i jogurtem naturalnym 80g (03,07) <i>(Białko jaja, Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Jogurt natur. 2%)</i> Sałata 30g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta płynna, wzmocniona E: 1958.94 kcal, B: 95.33 g, T: 68.14 g, W: 253.59 g, Błonnik [g]: 23.01 , Cukier [g]: 108.51 , Sód [mg]: 2193.04 , Kwasy tł. nas. [g]: 20.89	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Zupa jarzynowa z makaronem, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 450g (03,01,07) <i>(Woda, Szynka wieprzowa, Makaron bezjajeczny, Marchew, Żółtko jaja, Pietruszka, Masło, Sól, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Ziele angielskie)</i> Herbata czarna 250g	Kisiel owocowy 200g	Krupnik z kaszą jęczmienną i mięsem gotowanym 500g (09,01) <i>(Woda, Pierś z indyka, Ziemniaki, Kasza jęczmienna, Włoszczyzna, Olej rzepakowy, Liście laurowe, Ziele angielskie, Koperek, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Budyń gotowy 200g (07)	Krem z dyni z dodatkiem żółtka i mięsa gotowanego 500g (09,03) <i>(Woda, Filety z kurczaka, Ziemniaki, Włoszczyzna, Żółtko jaja, Dynia, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Czwartek (2026-04-30)				
21-30.04.2026 dieta trzustkowa/watrobowa E: 2101.43 kcal , B: 96.51 g , T: 61.52 g , W: 302.86 g , Błonnik [g]: 27.88 , Cukier [g]: 99.46 , Sód [mg]: 3231.88 , Kwasy tł. nas. [g]: 26.82	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 0.5%, Kasza manna)</i> Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) <i>(Białko jaja, Twaróg chudy)</i> Serek fromage light 80g (07) Pomidor b/s 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g <i>(Woda, Marchew, Ziemniaki, Pietruszka, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Stek wieprzowy, parowany 120g (03,01) <i>(Schab wieprzowy, Białko jaja, Bułka tarta)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Szpinak na gęsto (duszony) 95g (07) <i>(Szpinak, Jogurt natur. 2%, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g	Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Serek fromage light 80g (07) Marchewka julienne 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta płynna, wzmocniona E: 1812.48 kcal , B: 98.54 g , T: 75.95 g , W: 196.27 g , Błonnik [g]: 26.93 , Cukier [g]: 69.13 , Sód [mg]: 1740.53 , Kwasy tł. nas. [g]: 28.94	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Zupa ziemniaczana z dodatkiem żółtka oraz gotowanego mięsa 550g (09,03,07) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja, Masło, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Herbata czarna 250g	Mus owocowy 200g	Zupa fasolowa 500g <i>(Woda, Ziemniaki, Szynka wieprzowa, Marchew, Śmietana wegańska 15%, Pietruszka, Olej rzepakowy, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Ziele angielskie, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt natur. 2% 150g (07)	Krem z białych warzyw z kaszą, żółtkiem i mięsem gotowanym 550g (03,09) <i>(Woda, Filety z kurczaka, Kasza kukurydziana, Kalafior, Śmietana wegańska 15%, Żółtko jaja, Pietruszka, Seler korzeniowy, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Wtorek (2026-04-21)				
21-30.04.2026 dieta trzustkowa/watrobowa E: 2122.09 kcal, B: 106.57 g, T: 52.62 g, W: 318.6 g, Błonnik [g]: 24.83 , Cukier [g]: 103.94 , Sód [mg]: 2920.81 , Kwasy tł. nas. [g]: 17.04	Śniadanie Makaron na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 0.5%, Makaron bezjajeczny)</i> Twaróg chudy 80g (07) Sałata 30g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Banan 130g	Obiad Zupa krem z zielonych warzyw z groszkiem ptysiowym 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Brokuły, Cukinia, Groszek ptysiowy)</i> Filet z piersi kurczaka (parowany) 120g <i>(Pierś z kurczaka, Sól)</i> Ziemniaki 200g Buraki na ciepło 100g <i>(Buraki, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Budyń gotowy 200g (07)	Kolacja Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym, Jogurt natur. 2%)</i> Brokuły 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta papkowata E: 1911.96 kcal, B: 106.14 g, T: 62.51 g, W: 245.09 g, Błonnik [g]: 22.74 , Cukier [g]: 53.5 , Sód [mg]: 1399.84 , Kwasy tł. nas. [g]: 33.74	Śniadanie Makaron na mleku z masłem i miodem 500g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Makaron bezjajeczny, Miód pszczelej, Masło)</i> Twaróg półtłusty 150g (07) Herbata czarna 250g	Obiad Zupa krem z zielonych warzyw z groszkiem ptysiowym 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Brokuły, Cukinia, Groszek ptysiowy)</i> Filet z piersi kurczaka (parowany) 120g <i>(Pierś z kurczaka, Sól)</i> Ziemniaki purée 200g Surówka z buraków 100g <i>(Buraki, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Kolacja Zupa kalafiorowa z ryżem, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ryż biały, Kalafior, Filety z kurczaka, Żółtko jaja, Śmietana wegańska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i>		

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	środa (2026-04-22)				
21-30.04.2026 dieta trzustkowa/watrobowa E: 2188.99 kcal , B: 65.72 g , T: 65.31 g , W: 351.48 g , Błonnik [g]: 30.6 , Cukier [g]: 123.63 , Sód [mg]: 2043.12 , Kwasy tł. nas. [g]: 22.7	Śniadanie Ryż na mleku 300g (07) <i>(Mleko 0.5%, Ryż biały)</i> Potrawka z kurczaka - gotowana 100g (07) <i>(Pierś z kurczaka, Cukinia, Kalafior, Jogurt natur. 2%)</i> Pomidor b/s 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Jabłko parowane 160g	Obiad Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko 0.5%, Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt natur. 2%, Truskawki)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Kisiel owocowy 200g	Kolacja Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Parówki z kurczaka 100g (01,07,06,09,10) Ketchup 10g Marchewka julienne 100g Herbata czarna 250g
	21-30.04.2026 dieta papkowata E: 1940.24 kcal , B: 107.87 g , T: 72.97 g , W: 227.46 g , Błonnik [g]: 19.7 , Cukier [g]: 70.41 , Sód [mg]: 2346.47 , Kwasy tł. nas. [g]: 38.13	Śniadanie Ryż na mleku z masłem i miodem 500g (07) <i>(Mleko 3.2%, Miód pszczeli, Ryż biały, Masło)</i> Pasta z szynki i białek jaj 355g (03,07) <i>(Wędlina drobiowa, Białko jaja, Jogurt natur. 2%)</i> Herbata czarna 250g	Obiad Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko 3.2%, Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt natur. 2%, Truskawki)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Kolacja Zupa marchewkowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 550g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Filety z kurczaka, Ziemniaki, Śmietana wegańska 15%, Marchew, Żółtko jaja, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i>	

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne

Jadłospis	Czwartek (2026-04-23)				
21-30.04.2026 dieta trzustkowa/watrobowa E: 2226.62 kcal , B: 113.38 g , T: 74.47 g , W: 289.62 g , Błonnik [g]: 28.18 , Cukier [g]: 74.46 , Sód [mg]: 3860.53 , Kwasy tł. nas. [g]: 26.78	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kasza jaglana na mleku 300g (07) <i>(Mleko 0.5%, Kasza jaglana)</i> Wędlina wieprzowa 60g Kalafior 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa dyniowa z kaszą kuskus 400g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna, Dynia, Kasza kuskus, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Gulasz wieprzowy duszony 150g <i>(Szynka wieprzowa, Woda, Kminek, Papryka, Pieprz, Pieprz ziołowy, Sól)</i> Kasza jęczmienna 200g (01) Buraki na ciepło 100g <i>(Buraki, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt natur. 2% 150g (07)	Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Wędlina wieprzowa 60g Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta papkowata E: 2164.4 kcal , B: 124.18 g , T: 93.73 g , W: 221.93 g , Błonnik [g]: 28.59 , Cukier [g]: 48.18 , Sód [mg]: 3446.2 , Kwasy tł. nas. [g]: 42.42	Śniadanie	Obiad	Kolacja		
	Płatki jęczmienne na mleku z masłem i miodem 500g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Miód pszczeli, Masło, Płatki jęczmienne)</i> Wędlina wieprzowa 150g Herbata czarna 250g	Zupa dyniowa z kaszą kuskus 400g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna, Dynia, Kasza kuskus, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Gulasz wieprzowy duszony 150g <i>(Szynka wieprzowa, Woda, Kminek, Papryka, Pieprz, Pieprz ziołowy, Sól)</i> Kasza gryczana 200g Surówka z buraków 90g <i>(Buraki, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Zupa brokułowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 600g (09,03) <i>(Woda, Ziemniaki, Włoszczyzna, Brokuły, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja, Śmietana węgierska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i>		

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Piątek (2026-04-24)				
21-30.04.2026 dieta trzustkowa/watrobowa E: 1966.41 kcal , B: 84.41 g , T: 53.44 g , W: 298.3 g , Błonnik [g]: 23.91 , Cukier [g]: 78.64 , Sód [mg]: 2454.76 , Kwasy tł. nas. [g]: 22.17	Śniadanie Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko 0.5%, Płatki jaglane)</i> Serek wiejski lekki 150g (07) Brokuty 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Jabłko parowane 100g	Obiad Barszcz czerwony z ziemniakami i białkiem jaj 400g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Buraki, Ziemniaki, Białko jaja, Cukier, Liście laurowe, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i> Pulpety z mintaja w sosie koperkowym 149g (04,03,01,07) <i>(Mintaj, Woda, Białko jaja, Bułka pszenna, Jogurt natur. 2%, Koperek)</i> Ryż biały 200g Sałata z jogurtem 100g (07) <i>(Sałata, Jogurt natur. 2%)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Galaretko owocowa (po przyrządzeniu) 200g	Kolacja Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Serek fromage light 80g (07) Kalafior 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta papkowata E: 1879.58 kcal , B: 96.62 g , T: 61.52 g , W: 248.53 g , Błonnik [g]: 22.22 , Cukier [g]: 48.66 , Sód [mg]: 1377.84 , Kwasy tł. nas. [g]: 34.82	Śniadanie Płatki gryczane na mleku z masłem i miodem 550g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki gryczane, Miód pszczeli, Masło)</i> Serek grani 150g (07) Herbata czarna 250g	Obiad Barszcz czerwony z ziemniakami i białkiem jaj 400g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Buraki, Ziemniaki, Białko jaja, Cukier, Sól, Pietruszka, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Pulpety z mintaja w sosie koperkowym 149g (04,03,01) <i>(Mintaj, Woda, Białko jaja, Bułka pszenna, Śmietana węgarska 15%, Koperek)</i> Ryż biały 200g Sałata z jogurtem 100g (07) <i>(Sałata, Jogurt natur. 2%)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Kolacja Zupa z cukinii z kaszą manną, dodatkiem żółtka oraz mi 550g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Filety z kurczaka, Cukinia, Kasza manna, Żółtko jaja, Śmietana węgarska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i>		

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Sobota (2026-04-25)				
21-30.04.2026 dieta trzustkowa/watrobowa E: 1997.92 kcal, B: 85.35 g, T: 61.33 g, W: 288.43 g, Błonnik [g]: 25.95 , Cukier [g]: 55.07 , Sód [mg]: 2594.44 , Kwasy tł. nas. [g]: 24.7	Śniadanie Płatki ryżowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko 0.5%, Płatki ryżowe)</i> Jajecznica z białek jaj na parze 80g (03) <i>(Białko jaja)</i> Marchewka julienne 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Jabłko parowane 100g	Obiad Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09,07) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Kalafior, Jogurt natur. 2%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z sosem mięsnym 300g (01,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Wieprzowina, Włoszczyzna)</i> Szpinak na gęsto (duszony) 100g (07) <i>(Szpinak, Jogurt natur. 2%, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Sucharki 30g (01,07)	Kolacja Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Sałatka z buraka sera fety i roszonek 80g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta, Roszponka)</i> Serek fromage light 80g (07) Herbata czarna 250g
	21-30.04.2026 dieta papkowata E: 1879.87 kcal, B: 98.78 g, T: 68.88 g, W: 228.79 g, Błonnik [g]: 20.81 , Cukier [g]: 43.94 , Sód [mg]: 1213.81 , Kwasy tł. nas. [g]: 34.14	Śniadanie Płatki ryżowe na mleku z masłem i miodem 550g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki ryżowe, Miód pszczeli, Masło)</i> Jajecznica z białek jaj na parze 151g (03) <i>(Białko jaja)</i> Herbata czarna 250g	Obiad Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 401g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Kalafior, Śmietana wegańska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z sosem mięsnym 300g (01,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Wieprzowina, Włoszczyzna)</i> Fasola szparagowa 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Kolacja Zupa ziemniaczana z dodatkiem żółtka oraz gotowanego mięsa 600g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i>	

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Niedziela (2026-04-26)				
21-30.04.2026 dieta trzustkowa/watrobowa E: 2133.61 kcal , B: 99.82 g , T: 47.87 g , W: 341.74 g , Błonnik [g]: 30.42 , Cukier [g]: 110 , Sód [mg]: 2761.63 , Kwasy tł. nas. [g]: 15.81	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki ryżowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko 0.5%, Płatki ryżowe)</i> Wędlina drobiowa 60g Pomidor b/s 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Rosół z makaronem 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Makaron czterojajeczny, Mięso z ud kurczaka, Pieprz, Pietruszka, Sól)</i> Kotlet drobiowy, parowany w sosie majerankowym 182g (01,03) <i>(Pierś z kurczaka, Woda, Bułka tarta, Mąka pszenna, Białko jaja, Majeranek, Papryka, Pieprz ziołowy)</i> Ziemniaki 200g Marchewka na ciepło 100g (Marchew, Cukier, Sól) Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)	Kisiel owocowy 200g	Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Twarożek z jogurtem 80g (07) <i>(Twaróg chudy, Jogurt natur. 2%)</i> Sałata 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta papkowata E: 1858.22 kcal , B: 104.51 g , T: 64.39 g , W: 233.37 g , Błonnik [g]: 29.65 , Cukier [g]: 57.1 , Sód [mg]: 1864.32 , Kwasy tł. nas. [g]: 32.34	Śniadanie	Obiad	Kolacja		
	Płatki żytnie na mleku z masłem i miodem 500g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki żytnie, Miód pszczeli, Masło)</i> Twarożek z jogurtem 150g (07) <i>(Twaróg chudy, Jogurt natur. 2%)</i> Herbata czarna 250g	Rosół z makaronem 500g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Makaron czterojajeczny, Mięso z ud kurczaka, Pieprz, Pietruszka, Sól)</i> Kotlet drobiowy, parowany w sosie majerankowym 180g (01,03) <i>(Pierś z kurczaka, Woda, Bułka tarta, Mąka pszenna, Białko jaja, Majeranek, Papryka, Pieprz ziołowy)</i> Ziemniaki purée 200g Marchewka na ciepło 100g (Marchew, Olej rzepakowy, Cukier, Sól) Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)	Zupa koperkowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 600g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja, Koperek, Ziele angielskie, Liście laurowe)</i>		

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Poniedziałek (2026-04-27)				
<p>21-30.04.2026 dieta trzustkowa/watrobowa</p> <p>E: 2239 kcal, B: 88.93 g, T: 75.66 g, W: 313.06 g, Błonnik [g]: 24.04, Cukier [g]: 82.05, Sód [mg]: 2578.77, Kwasy tł. nas. [g]: 21.51</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko 0.5%, Płatki jaglane)</i> Wędlina drobiowa 60g Kalafior 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 100g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ziemniaczana 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 333g <i>(Ryż biały, Szyńka wieprzowa, Bukiet warzyw, mrożony, Przecier pomidorowy)</i></p> <p>Sałata z oliwą 100g <i>(Sałata, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Budyń gotowy 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Schab 60g Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g</p>
<p>21-30.04.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2245.68 kcal, B: 108.18 g, T: 84.81 g, W: 273.88 g, Błonnik [g]: 23.85, Cukier [g]: 49.8, Sód [mg]: 3185.54, Kwasy tł. nas. [g]: 39.71</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku z masłem i miodem 500g (07) <i>(Mleko 3.2%, Miód pszczele, Masło, Płatki jaglane)</i> Wędlina wieprzowa 150g Herbata czarna 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ziemniaczana 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 300g <i>(Ryż biały, Szyńka wieprzowa, Bukiet warzyw, mrożony, Przecier pomidorowy)</i></p> <p>Marchewka julienne 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa jarzynowa z makaronem, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (03,01) <i>(Woda, Makaron bezjajeczny, Marchew, Szyńka wieprzowa, Pietruszka, Żółtko jaja, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p>		

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Wtorek (2026-04-28)				
<p>21-30.04.2026 dieta trzustkowa/watrobowa</p> <p>E: 2071.29 kcal, B: 83.07 g, T: 50.85 g, W: 336.35 g, Błonnik [g]: 25.51, Cukier [g]: 81.53, Sód [mg]: 2224.73, Kwasy tł. nas. [g]: 19.52</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko 0.5%, Kasza kukurydziana)</i> Serek fromage light 40g (07) Miód pszczeli 40g Pomidor b/s 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem 400g (09,07) <i>(Woda, Włoszczyzna, Kalafior, Ryż biały, Śmietana 12%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Kotlet drobiowy, parowany 120g (03,01) <i>(Pierś z kurczaka, Białko jaja, Bułka tarta, Pieprz ziołowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Cukinia na parze 100g <i>(Cukinia)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Biszkopty 30g (01,03)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Serek twarogowy ziarnisty 80g (07) Sałata 100g Herbata czarna 250g</p>
<p>21-30.04.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2038.52 kcal, B: 88.09 g, T: 107.24 g, W: 193.65 g, Błonnik [g]: 19.26, Cukier [g]: 39.79, Sód [mg]: 1972.65, Kwasy tł. nas. [g]: 61.41</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku z masłem i miodem 400g (07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza kukurydziana, Miód pszczeli, Masło)</i> Serek Fromage 150g (07) Herbata czarna 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem 400g (09,07) <i>(Woda, Włoszczyzna, Kalafior, Ryż biały, Śmietana 12%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Kotlet drobiowy, parowany 120g (03,01) <i>(Pierś z kurczaka, Białko jaja, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Cukinia na parze 100g <i>(Cukinia)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa grysikowa z dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja, Kasza manna, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p>		

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	środa (2026-04-29)				
21-30.04.2026 dieta trzustkowa/watrobowa E: 1873.04 kcal, B: 68.25 g, T: 49.2 g, W: 302.18 g, Błonnik [g]: 26.59 , Cukier [g]: 56.28 , Sód [mg]: 1811.85 , Kwasy tł. nas. [g]: 17.3	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki owsiane na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 0.5%, Płatki owsiane)</i> Potrawka z kurczaka - gotowana 80g (07) <i>(Pierś z kurczaka, Cukinia, Kalafior, Jogurt natur. 2%)</i> Marchewka julienne 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 100g	Krupnik z kaszą jęczmienną 400g (09,01) <i>(Woda, Ziemniaki, Włoszczyzna, Kasza jęczmienna, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron w sosie śmietanowym 300g (01,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Śmietana wegańska 15%, Włoszczyzna, Mąka pszenna, Pieprz ziołowy)</i> Brokuły 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt natur. 2% 150g (07)	Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Sałatka jarzynowa z białkiem jaj i jogurtem naturalnym 80g (03,07) <i>(Białko jaja, Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Jogurt natur. 2%)</i> Sałata 30g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta papkowata E: 1845.01 kcal, B: 79.69 g, T: 66.21 g, W: 246.86 g, Błonnik [g]: 25.87 , Cukier [g]: 47.66 , Sód [mg]: 1831.94 , Kwasy tł. nas. [g]: 30.61	Śniadanie	Obiad	Kolacja		
	Płatki orkiszowe na mleku z masłem i miodem 500g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki orkiszowe, Miód pszczeli, Masło)</i> Pasta mięsna 150g <i>(Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy)</i> Herbata czarna 250g	Krupnik z kaszą jęczmienną 450g (09,01) <i>(Woda, Ziemniaki, Kasza jęczmienna, Włoszczyzna, Liście laurowe, Ziele angielskie, Koperek, Sól)</i> Makaron w sosie śmietanowym 300g (01,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Śmietana wegańska 15%, Włoszczyzna, Mąka pszenna, Pieprz ziołowy)</i> Brokuły 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Krem z dyni z dodatkiem żółtka i mięsa gotowanego 550g (09,03) <i>(Woda, Ziemniaki, Włoszczyzna, Dynia, Filety z kurczaka, Żółtko jaja, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i>		

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Czwartek (2026-04-30)				
21-30.04.2026 dieta trzustkowa/watrobowa E: 2101.43 kcal, B: 96.51 g, T: 61.52 g, W: 302.86 g, Błonnik [g]: 27.88 , Cukier [g]: 99.46 , Sód [mg]: 3231.88 , Kwasy tł. nas. [g]: 26.82	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 0.5%, Kasza manna)</i> Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) <i>(Białko jaja, Twaróg chudy)</i> Serek fromage light 80g (07) Pomidor b/s 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g <i>(Woda, Marchew, Ziemniaki, Pietruszka, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Stek wieprzowy, parowany 120g (03,01) <i>(Schab wieprzowy, Białko jaja, Bułka tarta)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Szpinak na gęsto (duszony) 95g (07) <i>(Szpinak, Jogurt natur. 2%, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g	Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Serek fromage light 80g (07) Marchewka julienne 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta papkowata E: 1920.62 kcal, B: 99.97 g, T: 64.52 g, W: 250.36 g, Błonnik [g]: 25.06 , Cukier [g]: 46.99 , Sód [mg]: 1875.37 , Kwasy tł. nas. [g]: 30.1	Śniadanie	Obiad	Kolacja		
	Kasza manna na mleku z masłem i miodem 500g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza manna, Miód pszczeli, Masło)</i> Pasta z białek jaj i sera 150g (03,07) <i>(Białko jaja, Twaróg chudy)</i> Herbata czarna 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g <i>(Woda, Marchew, Ziemniaki, Pietruszka, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Stek wieprzowy, parowany 120g (03,01) <i>(Schab wieprzowy, Białko jaja, Bułka tarta, Olej rzepakowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i> Szpinak na gęsto (duszony) 100g <i>(Szpinak, Śmietana wegańska 15%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i>	Krem z białych warzyw z kaszą, żółtkiem i mięsem gotowanym 500g (03,09) <i>(Woda, Kasza kukurydziana, Kalafior, Pietruszka, Seler korzeniowy, Filety z kurczaka, Żółtko jaja, Śmietana wegańska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i>		

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Wtorek (2026-04-21)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezmleczna E: 2346.25 kcal , B: 84.03 g , T: 84.38 g , W: 328.83 g , Błonnik [g]: 29.55 , Cukier [g]: 74.77 , Sód [mg]: 2894.33 , Kwasy tł. nas. [g]: 19.46	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Makaron na napoju jaglanym 300g (01) <i>(Napój jaglany, Makaron bezjajeczny)</i> Pasta warzywna 80g Sałata 30g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa krem z zielonych warzyw z groszkiem ptysiowym 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Brokuły, Cukinia, Groszek ptysiowy)</i> Filet z piersi kurczaka (parowany) 120g <i>(Pierś z kurczaka, Sól)</i> Ziemniaki purée 200g Surówka z buraków 100g <i>(Buraki, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Budyń na bazie napoju roślinnego 200g <i>(Napój jaglany, Mąka ziemniaczana)</i>	Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Pasta z tuńczyka 80g (04) <i>(Tuńczyk w sosie własnym, Olej rzepakowy)</i> Brokuły 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezglutenowa E: 2319.76 kcal , B: 98.86 g , T: 83.2 g , W: 313.47 g , Błonnik [g]: 40.52 , Cukier [g]: 110.37 , Sód [mg]: 2899.25 , Kwasy tł. nas. [g]: 37.13	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Makaron na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Makaron bezglutenowy)</i> Twaróg półtłusty 80g (07) Sałata 30g Masło 20g (07) Chleb bezglutenowy 100g Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami bezglutenowymi 400g (09) <i>(Groszek zielony, Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Chleb bezglutenowy, Brokuły, Cukinia, Oliwa z oliwek)</i> Filet z piersi kurczaka (parowany) 120g <i>(Pierś z kurczaka, Sól)</i> Ziemniaki purée 200g Surówka z buraków 100g <i>(Buraki, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Budyń gotowy 200g (07)	Chleb bezglutenowy 100g Masło 20g (07) Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym, Jogurt natur. 2%)</i> Brokuły 100g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	środa (2026-04-22)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezmleczna E: 2442.36 kcal , B: 56.55 g , T: 85.57 g , W: 379.23 g , Błonnik [g]: 31.99 , Cukier [g]: 137.51 , Sód [mg]: 2347.54 , Kwasy tł. nas. [g]: 25.79	Śniadanie Ryż na napój jaglany 300g <i>(Napój jaglany, Ryż biały)</i> Pasta z szynki i białek jaj 80g (03) <i>(Wędlina wieprzowa, Białko jaja, Olej rzepakowy)</i> Pomidor b/s 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Jabłko parowane 160g	Obiad Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Jabłka pieczone, Włoszczyzna, Ziemniaki, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Napój jaglany, Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa owocowa 100g <i>(Truskawki)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Kisiel owocowy 200g	Kolacja Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Parówki drobiowe 100g Ketchup 10g Marchewka julienne 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezglutenowa E: 2251.95 kcal , B: 54.78 g , T: 81.41 g , W: 344.94 g , Błonnik [g]: 38.07 , Cukier [g]: 146.97 , Sód [mg]: 2292.54 , Kwasy tł. nas. [g]: 39.41	Śniadanie Ryż na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Ryż biały)</i> Pasta z szynki i białek jaj 80g (03,07) <i>(Wędlina drobiowa, Białko jaja, Jogurt natur. 2%)</i> Pomidor b/s 100g Masło 20g (07) Chleb bezglutenowy 100g Herbata czarna 250g	II Śniadanie Jabłko parowane 160g	Obiad Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Jabłka pieczone, Włoszczyzna, Ziemniaki, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko 3.2%, Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt natur. 2%, Truskawki)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Kisiel owocowy 200g	Kolacja Chleb bezglutenowy 100g Masło 20g (07) Parówki drobiowe 100g Ketchup 10g Marchewka julienne 100g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Czwartek (2026-04-23)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezmleczna E: 2447.32 kcal , B: 104.18 g , T: 85.5 g , W: 329.02 g , Błonnik [g]: 33.76 , Cukier [g]: 86.33 , Sód [mg]: 3805.2 , Kwasy tł. nas. [g]: 25.7	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki jęczmienne na napoju jaglanym 300g (01) <i>(Napój jaglany, Płatki jęczmienne)</i> Wędlna wieprzowa 60g Kalafior 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa dyniowa z kaszą kuskus 400g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna, Dynia, Kasza kuskus, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Gulasz wieprzowy duszony 150g <i>(Szynka wieprzowa, Woda, Kminek, Papryka, Pieprz, Pieprz ziółowy, Sól)</i> Kasza gryczana 200g Surówka z buraków 100g <i>(Buraki, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Mus owocowy 200g	Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Wędlna wieprzowa 60g Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezglutenowa E: 2164.57 kcal , B: 95.14 g , T: 80.18 g , W: 285.37 g , Błonnik [g]: 36.5 , Cukier [g]: 79.31 , Sód [mg]: 3473.16 , Kwasy tł. nas. [g]: 35.79	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza kukurydziana)</i> Wędlna drobiowa 60g Kalafior 100g Masło 20g (07) Chleb bezglutenowy 100g Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa dyniowa z kaszą jaglaną 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Dynia, Kasza jaglana, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Gulasz wieprzowy duszony 150g <i>(Szynka wieprzowa, Woda, Kminek, Papryka, Pieprz, Pieprz ziółowy, Sól)</i> Kasza gryczana 200g Surówka z buraków 100g <i>(Buraki, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt natur. 2% 150g (07)	Chleb bezglutenowy 100g Masło 20g (07) Wędlna drobiowa 60g Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Piątek (2026-04-24)				
<p>21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezmleczna</p> <p>E: 2170.66 kcal, B: 59.16 g, T: 78.81 g, W: 323.1 g, Błonnik [g]: 31.81, Cukier [g]: 76.71, Sód [mg]: 2619.15, Kwasy tł. nas. [g]: 16.15</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki gryczane na napoju jaglanym 300g <i>(Napój jaglany, Płatki gryczane)</i></p> <p>Pasta warzywna 80g</p> <p>Brokuły 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pszenny 100g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 100g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami i białkiem jaj 400g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Buraki, Ziemniaki, Białko jaja, Cukier, Liście laurowe, Pietruszka, Ziele angielskie, Sól)</i></p> <p>Pulpety z mintaja w sosie koperkowym 149g (04,03,01) <i>(Mintaj, Woda, Białko jaja, Bułka pszenna, Śmietana wegańska 15%, Koperek)</i></p> <p>Ryż biały 200g</p> <p>Salata skropiona olejem 100g <i>(Salata, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 100g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Pasta warzywna 80g</p> <p>Kalafior 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>
<p>21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezglutenowa</p> <p>E: 2150.41 kcal, B: 76.81 g, T: 91.6 g, W: 271.29 g, Błonnik [g]: 33.45, Cukier [g]: 81.57, Sód [mg]: 2325.32, Kwasy tł. nas. [g]: 54.51</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki gryczane)</i></p> <p>Serek grani 150g (07)</p> <p>Brokuły 100g</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Chleb bezglutenowy 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 100g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami i białkiem jaj 400g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Buraki, Ziemniaki, Białko jaja, Cukier, Liście laurowe, Pietruszka, Ziele angielskie, Sól)</i></p> <p>Pulpety z mintaja w sosie koperkowym 149g (04,03) <i>(Mintaj, Woda, Białko jaja, Chleb bezglutenowy, Śmietana wegańska 15%, Koperek)</i></p> <p>Ryż biały 200g</p> <p>Salata z jogurtem 100g (07) <i>(Salata, Jogurt natur. 2%)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb bezglutenowy 100g</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Serek Fromage 80g (07)</p> <p>Kalafior 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Sobota (2026-04-25)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezmleczna E: 2162.34 kcal , B: 82.93 g , T: 64.2 g , W: 329.36 g , Błonnik [g]: 28.57 , Cukier [g]: 68.34 , Sód [mg]: 2099 , Kwasy tł. nas. [g]: 21.09	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki ryżowe na napoju jaglanym 300g <i>(Napój jaglany, Płatki ryżowe)</i> Jajecznicza z białek jaj na parze 80g (03) <i>(Białko jaja)</i> Marchewka julienne 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 160g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Kalafior, Śmietana wegańska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z sosem mięsnym 300g (01,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Wieprzowina, Włoszczyzna)</i> Fasola szparagowa 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Wafle ryżowe 30g	Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Wędlina wieprzowa 60g Dżem jagodowy niskosłodzony 40g Buraki 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezglutenowa E: 1999.61 kcal , B: 65.59 g , T: 67.51 g , W: 301.26 g , Błonnik [g]: 43.35 , Cukier [g]: 75.36 , Sód [mg]: 1688.71 , Kwasy tł. nas. [g]: 34.44	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki ryżowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki ryżowe)</i> Jajecznicza z białek jaj na parze 80g (03) <i>(Białko jaja)</i> Marchewka julienne 100g Masło 20g (07) Chleb bezglutenowy 100g Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 160g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Kalafior, Śmietana wegańska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z sosem mięsnym 300g (09) <i>(Makaron bezglutenowy, Wieprzowina, Włoszczyzna)</i> Fasola szparagowa 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Wafle ryżowe 30g	Chleb bezglutenowy 100g Masło 20g (07) Sałatka z buraka sera fety i roszonek 80g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta, Roszponka, Oliwa z oliwek)</i> Dżem jagodowy niskosłodzony 40g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Niedziela (2026-04-26)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezmleczna E: 2336.85 kcal , B: 84.21 g , T: 70.14 g , W: 362.34 g , Błonnik [g]: 36.85 , Cukier [g]: 110.7 , Sód [mg]: 3407.91 , Kwasy tł. nas. [g]: 18.37	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki żytnie na napoju jaglanym 300g (01) <i>(Napój jaglany, Płatki żytnie)</i> Pasta warzywna 80g Pomidor b/s 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Rosół z makaronem 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Makaron czterojajeczny, Mięso z ud kurczaka, Pieprz, Pietruszka, Sól)</i> Kotlet drobiowy, parowany w sosie majerankowym 182g (01,03) <i>(Pierś z kurczaka, Woda, Bułka tarta, Mąka pszenna, Białko jaja, Majeranek, Papryka, Pieprz ziółowy)</i> Ziemniaki purée 200g Marchewka na ciepło 101g <i>(Marchew, Cukier, Olej rzepakowy, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Kisiel owocowy 200g	Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Wędlina drobiowa 60g Sałata 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezglutenowa E: 2201.49 kcal , B: 95.85 g , T: 74.18 g , W: 308.29 g , Błonnik [g]: 42.66 , Cukier [g]: 115.9 , Sód [mg]: 2796.42 , Kwasy tł. nas. [g]: 36.56	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki gryczane)</i> Wędlina wieprzowa 60g Pomidor b/s 100g Masło 20g (07) Chleb bezglutenowy 100g Herbata czarna 250g	Banan 130g	Rosół z makaronem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Makaron bezglutenowy, Mięso z ud kurczaka, Pieprz, Pietruszka, Sól)</i> Kotlet drobiowy, parowany w sosie majerankowym 170g (03) <i>(Pierś z kurczaka, Woda, Białko jaja, Majeranek, Papryka, Pieprz ziółowy)</i> Ziemniaki purée 200g Marchewka na ciepło 100g <i>(Marchew, Cukier, Sól, Olej rzepakowy)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Kisiel owocowy 200g	Chleb bezglutenowy 100g Masło 20g (07) Twarożek z jogurtem 80g (07) <i>(Twaróg chudy, Jogurt natur. 2%)</i> Sałata 100g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Poniedziałek (2026-04-27)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezmleczna E: 2167.51 kcal , B: 77.97 g , T: 72.75 g , W: 314.02 g , Błonnik [g]: 25.65 , Cukier [g]: 50.62 , Sód [mg]: 2238.22 , Kwasy tł. nas. [g]: 19.52	Śniadanie Płatki jaglane na napoju jaglanym 300g <i>(Napój jaglany, Płatki jaglane)</i> Wędlina drobiowa 60g Kalafior 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Jabłko parowane 100g	Obiad Zupa ziemniaczana 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 330g <i>(Ryż biały, Szynka wieprzowa, Bukiet warzyw, mrożony, Przecier pomidorowy)</i> Sałata z oliwą 100g <i>(Sałata, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Budyń na bazie napoju roślinnego 200g <i>(Napój jaglany, Mąka ziemniaczana)</i>	Kolacja Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Schab 60g Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezglutenowa E: 2328.8 kcal , B: 85.33 g , T: 98.16 g , W: 292.14 g , Błonnik [g]: 31.84 , Cukier [g]: 87.89 , Sód [mg]: 2644.89 , Kwasy tł. nas. [g]: 40.39	Śniadanie Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jaglane)</i> Wędlina wieprzowa 60g Kalafior 100g Masło 20g (07) Chleb bezglutenowy 100g Herbata czarna 250g	II Śniadanie Jabłko parowane 100g	Obiad Zupa ziemniaczana 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 333g <i>(Ryż biały, Szynka wieprzowa, Bukiet warzyw, mrożony, Przecier pomidorowy)</i> Sałata z oliwą 100g <i>(Sałata, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Budyń gotowy 200g (07)	Kolacja Chleb bezglutenowy 100g Masło 20g (07) Schab 60g Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Wtorek (2026-04-28)				
<p>21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezmleczna</p> <p>E: 2138.48 kcal, B: 64.82 g, T: 71.12 g, W: 329.6 g, Błonnik [g]: 31.08, Cukier [g]: 64.96, Sód [mg]: 2449.46, Kwasy tł. nas. [g]: 15.85</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na napoju jaglanym 300g <i>(Napój jaglany, Kasza kukurydziana)</i></p> <p>Pasta warzywna 40g Pomidor b/s 100g Masto roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Kalafior, Ryż biały, Śmietana wegańska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Kotlet drobiowy, parowany 120g (03,01) <i>(Pierś z kurczaka, Białko jaja, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Cukinia na parze 100g <i>(Cukinia)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Wafle ryżowe 30g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 100g (01) Masto roślinne MR 20g Pasta warzywna 80g Sałata 100g Herbata czarna 250g</p>
<p>21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezglutenowa</p> <p>E: 2107.79 kcal, B: 70.59 g, T: 74.24 g, W: 309.23 g, Błonnik [g]: 33.23, Cukier [g]: 72.24, Sód [mg]: 2082.51, Kwasy tł. nas. [g]: 41.67</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza kukurydziana)</i></p> <p>Serek Fromage 40g (07) Miód pszczeleli 40g Pomidor b/s 100g Masto 20g (07) Chleb bezglutenowy 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem 400g (09,07) <i>(Woda, Włoszczyzna, Kalafior, Ryż biały, Śmietana 12%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Kotlet drobiowy, parowany 100g (03) <i>(Pierś z kurczaka, Białko jaja, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Cukinia na parze 100g <i>(Cukinia)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Wafle ryżowe 30g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb bezglutenowy 100g Masto 20g (07) Serek twarogowy ziarnisty 80g (07) Sałata 100g Herbata czarna 250g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	środa (2026-04-29)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezmleczna E: 2227.94 kcal , B: 56.06 g , T: 79.19 g , W: 335.69 g , Błonnik [g]: 31.52 , Cukier [g]: 71.34 , Sód [mg]: 2365.91 , Kwasy tł. nas. [g]: 22.84	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki orkiszowe na napoju jaglanym 300g <i>(Napój jaglany, Płatki orkiszowe)</i> Parówki drobiowe 100g Ketchup 20g Marchewka julienne 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 100g	Krupnik z kaszą jęczmienną 400g (09,01) <i>(Woda, Ziemniaki, Włoszczyzna, Kasza jęczmienna, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron w sosie śmietanowym 300g (01,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Śmietana wegańska 15% , Włoszczyzna, Mąka pszenna, Pieprz ziołowy)</i> Brokuły 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Mus owocowy 200g	Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Sałatka jarzynowa z białkiem jaj i jogurtem naturalnym 75g (03) <i>(Białko jaja, Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Olej rzepakowy)</i> Herbata czarna 250g Sałata 30g
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezglutenowa E: 2090.33 kcal , B: 56.37 g , T: 83.41 g , W: 295.4 g , Błonnik [g]: 43.64 , Cukier [g]: 63.43 , Sód [mg]: 2446.56 , Kwasy tł. nas. [g]: 39.65	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jaglane)</i> Parówki drobiowe 100g Ketchup 20g Marchewka julienne 100g Masło 20g (07) Chleb bezglutenowy 100g Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 100g	Krupnik z kaszą jęczmienną 400g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Włoszczyzna, Kasza gryczana, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron w sosie śmietanowym 300g (09) <i>(Makaron bezglutenowy, Śmietana wegańska 15% , Włoszczyzna, Mąka kukurydziana, Pieprz ziołowy)</i> Brokuły 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt natur. 2% 150g (07)	Chleb bezglutenowy 100g Masło 20g (07) Sałatka jarzynowa z białkiem jaj i jogurtem naturalnym 75g (03,07) <i>(Białko jaja, Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Jogurt natur. 2%)</i> Herbata czarna 250g Sałata 30g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Czwartek (2026-04-30)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezmleczna E: 2167.54 kcal , B: 88.61 g , T: 71.44 g , W: 306.91 g , Błonnik [g]: 28.09 , Cukier [g]: 85.75 , Sód [mg]: 3487.91 , Kwasy tł. nas. [g]: 20.47	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kasza manna na napoju jaglanym 300g (01) <i>(Napój jaglany, Kasza manna)</i> Pasta z białek jaj i szynki 80g (03) <i>(Białko jaja, Wędlina wieprzowa)</i> Pomidor b/s 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g <i>(Woda, Ziemniaki, Marchew, Pietruszka, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Stek wieprzowy, parowany 118g (03,01) <i>(Schab wieprzowy, Białko jaja, Bułka tarta, Olej rzepakowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i> Szpinak na gęsto (duszony) 100g <i>(Szpinak, Śmietana wegańska 15%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i>	Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g	Chleb pszenny 100g (01) Masło roślinne MR 20g Pasta z kurczaka 80g (09) <i>(Mięso z ud kurczaka, Włoszczyzna, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Marchewka julienne 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna bezglutenowa E: 2149.75 kcal , B: 80.09 g , T: 96.59 g , W: 256.41 g , Błonnik [g]: 34.03 , Cukier [g]: 98.26 , Sód [mg]: 2919.27 , Kwasy tł. nas. [g]: 52.02	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Ryż na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Ryż biały)</i> Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) <i>(Białko jaja, Twaróg chudy)</i> Pomidor b/s 100g Masło 20g (07) Chleb bezglutenowy 100g Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g <i>(Woda, Ziemniaki, Marchew, Pietruszka, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Stek wieprzowy, parowany 120g (03) <i>(Schab wieprzowy, Białko jaja, Olej rzepakowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i> Szpinak na gęsto (duszony) 100g <i>(Szpinak, Śmietana wegańska 15%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i>	Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g	Chleb bezglutenowy 100g Masło 20g (07) Serek Fromage 80g (07) Marchewka julienne 100g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Wtorek (2026-04-21)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wegetariańska E: 2354.26 kcal , B: 68.57 g , T: 94.86 g , W: 324.26 g , Błonnik [g]: 29.07 , Cukier [g]: 107.31 , Sód [mg]: 2425.78 , Kwasy tł. nas. [g]: 37.45	Śniadanie Makaron na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Makaron bezjajeczny)</i> Twaróg półtłusty 80g (07) Sałata 30g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Banan 130g	Obiad Zupa krem z zielonych warzyw z groszkiem ptysiowym 299g (09,01,03) <i>(Woda, Brokuły, Cukinia, Włoszczyzna, Ziemniaki, Groszek ptysiowy)</i> Kotlet warzywno - jajeczny 120g (09,01,03) <i>(Włoszczyzna, Olej rzepakowy, Białko jaja, Bułka tarta)</i> Ziemniaki purée 200g Surówka z buraków 100g <i>(Buraki, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Budyń gotowy 200g (07)	Kolacja Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Pasta warzywna 80g Brokuły 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 1- 3 lata E: 1040.93 kcal , B: 42.3 g , T: 35.81 g , W: 148.59 g , Błonnik [g]: 19.25 , Cukier [g]: 56.73 , Sód [mg]: 1327.43 , Kwasy tł. nas. [g]: 13.24	Śniadanie Makaron na mleku 200g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Makaron bezjajeczny)</i> Hummus pomidorowy 40g Ogórek świeży 40g Chleb orkiszowy 30g (01) Masło 5g (07) Herbata czarna 150g	II Śniadanie Banan 65g	Obiad Zupa krem z zielonych warzyw z groszkiem ptysiowym 250g (09,01,03) <i>(Woda, Groszek zielony, Włoszczyzna, Ziemniaki, Brokuły, Cukinia, Groszek ptysiowy)</i> Filet z piersi kurczaka (parowany) 30g <i>(Pierś z kurczaka, Sól)</i> Surówka z buraków 80g <i>(Buraki, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</i> Ziemniaki purée 100g Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Budyń gotowy 80g (07)	Kolacja Chleb pszenno-żytni 30g Masło 5g (07) Pasta z tuńczyka 40g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym, Jogurt natur. 2%)</i> Papryka czerwona 40g Herbata czarna 150g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	środa (2026-04-22)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wegetariańska E: 2317.53 kcal , B: 64.08 g , T: 72.49 g , W: 367.02 g , Błonnik [g]: 32.37 , Cukier [g]: 141.59 , Sód [mg]: 2401.88 , Kwasy tł. nas. [g]: 32.46	Śniadanie Ryż na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Ryż biały)</i> Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) <i>(Białko jaja, Twaróg chudy)</i> Pomidor b/s 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Jabłko parowane 160g	Obiad Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Jabłka pieczone, Włoszczyzna, Ziemniaki, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko 3.2%, Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt natur. 2%, Truskawki)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Kisiel owocowy 200g	Kolacja Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Parówki sojowe 100g Ketchup 10g Marchewka julienne 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 1- 3 lata E: 1158.46 kcal , B: 36.14 g , T: 31.04 g , W: 195.16 g , Błonnik [g]: 23.29 , Cukier [g]: 76.9 , Sód [mg]: 1132.03 , Kwasy tł. nas. [g]: 14.52	Śniadanie Ryż na mleku 200g (07) <i>(Mleko 3.2%, Ryż biały)</i> Pasta z szynki i jajka 40g (03,07) <i>(Wędlina drobiowa, Jajka, Jogurt natur. 2%)</i> Pomidor 40g Masło 5g (07) Chleb żytni razowy 30g (01) Herbata czarna 150g	II Śniadanie Jabłko 160g	Obiad Zupa fasolowa 250g (07) <i>(Woda, Marchew, Ziemniaki, Fasola biała, Pietruszka, Por, Jogurt natur. 2%, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 220g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko 3.2%, Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 40g (07) <i>(Jogurt natur. 2%, Truskawki)</i> Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Kisiel owocowy 80g	Kolacja Chleb graham 30g (01) Masło 5g (07) Parówki drobiowe 40g Ketchup 5g Marchewka julienne 40g Herbata czarna 150g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Czwartek (2026-04-23)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wegetariańska E: 2134.52 kcal , B: 66.99 g , T: 75.37 g , W: 315.71 g , Błonnik [g]: 36.99 , Cukier [g]: 75.67 , Sód [mg]: 4815.91 , Kwasy tł. nas. [g]: 37.55	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki jęczmienne na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jęczmienne)</i> Serek fromage light 80g (07) Kalafior 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa dyniowa z kaszą kuskus 400g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna, Dynia, Kasza kuskus, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Gulasz jarzynowy duszony 155g <i>(Woda, Kminek, Papryka, Pieprz, Pieprz ziółowy, Sól)</i> Kasza gryczana 200g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt natur. 2% 150g (07)	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Pasta warzywna 60g Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 1- 3 lata E: 1010.38 kcal , B: 56.62 g , T: 33.08 g , W: 130.53 g , Błonnik [g]: 18.75 , Cukier [g]: 34.98 , Sód [mg]: 1710.83 , Kwasy tł. nas. [g]: 15.34	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki jęczmienne na mleku 200g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jęczmienne)</i> Wędlina wieprzowa 40g Rzodkiewka 40g Masło 5g (07) Chleb graham 30g (01) Herbata czarna 150g	Pomarańcza 50g	Zupa dyniowa z kaszą kuskus 250g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna, Dynia, Kasza kuskus, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Gulasz wieprzowy, duszony 80g <i>(Szynka wieprzowa, Woda, Kminek, Papryka)</i> Kasza gryczana 100g Surówka z buraków 80g <i>(Buraki, Cebula, Sok z cytryny, Pieprz, Olej rzepakowy, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt natur. 2% 80g (07)	Chleb pełnoziarnisty z żyta 30g (01) Masło 5g (07) Wędlina drobiowa 40g Pomidor 40g Herbata czarna 150g

01-Zboża zawierające gluten, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Piątek (2026-04-24)				
<p>21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wegetariańska</p> <p>E: 2347.23 kcal, B: 77.34 g, T: 100.69 g, W: 299.99 g, Błonnik [g]: 29.1, Cukier [g]: 78.05, Sód [mg]: 2715.06, Kwasy tł. nas. [g]: 57.56</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki gryczane)</i> Serek grani 150g (07) Brokuły 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 100g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami i białkiem jaj 400g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Buraki, Ziemniaki, Białko jaja, Cukier, Liście laurowe, Pietruszka, Ziele angielskie, Sól)</i></p> <p>Pulpet warzywny 120g (09,01,03) <i>(Włoszczyzna, Olej rzepakowy, Białko jaja, Bułka tarta)</i></p> <p>Sos koperkowy 150g (07) <i>(Woda, Śmietana 12%, Koperek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ryż biały 200g</p> <p>Salata z jogurtem 100g (07) <i>(Salata, Jogurt natur. 2%)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Serek Fromage 80g (07) Kalafior 100g Herbata czarna 250g</p>
<p>21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 1- 3 lata</p> <p>E: 1022.64 kcal, B: 45.07 g, T: 35.27 g, W: 139.77 g, Błonnik [g]: 14.26, Cukier [g]: 46.45, Sód [mg]: 978.52, Kwasy tł. nas. [g]: 16.32</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki gryczane na mleku 200g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki gryczane)</i> Serek grani 40g (07) Papryka czerwona 40g Masło 5g (07) Chleb pszenny 30g (01) Herbata czarna 150g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 65g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami i jajkiem: 250g (09,03) <i>(Woda, Buraki, Jajka, Włoszczyzna, Ziemniaki, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Pulpety z mintaja w sosie koperkowym 80g (04,03,01) <i>(Mintaj, Woda, Śmietana wegańska 15% , Bułka pszenna, Jajka, Olej rzepakowy, Koperek)</i></p> <p>Ryż biały 100g</p> <p>Surówka z kiszzonej kapusty i marchewki 80g <i>(Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Pietruszka, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 80g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 30g (01) Masło 5g (07) Ser żółty 20g (07) Rzodkiewka 40g Herbata czarna 150g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Sobota (2026-04-25)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wegetariańska E: 2022.71 kcal , B: 63.82 g , T: 57.34 g , W: 327.18 g , Błonnik [g]: 28.38 , Cukier [g]: 70.84 , Sód [mg]: 1783.98 , Kwasy tł. nas. [g]: 31.94	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki ryżowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki ryżowe)</i> Jajecznicza z białek jaj na parze 80g (03) <i>(Białko jaja)</i> Marchewka julienne 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 160g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Kalafior, Śmietana wegańska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z sosem jarzynowym 300g (01,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Włoszczyzna)</i> Fasola szparagowa 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Sucharki 30g (01,07)	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Sałatka z buraka sera fety i roszonek 80g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta, Roszponka, Oliwa z oliwek)</i> Dżem jagodowy niskosłodzony 40g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 1- 3 lata E: 1132.55 kcal , B: 40.16 g , T: 40.57 g , W: 159.33 g , Błonnik [g]: 14.05 , Cukier [g]: 36.84 , Sód [mg]: 800.25 , Kwasy tł. nas. [g]: 19.03	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki ryżowe na mleku 200g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki ryżowe)</i> Jajecznicza ze szczypiorkiem 40g (03,07) <i>(Jajka, Szczypiorek, Masło)</i> Ogórki konserwowe 40g (12,10) Masło 5g (07) Chleb pszenno-żytni 30g Herbata czarna 150g	Jabłko 80g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 250g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Ryż biały, Kalafior, Śmietana wegańska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z sosem mięsny 180g (01,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Wieprzowina, Włoszczyzna, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Fasola szparagowa 40g Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Sucharki 15g (01,07)	Chleb pszenno-żytni 30g Masło 5g (07) Dżem jagodowy niskosłodzony 20g Serek Fromage 20g (07) Herbata czarna 150g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

Jadłospis	Niedziela (2026-04-26)				
<p>21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wegetariańska</p> <p>E: 2281.09 kcal, B: 74.92 g, T: 74.79 g, W: 351.05 g, Błonnik [g]: 40.84, Cukier [g]: 118.04, Sód [mg]: 2856.26, Kwasy tł. nas. [g]: 38.44</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki żytnie)</i></p> <p>Serek wiejski 150g (07)</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny 100g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół na wywarze warzywnym z makaronem 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Makaron czterojajeczny, Pietruszka, Sól, Pieprz)</i></p> <p>Kotlet warzywny 120g (09,01,03) <i>(Włoszczyzna, Olej rzepakowy, Białko jaja, Bułka tarta)</i></p> <p>Ziemniaki purée 200g</p> <p>Sos majerankowy 150g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Śmietana wegańska 15%, Majeranek)</i></p> <p>Marchewka na ciepło 100g <i>(Marchew, Cukier, Sól, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Kisiel owocowy 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 100g (01)</p> <p>Twarożek z jogurtem 80g (07) <i>(Twaróg chudy, Jogurt natur. 2%)</i></p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Salata 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>
<p>21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 1- 3 lata</p> <p>E: 993.25 kcal, B: 45.54 g, T: 30.85 g, W: 143.39 g, Błonnik [g]: 18.62, Cukier [g]: 46.65, Sód [mg]: 1908.55, Kwasy tł. nas. [g]: 13.38</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na mleku 200g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki żytnie)</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 20g</p> <p>Pomidor 40g</p> <p>Masło 5g (07)</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 30g (01)</p> <p>Herbata czarna 150g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 35g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 250g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Makaron czterojajeczny, Mięso z ud kurczaka, Pieprz, Pietruszka, Sól)</i></p> <p>Kotlet drobiowy, parowany w sosie majerankowym 80g (01,03) <i>(Pierś z kurczaka, Woda, Bułka tarta, Mąka pszenna, Olej rzepakowy, Jajka, Majeranek, Papryka, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Ziemniaki purée 100g</p> <p>Surówka z białej rzepy i marchewki z jogurtem naturalnym 80g (07) <i>(Rzepa, Marchew, Jogurt natur. 2%, Cytryna, Cebula, Koperek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Kisiel owocowy 80g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 30g (01)</p> <p>Masło 5g (07)</p> <p>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 40g (07) <i>(Twaróg chudy, Jogurt natur. 2%, Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Ogórek kiszony 40g</p> <p>Herbata czarna 150g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Poniedziałek (2026-04-27)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wegetariańska E: 2413.25 kcal , B: 65.76 g , T: 91.86 g , W: 344.91 g , Błonnik [g]: 27.87 , Cukier [g]: 102.11 , Sód [mg]: 2534.05 , Kwasy tł. nas. [g]: 34.73	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jaglane)</i> Pasta warzywna 80g Kalafior 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 100g	Zupa ziemniaczana 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Risotto z warzywami w sosie pomidorowym 300g <i>(Ryż biały, Bukiet warzyw, mrożony, Przecier pomidorowy)</i> Sałata z oliwą 100g <i>(Sałata, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Budyń gotowy 200g (07)	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Dżem truskawkowy 100% 40g Twaróg chudy 80g (07) Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 1- 3 lata E: 1090.77 kcal , B: 47.64 g , T: 43.25 g , W: 135.93 g , Błonnik [g]: 14.86 , Cukier [g]: 41.19 , Sód [mg]: 1659.18 , Kwasy tł. nas. [g]: 15.45	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki jaglane na mleku 200g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jaglane)</i> Wędlina drobiowa 40g Rzodkiewka 40g Masło 5g (07) Chleb żytni razowy 30g (01) Herbata czarna 150g	Pomarańcza 50g	Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 250g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Włoszczyzna, Ogórek kiszony, Śmietana węgarska 15%, Liście laurowe, Pietruszka, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i> Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 180g <i>(Ryż biały, Szynka wieprzowa, Bukiet warzyw, mrożony, Przecier pomidorowy)</i> Sałata z oliwą 80g <i>(Sałata, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Budyń gotowy 80g (07)	Chleb orkiszowy 30g (01) Masło 5g (07) Schab 40g Pomidor 40g Herbata czarna 150g

01-Zboża zawierające gluten, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Wtorek (2026-04-28)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wegetariańska E: 2237.46 kcal , B: 62.58 g , T: 78.48 g , W: 340.44 g , Błonnik [g]: 28.83 , Cukier [g]: 81.7 , Sód [mg]: 2190.52 , Kwasy tł. nas. [g]: 42.06	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza kukurydziana)</i> Serek Fromage 40g (07) Miód pszczeli 40g Pomidor b/s 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem 400g (09,07) <i>(Woda, Włoszczyzna, Kalafior, Ryż biały, Śmietana 12%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Kotlet warzyny 120g (09,01,03) <i>(Włoszczyzna, Olej rzepakowy, Białko jaja, Bułka tarta)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Cukinia na parze 100g <i>(Cukinia)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Biszkopty 30g (01,03)	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Serek twarogowy ziarnisty 80g (07) Sałata 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 1- 3 lata E: 1019.01 kcal , B: 38.65 g , T: 26.86 g , W: 165.8 g , Błonnik [g]: 16.14 , Cukier [g]: 42.82 , Sód [mg]: 1322.54 , Kwasy tł. nas. [g]: 14.49	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kasza kukurydziana na mleku 200g (07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza kukurydziana)</i> Ser żółty 20g (07) Miód pszczeli 20g Pomidor 40g Masło 5g (07) Chleb pszenny 30g (01) Herbata czarna 150g	Jabłko 80g	Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem 250g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Ryż biały, Kalafior, Śmietana wegańska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Kotlet drobiowy 30g (03,01) <i>(Pierś z kurczaka, Jajka, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 100g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Coleślaw 80g (07) <i>(Kapusta biała, Marchew, Jogurt natur. 2%, Cukier, Cebula, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Biszkopty 15g (01,03)	Chleb pełnoziarnisty z żyta 30g (01) Masło 5g (07) Serek twarogowy ziarnisty 40g (07) Ogórek świeży 40g Herbata czarna 150g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	środa (2026-04-29)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wegetariańska E: 2142.64 kcal , B: 68.74 g , T: 75.62 g , W: 309.2 g , Błonnik [g]: 29.95 , Cukier [g]: 59.05 , Sód [mg]: 2831.73 , Kwasy tł. nas. [g]: 33.14	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki orkiszowe)</i> Parówki sojowe 100g Ketchup 20g Marchewka julienne 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 100g	Krupnik z kaszą jęczmienną 400g (09,01) <i>(Woda, Ziemniaki, Włoszczyzna, Kasza jęczmienna, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron w sosie śmietanowym 300g (01,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Śmietana węgarska 15%, Włoszczyzna, Mąka pszenna, Pieprz ziołowy)</i> Brokuły 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt natur. 2% 150g (07)	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Sałatka jarzynowa z białkiem jaj i jogurtem naturalnym 75g (03,07) <i>(Białko jaja, Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Jogurt natur. 2%)</i> Herbata czarna 250g Sałata 30g
21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 1- 3 lata E: 1057.01 kcal , B: 39.59 g , T: 40.92 g , W: 141.78 g , Błonnik [g]: 16.94 , Cukier [g]: 37.25 , Sód [mg]: 1323.97 , Kwasy tł. nas. [g]: 18.61	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki orkiszowe na mleku 200g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki orkiszowe)</i> Parówki drobiowe 40g Ketchup 5g Ogórki konserwowe 40g (12,10) Masło 5g (07) Chleb orkiszowy 30g (01) Herbata czarna 150g	Gruszka 80g	Krupnik z kaszą jęczmienną 250g (09,01) <i>(Woda, Ziemniaki, Włoszczyzna, Kasza jęczmienna, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron w sosie serowym 180g (01,07,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Ser żółty, Śmietana węgarska 15%, Włoszczyzna, Mąka pszenna, Cebula, Czosnek, Pieprz ziołowy)</i> Brokuły 40g Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt natur. 2% 80g (07)	Chleb żytni razowy 30g (01) Masło 5g (07) Sałatka jarzynowa 40g (03,10) <i>(Jajka, Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez, Cebula)</i> Rzodkiewka 40g Herbata czarna 150g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

Jadłospis	Czwartek (2026-04-30)				
21-30.04.2026 dieta lekkostrawna wegetariańska E: 2164.45 kcal , B: 63.58 g , T: 81.66 g , W: 312.77 g , Błonnik [g]: 34.24 , Cukier [g]: 97.03 , Sód [mg]: 3160 , Kwasy tł. nas. [g]: 31.69	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza manna)</i> Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) <i>(Białko jaja, Twaróg chudy)</i> Pomidor b/s 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g <i>(Woda, Marchew, Ziemniaki, Pietruszka, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Kotlet warzywny 120g (09,01,03) <i>(Włoszczyzna, Olej rzepakowy, Białko jaja, Bułka tarta)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Szpinak na gęsto (duszony) 100g <i>(Szpinak, Śmietana wegańska 15%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g	Chleb pszenny 100g (01) Masło 20g (07) Pasta warzywna 80g Marchewka julienne 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 1- 3 lata E: 985.25 kcal , B: 40.39 g , T: 36.85 g , W: 131.91 g , Błonnik [g]: 16.74 , Cukier [g]: 38.14 , Sód [mg]: 1212.07 , Kwasy tł. nas. [g]: 21.13	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kasza manna na mleku 200g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza manna)</i> Jajka 30g (03) Ogórek świeży 40g Masło 5g (07) Chleb graham 30g (01) Herbata czarna 150g	Mandarynki 35g	Zupa fasolowa 250g (07) <i>(Woda, Marchew, Ziemniaki, Fasola biała, Pietruszka, Por, Jogurt natur. 2%, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Stek wieprzowy 30g (03,01) <i>(Schab wieprzowy, Jajka, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Cebula)</i> Ziemniaki z koperkiem 100g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z białej rzodkwi z jogurtem naturalnym 80g (07) <i>(Biała rzodkiew, Jogurt natur. 2%, Pieprz)</i> Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 80g	Chleb pszenny 30g (01) Masło 5g (07) Serek Fromage 40g (07) Ogórki konserwowe 40g (12,10) Herbata czarna 150g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

Jadłospis	Wtorek (2026-04-21)				
<p>21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 3-18 lat</p> <p>E: 2011.8 kcal, B: 78.57 g, T: 75.59 g, W: 273.93 g, Błonnik [g]: 34.04, Cukier [g]: 96.24, Sód [mg]: 2557.2, Kwasy tł. nas. [g]: 33.57</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Makaron na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Makaron bezjajeczny)</i></p> <p>Hummus pomidorowy 60g</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Chleb orkiszowy 90g (01)</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa krem z zielonych warzyw z groszkiem ptysiowym 350g (09,01,03) <i>(Woda, Groszek zielony, Włoszczyzna, Ziemniaki, Brokuły, Cukinia, Groszek ptysiowy)</i></p> <p>Filet z piersi kurczaka (parowany) 90g <i>(Pierś z kurczaka, Sól)</i></p> <p>Surówka z buraków 100g <i>(Buraki, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ziemniaki purée 180g</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Budyń gotowy 150g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenno-żytni 90g</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Pasta z tuńczyka 60g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym, Jogurt natur. 2%)</i></p> <p>Papryka czerwona 40g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>
<p>21-30.04.2026 dieta cukrzycowa - dzieci 3-18 lat</p> <p>E: 2038.5 kcal, B: 105.43 g, T: 75.66 g, W: 253.85 g, Błonnik [g]: 39.06, Cukier [g]: 71.59, Sód [mg]: 2745.85, Kwasy tł. nas. [g]: 40.98</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Makaron na mleku 250g (07) <i>(Mleko 3.2%, Makaron pełnoziarnisty)</i></p> <p>Serek wiejski 150g (07)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Chleb orkiszowy 100g (01)</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa krem z zielonych warzyw z groszkiem ptysiowym 350g (09,01,03) <i>(Woda, Groszek zielony, Włoszczyzna, Ziemniaki, Brokuły, Cukinia, Groszek ptysiowy)</i></p> <p>Filet z piersi kurczaka (parowany) 90g <i>(Pierś z kurczaka, Sól)</i></p> <p>Surówka z buraków 75g <i>(Buraki, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kalafior 75g</p> <p>Ziemniaki purée 180g</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Masło 5g (07)</p> <p>Wędlina wieprzowa 30g</p> <p>Pomidor 100g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Pasta z tuńczyka 60g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym, Jogurt natur. 2%)</i></p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Herbata czarna 200g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	środa (2026-04-22)				
21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 3-18 lat E: 2133.06 kcal , B: 63.29 g , T: 74.22 g , W: 322.66 g , Błonnik [g]: 40.59 , Cukier [g]: 111.68 , Sód [mg]: 2255.89 , Kwasy tł. nas. [g]: 37.56	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Ryż na mleku 250g (07) <i>(Mleko 3.2%, Ryż biały)</i> Pasta z szynki i jajka 60g (03,07) <i>(Wędlina wieprzowa, Jajka, Jogurt natur. 2%)</i> Pomidor 40g Masło 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko 160g	Zupa fasolowa 350g (07) <i>(Woda, Marchew, Ziemniaki, Fasola biała, Pietruszka, Por, Jogurt natur. 2%, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 280g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko 3.2%, Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt natur. 2%, Truskawki)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Kisiel owocowy 150g	Chleb graham 90g (01) Masło 20g (07) Parówki drobiowe 70g Ketchup 10g Marchewka julienne 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta cukrzycowa - dzieci 3-18 lat E: 2042.75 kcal , B: 73.19 g , T: 77.58 g , W: 286.1 g , Błonnik [g]: 46.66 , Cukier [g]: 66.62 , Sód [mg]: 3345.43 , Kwasy tł. nas. [g]: 38.21	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki owsiane na mleku 250g (07,01) <i>(Mleko 3.2%, Płatki owsiane)</i> Pasta z szynki i jajka 60g (03,07) <i>(Wędlina wieprzowa, Jajka, Jogurt natur. 2%)</i> Pomidor 100g Masło 20g (07) Chleb żytni razowy 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko 160g	Zupa fasolowa 350g (07) <i>(Woda, Marchew, Ziemniaki, Fasola biała, Pietruszka, Por, Jogurt natur. 2%, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Ryż brązowy z warzywami 280g (09) <i>(Ryż brązowy, Bukiet warzyw, mrożony, Włoszczyzna, Koncentrat pomid. 30%)</i> Coleślaw 149g (07) <i>(Kapusta biała, Marchew, Jogurt natur. 2%, Cebula, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i>	Jogurt natur. 2% 150g (07)	Chleb graham 90g (01) Masło 20g (07) Parówki drobiowe 70g Ketchup 10g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

Jadłospis	Czwartek (2026-04-23)				
<p>21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 3-18 lat</p> <p>E: 1900.13 kcal, B: 88.17 g, T: 68.99 g, W: 249.55 g, Błonnik [g]: 36.74, Cukier [g]: 56.56, Sód [mg]: 3004.7, Kwasy tł. nas. [g]: 35.6</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jęczmienne na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jęczmienne)</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 50g Rzodkiewka 100g Masło 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa dyniowa z kaszą kuskus 350g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna, Dynia, Kasza kuskus, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Gulasz wieprzowy, duszony 120g <i>(Szynka wieprzowa, Woda, Kminek, Papryka)</i></p> <p>Kasza gryczana 180g Surówka z buraków 100g <i>(Buraki, Cebula, Sok z cytryny, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Jogurt natur. 2% 150g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa 50g Pomidor 100g Herbata czarna 250g</p>
<p>21-30.04.2026 dieta cukrzycowa - dzieci 3-18 lat</p> <p>E: 2025.21 kcal, B: 91.22 g, T: 69.43 g, W: 279.33 g, Błonnik [g]: 42.24, Cukier [g]: 62.37, Sód [mg]: 2678.31, Kwasy tł. nas. [g]: 35.29</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jęczmienne na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jęczmienne)</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 50g Rzodkiewka 100g Masło 20g (07) Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa dyniowa z kaszą kuskus 350g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna, Dynia, Kasza kuskus, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Gulasz wieprzowy, duszony 120g <i>(Szynka wieprzowa, Woda, Kminek, Papryka)</i></p> <p>Kasza gryczana 180g Surówka z buraków 75g <i>(Buraki, Cebula, Sok z cytryny, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Brokuły 75g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Jogurt natur. 2% 100g (07) Gruszka 135g Płatki owsiane 20g (01)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło 20g (07) Wędlina drobiowa 50g Pomidor 100g Herbata czarna 250g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Piątek (2026-04-24)				
<p>21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 3-18 lat</p> <p>E: 1997.96 kcal, B: 78.56 g, T: 74.87 g, W: 267.83 g, Błonnik [g]: 27.11, Cukier [g]: 75.3, Sód [mg]: 1947.01, Kwasy tł. nas. [g]: 38.85</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki gryczane na mleku 250g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki gryczane)</i></p> <p>Serek grani 100g (07)</p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami i jajkiem: 350g (09,03) <i>(Woda, Buraki, Jajka, Włoszczyzna, Ziemniaki, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Pulpety z mintaja w sosie koperkowym 120g (04,03,01) <i>(Mintaj, Woda, Śmietana wegańska 15%, Bułka pszenna, Jajka, Olej rzepakowy, Koperek)</i></p> <p>Ryż biały 180g</p> <p>Surówka z kiszonej kapusty i marchewki 100g <i>(Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Pietruszka, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Galaretko owocowa (po przyrządzeniu) 100g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Ser żółty 30g (07)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>
<p>21-30.04.2026 dieta cukrzycowa - dzieci 3-18 lat</p> <p>E: 2123.5 kcal, B: 91.43 g, T: 83.21 g, W: 274.41 g, Błonnik [g]: 40.73, Cukier [g]: 65.1, Sód [mg]: 2181.98, Kwasy tł. nas. [g]: 43.01</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki gryczane na mleku 250g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki gryczane)</i></p> <p>Serek grani 100g (07)</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 100g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami i jajkiem: 350g (09,03) <i>(Woda, Buraki, Jajka, Włoszczyzna, Ziemniaki, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Pulpety z mintaja w sosie koperkowym 120g (04,03,01) <i>(Mintaj, Woda, Śmietana wegańska 15%, Bułka pszenna, Jajka, Olej rzepakowy, Koperek)</i></p> <p>Ryż brązowy 180g</p> <p>Surówka z kiszonej kapusty i marchewki 75g <i>(Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Pietruszka, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Salata z jogurtem 75g (07) <i>(Jogurt natur. 2%, Salata)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Masło 5g (07)</p> <p>Schab 30g</p> <p>Papryka czerwona 100g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Ser żółty 30g (07)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Sobota (2026-04-25)				
21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 3-18 lat E: 2328.71 kcal , B: 72.74 g , T: 101.13 g , W: 296.41 g , Błonnik [g]: 28.09 , Cukier [g]: 62.96 , Sód [mg]: 1968.37 , Kwasy tł. nas. [g]: 54.31	Śniadanie Płatki ryżowe na mleku 250g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki ryżowe)</i> Jajecznica ze szczypiorkiem 60g (03,07) <i>(Jajka, Szczypiorek, Masło)</i> Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło 20g (07) Chleb pszenno-żytni 90g Herbata czarna 250g	II Śniadanie Jabłko 160g	Obiad Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Ryż biały, Kalafior, Śmietana wegańska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z sosem mięsnym 280g (01,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Wieprzowina, Włoszczyzna, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Fasola szparagowa 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Sucharki 30g (01,07)	Kolacja Chleb pszenno-żytni 90g Masło 20g (07) Dżem jagodowy niskosłodzony 30g Serek Fromage 80g (07) Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta cukrzycowa - dzieci 3-18 lat E: 2530.39 kcal , B: 88.79 g , T: 121.22 g , W: 293.05 g , Błonnik [g]: 45.13 , Cukier [g]: 53.32 , Sód [mg]: 2714.69 , Kwasy tł. nas. [g]: 63.09	Śniadanie Płatki jaglane na mleku 250g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jaglane)</i> Jajecznica ze szczypiorkiem 60g (03,07) <i>(Jajka, Szczypiorek, Masło)</i> Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło 20g (07) Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Jabłko 160g	Obiad Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Ryż brązowy, Kalafior, Śmietana wegańska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z sosem mięsnym 280g (09) <i>(Makaron penne pełnoziarnisty, Wieprzowina, Włoszczyzna, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Fasola szparagowa 75g Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 75g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i>	Podwieczorek Chleb graham 30g (01) Masło 5g (07) Ser żółty 20g (07) Rzodkiewka 100g	Kolacja Chleb graham 90g (01) Masło 20g (07) Sałatka z buraka sera fety i roszonek 60g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta, Roszonek, Oliwa z oliwek)</i> Serek Fromage 80g (07) Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

Jadłospis	Niedziela (2026-04-26)				
<p>21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 3-18 lat</p> <p>E: 1947.03 kcal, B: 76.92 g, T: 69.27 g, W: 272.03 g, Błonnik [g]: 33.9, Cukier [g]: 78.33, Sód [mg]: 2971.46, Kwasy tł. nas. [g]: 34.08</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki żytnie)</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 40g</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 70g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 350g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Makaron czterojajeczny, Mięso z ud kurczaka, Pieprz, Pietruszka, Sól)</i></p> <p>Kotlet drobiowy, parowany w sosie majerankowym 120g (01,03) <i>(Pierś z kurczaka, Woda, Bułka tarta, Mąka pszenna, Olej rzepakowy, Jajka, Majeranek, Papryka, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Ziemniaki purée 180g</p> <p>Surówka z białej rzepy i marchewki z jogurtem naturalnym 100g (07) <i>(Rzepa, Marchew, Jogurt natur. 2%, Cytryna, Cebula, Koperek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Kisiel owocowy 150g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 60g (07) <i>(Twaróg chudy, Jogurt natur. 2%, Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>
<p>21-30.04.2026 dieta cukrzycowa - dzieci 3-18 lat</p> <p>E: 1877.72 kcal, B: 83.73 g, T: 68.99 g, W: 252.21 g, Błonnik [g]: 40.94, Cukier [g]: 49, Sód [mg]: 3728.38, Kwasy tł. nas. [g]: 34.83</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki żytnie)</i></p> <p>Wędlina drobiowa 50g</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 100g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 70g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 351g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna, Makaron czterojajeczny, Mięso z ud kurczaka, Pieprz, Pietruszka, Sól)</i></p> <p>Kotlet drobiowy, parowany w sosie majerankowym 120g (01,03) <i>(Pierś z kurczaka, Woda, Bułka tarta, Mąka pszenna, Olej rzepakowy, Jajka, Majeranek, Papryka, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Ziemniaki purée 180g</p> <p>Surówka z białej rzepy i marchewki z jogurtem naturalnym 75g (07) <i>(Rzepa, Marchew, Jogurt natur. 2%, Cytryna, Cebula, Koperek)</i></p> <p>Kalafior 75g</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Masło 5g (07)</p> <p>Pasta z tuńczyka 40g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym, Jogurt natur. 2%)</i></p> <p>Ogórek świeży 100g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01)</p> <p>Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 60g (07) <i>(Twaróg chudy, Jogurt natur. 2%, Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Masło 20g (07)</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Poniedziałek (2026-04-27)				
<p>21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 3-18 lat</p> <p>E: 2033.56 kcal, B: 75.17 g, T: 87.52 g, W: 252.55 g, Błonnik [g]: 30.18, Cukier [g]: 72.24, Sód [mg]: 2565.57, Kwasy tł. nas. [g]: 37.76</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku 250g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jaglane)</i> Wędlina wieprzowa 40g Rzodkiewka 100g Masło 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 350g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Włoszczyzna, Ogórek kiszony, Śmietana wegańska 15% , Liście laurowe, Pietruszka, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i> Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 280g <i>(Ryż biały, Szynka wieprzowa, Bukiet warzyw, mrożony, Przecier pomidorowy)</i> Salata z oliwą 100g <i>(Salata, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Budyń gotowy 150g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb orkiszowy 90g (01) Masło 20g (07) Schab 50g Pomidor 100g Herbata czarna 250g</p>
<p>21-30.04.2026 dieta cukrzycowa - dzieci 3-18 lat</p> <p>E: 2126.32 kcal, B: 89.58 g, T: 96.26 g, W: 247.06 g, Błonnik [g]: 41.17, Cukier [g]: 48.09, Sód [mg]: 2755.69, Kwasy tł. nas. [g]: 43.56</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku 250g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki jaglane)</i> Wędlina wieprzowa 50g Rzodkiewka 100g Masło 20g (07) Chleb żytni razowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 350g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Włoszczyzna, Ogórek kiszony, Śmietana wegańska 15% , Liście laurowe, Pietruszka, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i> Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 311g <i>(Ryż brązowy, Szynka wieprzowa, Bukiet warzyw, mrożony, Przecier pomidorowy)</i> Brokuły 75g Salata z oliwą 100g <i>(Salata, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Podwieczorek</p> <p>Chleb graham 30g (01) Masło 5g (07) Papryka czerwona 100g Ser żółty 20g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb orkiszowy 90g (01) Masło 20g (07) Schab 50g Pomidor 100g Herbata czarna 250g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	Wtorek (2026-04-28)				
21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 3-18 lat E: 2002.57 kcal , B: 73.17 g , T: 62.67 g , W: 304.58 g , Błonnik [g]: 30.28 , Cukier [g]: 69.8 , Sód [mg]: 2410.6 , Kwasy tł. nas. [g]: 35.08	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 250g (07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza kukurydziana)</i> Ser żółty 30g (07) Miód pszczeli 30g Pomidor 100g Masło 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Jabłko 130g	Obiad Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Ziemniaki, Ryż biały, Kalafior, Śmietana wegańska 15% , Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Kotlet drobiowy 90g (03,01) <i>(Pierś z kurczaka, Jajka, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 180g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Coleślaw 100g (07) <i>(Kapusta biała, Marchew, Jogurt natur. 2%, Cukier, Cebula, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek Biszkopity 30g (01,03)	Kolacja Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło 20g (07) Serek twarogowy ziarnisty 60g (07) Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta cukrzycowa - dzieci 3-18 lat E: 1939.95 kcal , B: 82.65 g , T: 73.01 g , W: 261.47 g , Błonnik [g]: 40.16 , Cukier [g]: 51.21 , Sód [mg]: 2762.29 , Kwasy tł. nas. [g]: 39.76	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 250g (07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza kukurydziana)</i> Ser żółty 30g (07) Pomidor 100g Masło 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Jabłko 100g	Obiad Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna, Kalafior, Ryż biały, Śmietana wegańska 15% , Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Kotlet drobiowy 90g (03,01) <i>(Pierś z kurczaka, Jajka, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 180g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Coleślaw 75g (07) <i>(Kapusta biała, Marchew, Jogurt natur. 2%, Cebula, Pieprz, Sól)</i> Cukinia na parze 75g <i>(Cukinia)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i>	Podwieczorek Chleb graham 30g (01) Masło 5g (07) Jajka 55g (03) Pomidor 100g	Kolacja Chleb pełnoziarnisty z żyta 100g (01) Masło 20g (07) Serek twarogowy ziarnisty 80g (07) Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Jadłospis	środa (2026-04-29)				
21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 3-18 lat E: 2007.17 kcal , B: 68.09 g , T: 85.93 g , W: 258.42 g , Błonnik [g]: 33.68 , Cukier [g]: 62.86 , Sód [mg]: 2625.74 , Kwasy tł. nas. [g]: 42.41	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki orkiszowe na mleku 250g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki orkiszowe)</i> Parówki drobiowe 70g Ketchup 10g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło 20g (07) Chleb orkiszowy 90g (01) Herbata czarna 250g	Gruszka 130g	Krupnik z kaszą jęczmienną 350g (09,01) <i>(Woda, Ziemniaki, Włoszczyzna, Kasza jęczmienna, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron w sosie serowym 280g (01,07,09) <i>(Makaron bezjajeczny, Ser żółty, Śmietana wegańska 15%, Włoszczyzna, Mąka pszenna, Cebula, Czosnek, Pieprz ziołowy)</i> Brokuły 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt natur. 2% 150g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Masło 20g (07) Sałatka jarzynowa 60g (03,10) <i>(Jajka, Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez, Cebula)</i> Rzodkiewka 100g Herbata czarna 250g	
21-30.04.2026 dieta cukrzycowa - dzieci 3-18 lat E: 2182.3 kcal , B: 76.45 g , T: 89.84 g , W: 287.75 g , Błonnik [g]: 44.23 , Cukier [g]: 61.82 , Sód [mg]: 2671.5 , Kwasy tł. nas. [g]: 43.19	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko 3.2%, Płatki orkiszowe)</i> Parówki drobiowe 70g Ketchup 10g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło 20g (07) Chleb orkiszowy 100g (01) Herbata czarna 250g	Gruszka 100g	Krupnik z kaszą jęczmienną 350g (09,01) <i>(Woda, Ziemniaki, Włoszczyzna, Kasza jęczmienna, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron w sosie serowym 280g (07,09,01) <i>(Makaron penne pełnoziarnisty, Ser żółty, Śmietana wegańska 15%, Włoszczyzna, Mąka pszenna, Cebula, Czosnek, Pieprz ziołowy)</i> Brokuły 150g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i>	Jogurt natur. 2% 100g (07) Płatki owsiane 15g (01) Pomarańcza 50g Chleb żytni razowy 90g (01) Masło 20g (07) Sałatka jarzynowa 60g (03,10) <i>(Jajka, Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez, Cebula)</i> Rzodkiewka 100g Herbata czarna 250g	

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

Jadłospis	Czwartek (2026-04-30)				
21-30.04.2026 dieta podstawowa - dzieci 3-18 lat E: 2052.66 kcal , B: 80.63 g , T: 87.49 g , W: 250.89 g , Błonnik [g]: 29.03 , Cukier [g]: 63.76 , Sód [mg]: 2535.37 , Kwasy tł. nas. [g]: 51.08	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kasza manna na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza manna)</i> Jajka 60g (03) Ogórek świeży 100g Masło 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g	Mandarynki 70g	Zupa fasolowa 350g (07) <i>(Woda, Marchew, Ziemniaki, Fasola biała, Pietruszka, Por, Jogurt natur. 2%, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Stek wieprzowy 90g (03,01) <i>(Schab wieprzowy, Jajka, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Cebula)</i> Ziemniaki z koperkiem 180g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z białej rzodkwi z jogurtem naturalnym 100g (07) <i>(Biała rzodkiew, Jogurt natur. 2%, Pieprz)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 150g	Chleb pszenny 90g (01) Masło 20g (07) Serek Fromage 80g (07) Ogórki konserwowe 100g (12,10) Herbata czarna 250g
21-30.04.2026 dieta cukrzycowa - dzieci 3-18 lat E: 2216.5 kcal , B: 91.66 g , T: 101.26 g , W: 256.85 g , Błonnik [g]: 41.31 , Cukier [g]: 47.94 , Sód [mg]: 3128.46 , Kwasy tł. nas. [g]: 56.44	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Kasza kukurydziana na mleku 250g (07) <i>(Mleko 3.2%, Kasza kukurydziana)</i> Jajka 50g (03) Ogórek świeży 100g Masło 20g (07) Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g	Mandarynki 70g	Zupa fasolowa 350g (07) <i>(Woda, Marchew, Ziemniaki, Fasola biała, Pietruszka, Por, Jogurt natur. 2%, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Stek wieprzowy 90g (03,01) <i>(Schab wieprzowy, Jajka, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Cebula)</i> Ziemniaki z koperkiem 180g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z białej rzodkwi z jogurtem naturalnym 75g (07) <i>(Biała rzodkiew, Jogurt natur. 2%, Pieprz)</i> Szpinak na gęsto (duszony) 75g <i>(Szpinak, Śmietana wegańska 15%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i>	Chleb graham 30g (01) Masło 5g (07) Twaróg półtłusty 60g (07) Rzodkiewka 100g	Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło 20g (07) Ogórki konserwowe 100g (12,10) Serek Fromage 80g (07) Herbata czarna 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny