

DIETA PODSTAWOWA				
NIEDZIELA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK
08.02.2026	09.02.2026	10.02.2026	11.02.2026	12.02.2026
ŚNIADANIE				
Chleb pszenno-żytni 70g [1] Chleb razowy 50g [1] Masło 15g [7] Wędlina drobiowa 80g [6,7,10] Pomidor 150g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]	Grahamka 90g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Pasta z tuńczyka 130g [3,4,7] Papryka 100g Kawa na mleku bez cukru 250ml [1,7]	Kajzerka 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Pasta twarogowa 110g [7] Rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 250ml [1,7] Grahamka 90g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Szynka drobiowa 50g [6,7,10] Papryka 100g Herbata bez cukru 250ml	Grahamka 90g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Wędlina drobiowa 80g [6,7,10] Ogórek zielony 100g Kakao na mleku bez cukru 250ml [7]
OBIAD				
Rosół z makaronem 500ml [1,3,9] Udko pieczone 250g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty 200g Kompot bez cukru 250ml	Fasolowa 500ml [6,7,9,10] Gulasz mięsny z warzywami 220g [1,7,9] Kasza jęczmienna 200g [1] Kompot bez cukru 250ml	Żurek z ziemniakami 500ml [1,6,7,10] Stek ze schabu pieczony 120g [1] Ziemniaki 200g Surówka z marchewki i pora 200g Kompot bez cukru 250ml	Pieczarkowa z makaronem 500ml [1,7,9] Kotlet mielony pieczony 90g [1,3] Ziemniaki 200g Buraki 200g Kompot bez cukru 250ml	Jarzynowa z zielonym groszkiem 500ml [9] Makaron z sosem bolońskim 300g [1,9] Mandarynka 150g Kompot bez cukru 250ml
KOLACJA				
Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Szynka drobiowa 50g [6,7,10] Papryka 50g Sałata zielona 10g Herbata bez cukru 250ml	Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Ser biały plastry 50g [7] Ogórek kiszony 100g Herbata bez cukru 250ml	Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Paszтет drobiowy 50g [1,6,7,9] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g	Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Ser żółty 50g [7] Ogórek zielony 100g Sałata zielona 10g Herbata bez cukru 250g	Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Serek fromage 80g [7] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g
POSIŁEK DODATKOWY				
Jogurt pitny 250g [1,7]	Jabłko 150g	Serek homogenizowany 150g [7]	Kiwi 80g	Kefir 150g [7]
WARTOŚĆ ODŻYWCZA DIETY: E - energia, B – białka, T – tłuszcze, NKT – nasycone kwasy tłuszczowe, W – węglowodany, C – cukry proste, S – sól, F – błonnik pokarmowy				
E: 2010kcal, B: 118g, T: 75g, NKT: 16g, W: 228g, C: 49g, S: 7g, F: 26g	E: 2090kcal, B: 101g, T: 73g, NKT: 19g, W: 274g, C: 42g, S: 7g, F: 33g	E: 2009kcal, B: 99g, T: 73g, NKT: 18g, W: 253g, C: 34g, S: 5g, F: 27g	E: 2125kcal, B: 91g, T: 77g, NKT: 21g, W: 280g, C: 46g, S: 6g, F: 28g	E: 1984kcal, B: 106g, T: 62g, NKT: 16g, W: 261g, C: 47g, S: 7g, F: 22g
WYKAZ ALERGENÓW: 1 – ziarna zbóż zawierające gluten, 3 – jaja i produkty pochodne, 4 – ryby i produkty pochodne, 6- soja i produkty pochodne, 7 – mleko i produkty pochodne, 8 – orzechy, 9 – seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 – sezam i produkty pochodne				
JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM ZALEŻNYM OD DOSTAW.				

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
NIEDZIELA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK
08.02.2026	09.02.2026	10.02.2026	11.02.2026	12.02.2026
ŚNIADANIE				
Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Wędlina drobiowa 80g [6,7,10] Pomidor 150g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]	Grahamka 90g [1] Chleb razowy 50g [1] Masło 15g [7] Pasta z tuńczyka 130g [3,4,7] Papryka 100g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]	Grahamka 90g [1] Chleb razowy 50g [1] Masło 15g [7] Pasta twarogowa 110g [7] Rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250ml	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml [1,7] Grahamka 90g [1] Chleb razowy 50g [1] Masło 15g [7] Szynka drobiowa 50g [6,7,10] Papryka 100g Herbata bez cukru 250ml	Grahamka 90g [1] Chleb razowy 50g [1] Masło 15g [7] Wędlina drobiowa 80g [6,7,10] Ogórek zielony 100g Kakao na mleku bez cukru 250ml [7]
OBIAD				
Rosół z makaronem 500ml [1,3,9] Udko pieczone 250g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty 200g Kompot bez cukru 250ml	Fasolowa 500ml [6,7,9,10] Gulasz mięsny z warzywami 220g [1,7,9] Kasza jęczmienna 200g [1] Kompot bez cukru 250ml	Żurek z ziemniakami 500ml [1,6,7,10] Stek ze schabu pieczony 120g [1] Ziemniaki 200g Surówka z marchewki i pora 200g Kompot bez cukru 250ml	Pieczarkowa z makaronem 500ml [1,7,9] Kotlet mielony pieczony 90g [1,3] Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g [7] Kompot bez cukru 250ml	Jarzynowa z zielonym groszkiem 500ml [9] Makaron z sosem bolońskim 300g [1,9] Jabłko 150g Kompot bez cukru 250ml
KOLACJA				
Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Szynka drobiowa 50g [6,7,10] Papryka 50g Sałata zielona 10g Herbata bez cukru 250ml	Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Ser biały plastry 50g [7] Ogórek kiszony 100g Herbata bez cukru 250ml	Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Paszтет drobiowy 50g [1,6,7,9] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g	Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Ser żółty 50g [7] Ogórek zielony 100g Sałata zielona 10g Herbata bez cukru 250g	Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Serek fromage 80g [7] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g
POSIŁEK DODATKOWY				
Jogurt pitny 250g [1,7]	Jabłko 150g	Serek homogenizowany 150g [7]	Skyr 140g [7]	Kefir 150g [7]
E: 2020kcal, B: 117g, T: 75g, NKT: 16g, W: 235g, C: 50g, S: 7g, F: 29g	E: 1984kcal, B: 97g, T: 71g, NKT: 19g, W: 258g, C: 40g, S: 6g, F: 37g	E: 1988kcal, B: 98g, T: 71g, NKT: 17g, W: 255g, C: 34g, S: 4g, F: 32g	E: 2025kcal, B: 100g, T: 80g, NKT: 22g, W: 241g, C: 28g, S: 5g, F: 28g	E: 1906kcal, B: 102g, T: 61g, NKT: 15g, W: 250g, C: 46g, S: 6g, F: 25g
WYKAZ ALERGENÓW: 1 – ziarna zbóż zawierające gluten, 3 – jaja i produkty pochodne, 4 – ryby i produkty pochodne, 6- soja i produkty pochodne, 7 – mleko i produkty pochodne, 8 – orzechy, 9 – seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 – sezam i produkty pochodne				
JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM ZALEŻNYM OD DOSTAW				

DIETA ŁATWOSTRAWNA				
NIEDZIELA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK
08.02.2026	09.02.2026	10.02.2026	11.02.2026	12.02.2026
ŚNIADANIE				
Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Wędlina drobiowa 80g [6,7,10] Pomidor 150g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]	Kajzerka 50g [1] Chleb pszenny 60g [1] Masło 15g [7] Pasta z tuńczyka 130g [3,4,7] Pomidor 150g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]	Kajzerka 50g [1] Chleb pszenny 60g [1] Masło 15g [7] Pasta twarogowa 110g [7] Banan 150g Herbata bez cukru 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 250ml [1,7] Kajzerka 50g [1] Chleb pszenny 60g [1] Masło 15g [7] Szynka drobiowa 50g [6,7,10] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250ml	Kajzerka 50g [1] Chleb pszenny 60g [1] Masło 15g [7] Wędlina drobiowa 80g [6,7,10] Pomidor 150g Kakao na mleku bez cukru 250ml [7]
OBIAD				
Rosół z makaronem 500ml [1,3,9] Udko gotowane 250g Ziemniaki 200g Sałata zielona ze śmietaną 50g [7] Kompot bez cukru 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 500ml [7,9] Gulasz mięsny z warzywami 220g [1,7,9] Kasza jęczmienna 200g [1] Kompot bez cukru 250ml	Żurek z ziemniakami 500ml [1,6,7,9,10] Schab duszony 120g [1] Ziemniaki 200g Surówka z marchewki 200g Kompot bez cukru 250ml	Szpinakowa z ziemniakami 500ml [7,9] Kotlet mielony pieczony 90g [1,3] Ziemniaki 200g Buraki 200g Kompot bez cukru 250ml	Jarzynowa z ziemniakami 500ml [9] Makaron z sosem bolońskim 300g [1,9] Jabłko 150g Kompot bez cukru 250ml
KOLACJA				
Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Szynka drobiowa 50g [6,7,10] Pomidor 150g Sałata zielona 10g Herbata bez cukru 250ml	Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Ser biały plastry 50g [7] Ogórek kiszony 100g Herbata bez cukru 250ml	Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Paszтет drobiowy 50g [1,6,7,9] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g	Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Ser żółty topiony 50g [7] Pomidor 150g Sałata zielona 10g Herbata bez cukru 250g	Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Serek fromage 80g [7] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g
POSIŁEK DODATKOWY				
Jogurt pitny 250g [1,7]	Jabłko 150g	Serek homogenizowany 150g [7]	Skyr 140g [7]	Kefir 150g [7]
WARTOŚĆ ODŻYWCZA DIETY: E - energia, B – białka, T – tłuszcze, NKT – nasycone kwasy tłuszczowe, W – węglowodany, C – cukry proste, S – sól, F – błonnik pokarmowy				
E: 1959kcal, B: 115g, T: 70g, NKT: 18g, W: 224g, C: 29g, S: 5g, F: 23g	E: 1917kcal, B: 87g, T: 77g,NKT: 23g, W: 230g, C: 41g, S: 6g, F: 15g	E: 2129kcal, B: 97g, T: 70g, NKT: 17g, W: 290g, C: 61g, S: 4g, F: 24g	E: 2106kcal, B: 100g, T: 72g, NKT: 21g, W: 277g, C: 46g, S: 5g, F: 23g	E: 1904kcal, B: 101g, T: 62g, NKT: 16g, W: 244g, C: 47g, S: 6g, F: 16g
WYKAZ ALERGENÓW: 1 – ziarna zbóż zawierające gluten, 3 – jaja i produkty pochodne, 4 – ryby i produkty pochodne, 6- soja i produkty pochodne, 7 – mleko i produkty pochodne, 8 – orzechy, 9 – seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 – sezam i produkty pochodne				
JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM ZALEŻNYM OD DOSTAW				

DIETA PODSTAWOWA				
PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK
13.02.2026	14.02.2026	15.02.2026	16.02.2026	17.02.2026
ŚNIADANIE				
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml [1,7] Kajzerka 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Pasta jajeczna 130g [3,7] Pomidor 100g Herbata bez cukru 250ml	Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Parówka drobiowa 80g [6,7,10] Pomidor 150g Kakao na mleku bez cukru 250ml [7]	Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Frankfurterki drobiowe 80g [6,7,10] Papryka 100g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]	Kajzerka 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Paprykarz 110g [4] Pomidor 100g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]	Grahamka 90g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Pasta twarogowa 110g [7] Papryka 100g Herbata bez cukru 250ml
OBIAD				
Krupnik 500ml [7,9] Ryba gotowana w sosie szpinakowym 150g [1,4,7,9] Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej 200g Kompot bez cukru 250ml	Grycikowa z kalafiolem 500ml [7,9] Fasolka po bretońsku 250g [6,7,10] Grahamka 90g [1] Jabłko 150g Kompot bez cukru 250ml	Rosół z makaronem 500ml [9] Filet duszony 100g [1,7] Ziemniaki 200g Mieszanka warzyw 150g [7] Kompot bez cukru 250ml	Kapuśniak 500ml [6,7,9,10] Pyzy ziemniaczane z mięsem 300g [1,7] Surówka z marchewki 200g Kompot bez cukru 250ml	Grochówka 500ml [6,7,9,10] Pulpet w sosie pieczarkowym 220g [1,3,7] Kasza gryczana 200g [1] Surówka z selera 200g [9] Kompot bez cukru 250ml
KOLACJA				
Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Ser twarogowy półtłusty 100g [7] Rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250g	Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Ser biały 50g [7] Ogórek zielony 100g Sałata zielona 10g Herbata bez cukru 250g	Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Jajko 120g [3] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g	Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Ser twarogowy topiony 34g [7] Ogórek zielony 100g Herbata bez cukru 250g	Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Paszтет drobiowy 50g [1,6,7,9] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g
POSIŁEK DODATKOWY				
Banan 150g	Serek wiejski 150g [7]	Serek homogenizowany 150g [7]	Jogurt pitny 250g [1,7]	Jogurt 150g [7]
WARTOŚĆ ODŻYWCZA DIETY: E - energia, B – białka, T – tłuszcze, NKT – nasycone kwasy tłuszczowe, W – węglowodany, C – cukry proste, S – sól, F – błonnik pokarmowy				
E: 2026kcal, B: 95g, T: 68g, NKT: 16g, W: 272g, C: 55g, S: 4g, F: 28g	E: 2028kcal, B: 98g, T: 79g, NKT: 22g, W: 250g, C: 45g, S: 7g, F: 36g	E: 1993kcal, B: 111g, T: 85g, NKT: 24g, W: 209g, C: 33g, S: 6g, F: 24g	E: 1935kcal, B: 65g, T: 72g, NKT: 20g, W: 269g, C: 57g, S: 7g, F: 21g	E: 2077kcal, B: 109g, T: 65g, NKT: 14g, W: 284g, C: 35g, S: 5g, F: 39g
WYKAZ ALERGENÓW: 1 – ziarna zbóż zawierające gluten, 3 – jaja i produkty pochodne, 4 – ryby i produkty pochodne, 6- soja i produkty pochodne, 7 – mleko i produkty pochodne, 8 – orzechy, 9 – seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 – sezam i produkty pochodne				
JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM ZALEŻNYM OD DOSTAW.				

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK
13.02.2026	14.02.2026	15.02.2026	16.02.2026	17.02.2026
ŚNIADANIE				
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml [1,7] Grahamka 90g [1] Chleb razowy 50g [1] Masło 15g [7] Pasta jajeczna 130g [3,7] Pomidor 100g Herbata bez cukru 250ml	Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Parówka drobiowa 80g [6,7,10] Pomidor 150g Kakao na mleku bez cukru 250ml [7]	Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Frankfurterki drobiowe 80g [6,7,10] Papryka 100g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]	Grahamka 90g [1] Chleb razowy 50g [1] Masło 15g [7] Paprykarz 110g [4] Pomidor 100g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]	Grahamka 90g [1] Chleb razowy 50g [1] Masło 15g [7] Pasta twarogowa 110g [7] Papryka 100g Herbata bez cukru 250ml
OBIAD				
Krupnik 500ml [7,9] Ryba gotowana w sosie szpinakowym 150g [1,4,7,9] Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej 200g Kompot bez cukru 250ml	Brokułowa z ziemniakami 500ml [7,9] Fasolka po bretońsku 250g [6,7,10] Grahamka 90g [1] Jabłko 150g Kompot bez cukru 250ml	Rosół z makaronem 500ml [9] Filet duszony 100g [1,7] Ziemniaki 200g Mieszanka warzyw 150g [7] Kompot bez cukru 250ml	Kapuśniak 500ml [6,7,9,10] Pyzy ziemniaczane z mięsem 300g [1,7] Surówka z marchewki 200g Kompot bez cukru 250ml	Grochówka 500ml [6,7,9,10] Pulpet w sosie pieczarkowym 220g [1,3,7] Kasza gryczana 200g [1] Surówka z selera 200g [9] Kompot bez cukru 250ml
KOLACJA				
Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Ser twarogowy półtłusty 100g [7] Rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250g	Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Ser żółty topiony 50g [7] Ogórek zielony 100g Sałata zielona 10g Herbata bez cukru 250g	Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Jajko 120g [3] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g	Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Ser twarogowy topiony 34g [7] Ogórek zielony 100g Herbata bez cukru 250g	Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Paszтет drobiowy 50g [1,6,7,9] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g
POSIŁEK DODATKOWY				
Sok warzywny 330ml	Serek wiejski 150g [7]	Serek homogenizowany 150g [7]	Jogurt pitny 250g [1,7]	Jogurt 150g [7]
E: 1919kcal, B: 94g, T: 67g, NKT: 15g, W: 252g, C: 40g, S: 6g, F: 32g	E: 2115kcal, B: 100g, T: 78g, NKT: 22g, W: 274g, C: 45g, S: 7g, F: 41g	E: 1894kcal, B: 107g, T: 84g, NKT: 24g, W: 191g, C: 31g, S: 5g, F: 24g	E: 1914kcal, B: 63g, T: 70g, NKT: 20g, W: 271g, C: 57g, S: 7g, F: 27g	E: 1971kcal, B: 104g, T: 63g, NKT: 14g, W: 267g, C: 34g, S: 5g, F: 43g
WYKAZ ALERGENÓW: 1 – ziarna zbóż zawierające gluten, 3 – jaja i produkty pochodne, 4 – ryby i produkty pochodne, 6- soja i produkty pochodne, 7 – mleko i produkty pochodne, 8 – orzechy, 9 – seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 – sezam i produkty pochodne				
JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM ZALEŻNYM OD DOSTAW				

DIETA ŁATWOSTRAWNA				
PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK
13.02.2026	14.02.2026	15.02.2026	16.02.2026	17.02.2026
ŚNIADANIE				
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml [1,7] Kajzerka 50g [1] Chleb pszenny 60g [1] Masło 15g [7] Pasta jajeczna 130g [3,7] Pomidor 100g Herbata bez cukru 250ml	Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Parówka drobiowa 80g [6,7,10] Pomidor 150g Kakao na mleku bez cukru 250ml [7]	Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Frankfurterki drobiowe 80g [6,7,10] Pomidor 150g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]	Kajzerka 50g [1] Chleb pszenny 60g [1] Masło 15g [7] Paprykarz 110g [4] Pomidor 100g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]	Kajzerka 50g [1] Chleb pszenny 60g [1] Masło 15g [7] Pasta twarogowa 110g [7] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250ml
OBIAD				
Krupnik 500ml [7,9] Ryba gotowana w sosie szpinakowym 150g [1,4,7,9] Ziemniaki 200g Mini marchew 150g [7] Kompot bez cukru 250ml	Brokułowa z ziemniakami 500ml [7,9] Ryż z jabłkiem 350g [7] Jogurt 150g [1,7] Kompot bez cukru 250ml	Rosół z makaronem 500ml [9] Filet duszony 100g [1,7] Ziemniaki 200g Brokuł 150g [7] Kompot bez cukru 250ml	Grycikowa z kalafiozem 500ml [1,9] Pyzy ziemniaczane z mięsem 300g [1,7] Surówka z marchewki 200g Kompot bez cukru 250ml	Żurek z ziemniakami 500ml [1,6,7,9] Pulpet w sosie koperkowym 220g [1,3,7] Kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z selera 200g [9] Kompot bez cukru 250ml
KOLACJA				
Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Ser twarogowy półtłusty 100g [7] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g	Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Ser żółty topiony 50g [7] Pomidor 150g Sałata zielona 10g Herbata bez cukru 250g	Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Jajko 120g [3] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g	Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Ser twarogowy topiony 34g [7] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g	Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Paszтет drobiowy 50g [1,6,7,9] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g
POSIŁEK DODATKOWY				
Banan 150g	Serek wiejski 150g [7]	Serek homogenizowany 150g [7]	Jogurt pitny 250g [1,7]	Jogurt 150g [7]
WARTOŚĆ ODŻYWCZA DIETY: E - energia, B – białka, T – tłuszcze, NKT – nasycone kwasy tłuszczowe, W – węglowodany, C – cukry proste, S – sól, F – błonnik pokarmowy				
E: 1996kcal, B: 95g, T: 66g, NKT: 16g, W: 269g, C: 54g, S: 4g, F: 29g	E: 2109kcal, B: 81g, T: 78g, NKT: 22g, W: 282g, C: 65g, S: 6g, F: 21g	E: 2044kcal, B: 111g, T: 83g, NKT: 24g, W: 220g, C: 29g, S: 5g, F: 17g	E: 1913kcal, B: 61g, T: 68g, NKT: 19g, W: 274g, C: 57g, S: 6g, F: 18g	E: 1920kcal, B: 93g, T: 61g, NKT: 13g, W: 265g, C: 35g, S: 4g, F: 29g
WYKAZ ALERGENÓW: 1 – ziarna zbóż zawierające gluten, 3 – jaja i produkty pochodne, 4 – ryby i produkty pochodne, 6- soja i produkty pochodne, 7 – mleko i produkty pochodne, 8 – orzechy, 9 – seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 – sezam i produkty pochodne				
JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM ZALEŻNYM OD DOSTAW				