

DIETA PODSTAWOWA				
ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
18.02.2026	19.02.2026	20.02.2026	21.02.2026	22.02.2026
ŚNIADANIE				
Kajzerka 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Pasta z tuńczyka 130g [3,4,7] Ogórek kiszony 100g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]	Grahamka 90g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Szynka drobiowa 50g [6,7,10] Ogórek zielony 100g Kakao na mleku bez cukru 250ml [7]	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] Parówki drobiowe 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] Wędlina drobiowa 80g [6,7,10] Papryka 100g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]
OBIAD				
Jarzynowa z brukselką 500ml [7,9] Kotlecik z jajka pieczony 130g [1,3] Ziemniaki 200g Mizeria 200g [7] Kompot bez cukru 250ml	Zupa krem z brokuła 500ml Stek ze schabu pieczony 120g [1] Ziemniaki 200g Buraczki 200g Kompot bez cukru 250ml	Pomidorowa z ryżem 500ml [7,9] Kotlecik z ryby pieczony 100g [1,3,4] Ziemniaki 200g Surówka z kiszonej kapusty 200g Kompot bez cukru 250ml	Kalafiorowa z ziemniakami 500ml [7,9] Fasolka po bretońsku 250g [6,7,10] Kajzerka 50g [1] Kompot bez cukru 250ml	Rosół z makaronem 500ml [1,3,9] Pieczeń wieprzowa duszona 100g [1,7] Ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty 200g Kompot bez cukru 250ml
KOLACJA				
Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Ser żółty 50g [7] Papryka 50g Herbata bez cukru 250ml	Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Wędlina drobiowa 80g [6,7,9] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250ml	Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Pasta twarogowa 110g [7] Rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250g	Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Serek fromage 80g [7] Ogórek zielony 100g Herbata bez cukru 250g	Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Ser żółty 50g [7] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g
POSIŁEK DODATKOWY				
Pomarańcza 250g	Serek homogenizowany 150g [7]	Banan 150g	Kefir 150g [7]	Mandarynka 200g
WARTOŚĆ ODŻYWCZA DIETY: E - energia, B – białka, T – tłuszcze, NKT – nasycone kwasy tłuszczowe, W – węglowodany, C – cukry proste, S – sól, F – błonnik pokarmowy				
E: 2054kcal, B: 99g, T: 74g, NKT: 18g, W: 260g, C: 46g, S: 2819mg, F: 26g	E: 2044kcal, B: 101g, T: 69g, NKT: 17g, W: 267g, C: 47g, S: 2270mg, F: 27g	E: 1960kcal, B: 95g, T: 66g, NKT: 14g, W: 260g, C: 54g, S: 1938mg, F: 26g	E: 2104kcal, B: 100g, T: 81g, NKT: 24g, W: 260g, C: 35g, S: 2890mg, F: 33g	E: 2087kcal, B: 91g, T: 92g, NKT: 26g, W: 238g, C: 53g, S: 2298mg, 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.				

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
18.02.2026	19.02.2026	20.02.2026	21.02.2026	22.02.2026
ŚNIADANIE				
Grahamka 90g [1] Chleb razowy 50g [1] Masło 15g [7] Pasta z tuńczyka 130g [3,4,7] Ogórek kiszony 100g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]	Grahamka 90g [1] Chleb razowy 50g [1] Masło 15g [7] Szynka drobiowa 50g [6,7,10] Ogórek zielony 100g Kakao na mleku bez cukru 250ml [7]	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] Parówki drobiowe 80g [6,7,10] Pomidor 150g Kakao na mleku bez cukru 250ml [7]	Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Wędlina drobiowa 80g [6,7,10] Papryka 100g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]
OBIAD				
Jarzynowa z brukselką 500ml [7,9] Kotlecik z jajka pieczony 130g [1,3] Ziemniaki 200g Mizeria 200g [7] Kompot bez cukru 250ml	Zupa krem z brokuła 500ml Stek ze schabu pieczony 120g [1] Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g [7] Kompot bez cukru 250ml	Pomidorowa z ryżem 500ml [7,9] Kotlecik z ryby pieczony 100g [1,3,4] Ziemniaki 200g Surówka z kiszonej kapusty 200g Kompot bez cukru 250ml	Kalafiorowa z ziemniakami 500ml [7,9] Fasolka po bretońsku 250g [6,7,10] Grahamka 90g [1] Kompot bez cukru 250ml	Rosół z makaronem 500ml [1,3,9] Pieczeń wieprzowa duszona 100g [1,7] Ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty 200g Kompot bez cukru 250ml
KOLACJA				
Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Ser żółty 50g [7] Papryka 50g Herbata bez cukru 250ml	Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Wędlina drobiowa 80g [6,7,9] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250ml	Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Pasta twarogowa 110g [7] Rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250g	Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Serek fromage 80g [7] Ogórek zielony 100g Herbata bez cukru 250g	Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Ser żółty 50g [7] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g
POSIŁEK DODATKOWY				
Skyr 140g [7]	Serek homogenizowany 150g [7]	Jogurt pitny 250g [1,7]	Kefir 150g [7]	Skyr 140g [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: 2005kcal, B: 111g, T: 72g, NKT: 18g, W: 242g, C: 31g, S: 2742mg, F: 28g	E: 1917kcal, B: 95g, T: 71g, NKT: 18g, W: 238g, C: 33g, S: 1845mg, F: 30g	E: 1920kcal, B: 97g, T: 65g, NKT: 14g, W: 250g, C: 46g, S: 1881mg, F: 29g	E: 2084kcal, B: 100g, T: 80g, NKT: 24g, W: 261g, C: 35g, S: 2735mg, F: 38g	E: 1985kcal, B: 102g, T: 91g, NKT: 26g, W: 204g, C: 39g, S: 2042mg, F: 26g
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				
ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
18.02.2026	19.02.2026	20.02.2026	21.02.2026	22.02.2026
ŚNIADANIE				
Kajzerka 50g [1] Chleb pszenny 60g [1] Masło 15g [7] Pasta z tuńczyka 130g [3,4,7] Ogórek kiszony 100g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]	Kajzerka 50g [1] Chleb pszenny 60g [1] Masło 15g [7] Szynka drobiowa 50g [6,7,10] Pomidor 150g Kakao na mleku bez cukru 250ml [7]	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] Parówki drobiowe 80g [6,7,10] Pomidor 150g Kakao na mleku bez cukru 250ml [7]	Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Wędlina drobiowa 80g [6,7,10] Pomidor 150g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]
OBIAD				
Jarzynowa z ziemniakami 500ml [7,9] Kotlecik z jajka pieczony 130g [1,3] Ziemniaki 200g Mix sałat z jogurtem 100g [7] Kompot bez cukru 250ml	Zupa krem z brokuła 500ml Schab duszony 100g [1] Ziemniaki 200g Buraczki 200g Kompot bez cukru 250ml	Pomidorowa z ryżem 500ml [7,9] Kotlecik z ryby pieczony 100g [1,3,4] Ziemniaki 200g Surówka z selera 200g [9] Kompot bez cukru 250ml	Kalafiorowa z ziemniakami 500ml [7,9] Pierogi z serem 220g [1,7] Jogurt pitny 250g [1,7] Kompot bez cukru 250ml	Rosół z makaronem 500ml [1,3,9] Pieczeń wieprzowa duszona 100g [1,7] Ziemniaki 200g Brokuł 150g Kompot bez cukru 250ml
KOLACJA				
Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Ser biały plastry 50g [7] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250ml	Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Wędlina drobiowa 80g [6,7,9] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250ml	Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Pasta twarogowa 110g [7] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g	Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Serek fromage 80g [7] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g	Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Ser biały plastry 50g [7] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g
POSIŁEK DODATKOWY				
Skyr 140g [7]	Serek homogenizowany 150g [7]	Banan 150g	Kefir 150g [7]	Skyr 140g [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: 1931kcal, B: 99g, T: 71g, NKT: 16g, W: 233g, C: 30g, S: 2731mg, F: 17g	E: 2000kcal, B: 98g, T: 67g, NKT: 18g, W: 263g, C: 47g, S: 1931mg, F: 24g	E: 2003kcal, B: 95g, T: 65g, NKT: 14g, W: 274g, C: 64g, S: 1582mg, F: 30g	E: 2090kcal, B: 91g, T: 76g, NKT: 23g, W: 266g, C: 59g, S: 2454mg, F: 14g	E: 2034kcal, B: 96g, T: 88g, NKT: 26g, W: 224g, C: 33g, S: 2257mg, F: 18g
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				
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
23.02.2026	24.02.2026	25.02.2026	26.02.2026	27.02.2026
ŚNIADANIE				
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml [1,7] Kajzerka 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Szynka drobiowa 50g [6,7,10] Ogórek zielony 100g Herbata bez cukru 250ml	Grahamka 90g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Pasta jajeczna 130g [3,7] Papryka 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] Pomidor 100g 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 50g Herbata bez cukru 250ml	Grahamka 90g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Pasta rybna 120g [4,7] Ogórek kiszony 100g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]
OBIAD				
Barszcz ukraiński z fasolą 500ml [7,9] Jajka w sosie koperkowym 220g [1,3,7] Ziemniaki 200g Surówka z marchewki i selera 200g [9] Kompot bez cukru 250ml	Szpinakowa z ryżem 500ml [7,9] Łazanki 300g [1,6,7,10] Kompot bez cukru 250ml	Koperkowa z zacierką 500ml [1,9] Pieczeń ze schabu duszona 100g [1,7] Ziemniaki 200g Surówka z marchewki i pora 200g Kompot bez cukru 250ml	Krem z zielonego groszku 500ml [7,9] Pulpet drobiowy w sosie pieczarkowym 70g + 100ml [1,3,7] Kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z selera 200g [9] Kompot bez cukru 250ml	Porowa z ziemniakami 500ml [7,9] Leczo z fasolą 350g [1] Ryż brązowy 200g Kompot bez cukru 250ml
KOLACJA				
Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Pasta twarogowa 110g [7] Rzodkiewka 50g Dżemik niskosłodzony 25g 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	Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Wędlina drobiowa 80g [6,7,10] Papryka 50g Herbata bez cukru 250ml	Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Ser twarogowy topiony 34g [7] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g	Chleb razowy 50g [1] Chleb pszenno-żytni 70g [1] Masło 15g [7] Jajko 120g [3] Papryka 50g Herbata bez cukru 250ml
POSIŁEK DODATKOWY				
Jabłko 150g	Serek wiejski 150g [7]	Jogurt 150g [7]	Serek homogenizowany 150g [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: 2002kcal, B: 91g, T: 63g, NKT: 14g, W: 286g, C: 63g, S: 1924mg, F: 36g	E: 2014kcal, B: 98g, T: 77g, NKT: 19g, W: 243g, C: 31g, S: 2675mg, F: 22g	E: 2126kcal, B: 101g, T: 87g, NKT: 14g, W: 248g, C: 38g, S: 1576mg, F: 27g	E: 2009kcal, B: 105g, T: 68g, NKT: 20g, W: 264g, C: 40g, S: 2197mg, F: 40g	E: 2043kcal, B: 90g, T: 69g, NKT: 14g, W: 279g, C: 39g, S: 2707mg, 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.				

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW				
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
23.02.2026	24.02.2026	25.02.2026	26.02.2026	27.02.2026
ŚNIADANIE				
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml [1,7] Grahamka 90g [1] Chleb razowy 50g [1] Masło 15g [7] Szynka drobiowa 50g [6,7,10] Ogórek zielony 100g Herbata bez cukru 250ml	Grahamka 90g [1] Chleb razowy 50g [1] Masło 15g [7] Pasta jajeczna 130g [3,7] 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] Pomidor 100g 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 50g Herbata bez cukru 250ml	Grahamka 90g [1] Chleb razowy 50g [1] Masło 15g [7] Pasta rybna 120g [4,7] Ogórek kiszony 100g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]
OBIAD				
Barszcz ukraiński z fasolą 500ml [7,9] Jajka w sosie koperkowym 220g [1,3,7] Ziemniaki 200g Surówka z marchewki i selera 200g [9] Kompot bez cukru 250ml	Szpinakowa z ryżem 500ml [7,9] Łazanki 300g [1,6,7,10] Kompot bez cukru 250ml	Koperkowa z zacierką 500ml [1,9] Pieczeń ze schabu duszona 100g [1,7] Ziemniaki 200g Surówka z marchewki i pora 200g Kompot bez cukru 250ml	Krem z zielonego groszku 500ml [7,9] Pulpet drobiowy w sosie pieczarkowym 70g + 100ml [1,3,7] Kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z selera 200g [9] Kompot bez cukru 250ml	Porowa z ziemniakami 500ml [7,9] Leczo z fasolą 350g [1] Ryż brązowy 200g Kompot bez cukru 250ml
KOLACJA				
Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Pasta twarogowa 110g [7] Rzodkiewka 50g Papryka 50g Herbata bez cukru 250g	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] Wędlina drobiowa 80g [6,7,10] Papryka 50g Herbata bez cukru 250ml	Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Ser twarogowy topiony 34g [7] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250g	Chleb razowy 100g [1] Masło 15g [7] Jajko 120g [3] Papryka 50g Herbata bez cukru 250ml
POSIŁEK DODATKOWY				
Jabłko 150g	Serek wiejski 150g [7]	Jogurt 150g [7]	Serek homogenizowany 150g [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: 1958kcal, B: 90g, T: 62g, NKT: 14g, W: 282g, C: 56g, S: 1800mg, F: 43g	E: 1908kcal, B: 93g, T: 76g, NKT: 19g, W: 226g, C: 30g, S: 2356mg, F: 26g	E: 2001kcal, B: 96g, T: 86g, NKT: 14g, W: 231g, C: 36g, S: 1256mg, F: 31g	E: 1917kcal, B: 102g, T: 68g, NKT: 20g, W: 245g, C: 38g, S: 1891mg, F: 40g	E: 1933kcal, B: 85g, T: 68g, NKT: 14g, W: 262g, C: 38g, S: 2384mg, F: 33g
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				
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
23.02.2026	24.02.2026	25.02.2026	26.02.2026	27.02.2026
ŚNIADANIE				
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 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] Pasta jajeczna 130g [3,7] 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] Pomidor 100g 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] Pasta rybna 120g [4,7] Ogórek kiszony 100g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 250ml [1,7]
OBIAD				
Barszcz z ziemniakami 500ml [7,9] Jajka w sosie koperkowym 220g [1,3,7] Ziemniaki 200g Surówka z marchewki i selera 200g [9] Kompot bez cukru 250ml	Szpinakowa z ryżem 500ml [7,9] Makaron z mięsem i warzywami 300g [1,7] Kompot bez cukru 250ml	Koperkowa z zacierką 500ml [1,9] Pieczeń ze schabu duszona 100g [1,7] Ziemniaki 200g Surówka z marchewki 200g Kompot bez cukru 250ml	Krem z brokuła 500ml [7,9] Pulpet drobiowy w sosie pomidorowym 70g + 100ml [1,3,7] Kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z selera 200g [9] Kompot bez cukru 250ml	Grycikowa z kalafiozem 500ml [1,9] Ryż z jabłkiem 350g [7] Jogurt 150g [7] Kompot bez cukru 250ml
KOLACJA				
Chleb pszenny 120g [1] Masło 15g [7] Pasta twarogowa 110g [7] Pomidor 150g Dżemik niskosłodzony 25g Herbata bez cukru 250g	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] Wędlina drobiowa 80g [6,7,10] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250ml	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] Jajko 120g [3] Pomidor 150g Herbata bez cukru 250ml
POSIŁEK DODATKOWY				
Jabłko 150g	Serek wiejski 150g [7]	Jogurt 150g [7]	Serek homogenizowany 150g [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: 2032kcal, B: 87g, T: 62g, NKT: 14g, W: 298g, C: 67g, S: 1756mg, F: 31g	E: 2005kcal, B: 104g, T: 78g, NKT: 20g, W: 229g, C: 29g, S: 5g, F: 14g	E: 2074kcal, B: 96g, T: 86g, NKT: 14g, W: 240g, C: 40g, S: 1261mg, F: 22g	E: 2027kcal, B: 102g, T: 67g, NKT: 20g, W: 270g, C: 43g, S: 2104mg, F: 31g	E: 2048kcal, B: 85g, T: 70g, NKT: 16g, W: 278g, C: 66g, S: 2378mg, F: 17g
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				