



Jadłospis dekadowy 11.08-20.08.2026

11.08.2026 r.

Dieta podstawowa D01

ŚN Płatki owsiane 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, ser żółty 2 plastry- 40g, jabłko 1szt-180g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Zalewajka 500ml, befszytk pieczony z cebulą 80g, kasza gryczana 200g, buraczki gotowane 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

KOL Chleb wieloziarnisty 50g, chleb pszenno-żytni 100g, masło 15g, szynka drobiowa 50g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt naturalny 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2652, B 106,3g, W 379,3g, w tym cukry 64g, T 84,2g, NKT 59,7g, Błonnik 28,4g, Sód 1,9g

Dieta lekkostrawna D02

ŚN Płatki owsiane 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, ser biały półtłusty 63g, jabłko 1szt-180g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Zalewajka 500ml, pulpet wieprzowy pieczony 80g, sos pomidorowy 100g, kasza gryczana 200g, buraczki gotowane 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

KOL Bułka pszenna 120g, masło 15g, szynka drobiowa 50g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt naturalny 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2534, B 102,8g, W 363g, w tym cukry 55,3g, T 79,8g, NKT 56,6g, Błonnik 23,6g, Sód 1,4g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03

ŚN Płatki owsiane 30g, mleko 2% 300ml, chleb wieloziarnisty 70g, masło 10g, ser biały półtłusty 63g, jabłko 1szt-180g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II ŚN chleb wieloziarnisty 50g, masło 5g, wędlina wieprzowa 30g, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Zalewajka 500ml, pulpet wieprzowy pieczony 80g, sos pomidorowy 100g, kasza gryczana 200g, buraczki gotowane 150g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE*

KOL Chleb wieloziarnisty 70g, masło 10g, szynka drobiowa 50g, pomidor 100g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

PODW chleb wieloziarnisty 50g, masło 5g, serek kiri śmietankowy 1szt- 15g, *Alergeny: GLU, MLE*

Suma: Kcal 2360, B 115,1g, W 303g, w tym cukry 29,2g, T 80,6g, NKT 56,9g, Błonnik 37g, Sód 1,6g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05

ŚN Płatki owsiane 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 10g, ser biały półtłusty 63g, jabłko 1szt-180g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Zalewajka 500ml, pulpet pieczony wieprzowy 80g, sos pomidorowy 100g, kasza gryczana 200g, buraczki gotowane 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

KOL Bułka pszenna 120g, masło 10g, szynka drobiowa 50g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt naturalny 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2460, B 102,8g, W 363g, w tym cukry 55,3g, T 71,4g, NKT 50,2g, Błonnik 23,6g, Sód 1,4g

Dieta papkowata D11

ŚN Płatki owsiane 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 10g, twarożek 50g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II ŚN sok owocowy 200ml

OB Zalewajka 500ml, pulpet pieczony wieprzowy rozdrobniony 80g, sos pomidorowy 100g, kasza gryczana 200g, buraczki gotowane 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

KOL Bułka pszenna 120g, masło 10g, zupa jarzynowa miksowana 500ml, pasta mięsna 60g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

PODW jogurt owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2621, B 113,7g, W 378g, w tym cukry 55,2g, T 76,9g, NKT 57g, Błonnik 21,4g, Sód 1,9g



Jadłospis dekadowy 11.08-20.08.2026

12.08.2026 r.

Dieta podstawowa D01

ŚN Manna 30g, mleko 2% 300ml, chleb graham 60g, chleb pszenno-żytni 50g, masło 15g, ser żółty 2 plastry- 40g, ogórek zielony 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Rywarka 500ml, udko z kurczaka pieczone 1szt, ryż 200g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE*

KOL Chleb graham 50g, chleb pszenno-żytni 100g, masło 15g, szynka prasowana 50g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2474, B 117,1g, W 332,3g, w tym cukry 30g, T 81,1g, NKT 38,8g, Błonnik 24g, Sód 2,7g

Dieta lekkostrawna D02

ŚN Manna 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, wędlina wieprzowa 50g, ogórek kiszony 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Rywarka 500ml, udko z kurczaka pieczone 1szt, ryż 200g, marchew gotowana 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE*

KOL Bułka pszenna 120g, masło 15g, szynka prasowana 50g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2464, B 113,4g, W 332,4g, w tym cukry 36g, T 80,1g, NKT 35,9g, Błonnik 17,1g, Sód 3,8g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03

ŚN Manna 30g, mleko 2% 300ml, chleb graham 70g, masło 10g, wędlina wieprzowa 50g, ogórek zielony 100g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II ŚN chleb graham 50g, masło 5g, jogurt naturalny 1szt- 150g, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Rywarka 500ml, udko z kurczaka pieczone 1szt, ryż 200g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE*

KOL Chleb graham 70g, masło 10g, szynka prasowana 50g, pomidor 100g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

PODW chleb graham 50g, masło 5g, jajko gotowane 1szt- 50g, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ*

Suma: Kcal 2263, B 120,8g, W 286,6g, w tym cukry 21,5g, T 77,3g, NKT 34,5g, Błonnik 27,5g, Sód 2,8g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05

ŚN Manna 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 10g, wędlina wieprzowa 50g, ogórek zielony 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Rywarka 500ml, udko z kurczaka pieczone 1szt, ryż 200g, marchew gotowana 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE*

KOL Bułka pszenna 120g, masło 10g, szynka prasowana 50g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2393, B 113,7g, W 333g, w tym cukry 35,7g, T 71,7g, NKT 30,4g, Błonnik 17,5g, Sód 2,6g

Dieta papkowata D11

ŚN Manna 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, pasta z wędliny 50g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II ŚN sok owocowy 200ml

OB Rywarka 500ml, udko z kurczaka pieczone 1szt, ryż 200g, marchew gotowana 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE*

KOL Bułka pszenna 120g, masło 10g, zupa jarzynowa miksowana 500ml, pasta mięsna 60g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

PODW jogurt owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2657, B 122g, W 363g, w tym cukry 38,5g, T 84,4g, NKT 36,7g, Błonnik 18,9g, Sód 2,1g



Jadłospis dekadowy 11.08-20.08.2026

13.08.2026 r.

Dieta podstawowa D01

ŚN Zacierka 40g, mleko 2% 300ml, chleb razowy 60g, chleb pszenno-żytni 50g, masło 15g, sałata 3g, jajko gotowane 50g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ*

OB Zupa kalafiorowa z makaronem 500ml, Pulpet wieprzowy pieczony 90g, Sos pomidorowy 100g, Ziemniaki tłuczone 250 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

KOL Chleb pszenno-żytni 100g, chleb razowy 50g, masło 15g, kiełbasa szynkowa 50g, ogórek zielony 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt naturalny 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2101, B 89,8g, W 291,5g, w tym cukry 35,5g, T 90,2g, NKT 30,6g, Błonnik 28,2g, Sód 2,8g

Dieta lekkostrawna D02

ŚN Zacierka 40g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, sałata 3g, jajko gotowane 50g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ*

OB Zupa kalafiorowa z makaronem 500ml, Pulpet wieprzowy pieczony 90g, Sos pomidorowy 100g, Ziemniaki tłuczone 200 g, marchew gotowana 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

KOL Bułka 120g, masło 15g, kiełbasa szynkowa 50g, ogórek kiszony 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt naturalny 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2193, B 92,5g, W 300,6g, w tym cukry 44,5g, T 74,5g, NKT 32,9g, Błonnik 22,5g, Sód 2,5g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03

ŚN Zacierka 40g, mleko 2% 300ml, chleb razowy 70g, masło 10g, sałata 3g, jajko gotowane 50g, pomidor 100g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ*

II Ś Chleb razowy 50g, masło 5g, serek śmietankowy 15g, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Zupa kalafiorowa z makaronem 500ml, Pulpet wieprzowy pieczony 90g, Sos pomidorowy 100g, Ziemniaki tłuczone 200 g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

PODW chleb razowy 50g, masło 5g, ser żółty 1 plaster- 20g, *Alergeny: GLU, MLE*

KOL chleb razowy 70g, masło 10g, kiełbasa szynkowa 50g, ogórek zielony 100g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

Suma: Kcal 2068, B 89g, W 267,2g, w tym cukry 32,4g, T 79,1g, NKT 42,7g, Błonnik 33,6g, Sód 2,2g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05

ŚN Zacierka 40g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 10g, sałata 3g, serek wiejski 150g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ*

OB Zupa kalafiorowa z makaronem 500ml, Pulpet wieprzowy pieczony 90g, Sos pomidorowy 100g, Ziemniaki tłuczone 200 g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

KOL Bułka 120g, masło 10g, kiełbasa szynkowa 50g, ogórek zielony 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt naturalny 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2197, B 100,8g, W 297,5g, w tym cukry 41,7g, T 71,5g, NKT 29,4g, Błonnik 20,4g, Sód 3g

Dieta papkowata D11

ŚN Zacierka 40g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, pasta z jajka 50g, herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ*

II ŚN sok w kartonie 200ml

OB Zupa kalafiorowa z makaronem miksowana 500ml, Pulpet wieprzowy pieczony rozdrobniony 90g, Sos pomidorowy 100g, Ziemniaki tłuczone 200 g, marchew gotowana 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

KOL Bułka 120g, masło 15g, zupa jarzynowa miksowana 500ml, pasta mięsna 60g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

PODW Jogurt owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2326, B 100,6g, W 321,8g, w tym cukry 49,7g, T 75,5g, NKT 34,2g, Błonnik 23,4g, Sód 2,7g



Jadłospis dekadowy 11.08-20.08.2026

14.08.2026 r.

Dieta podstawowa D01

ŚN Makaron 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, pasztet mięsny 50g, rzodkiewka 30g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ*

OB Barszcz ukraiński 500ml, gulasz wieprzowy 150g, kasza gryczana 200g, surówka z marchwi i jabłka 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: SEL, MLE*

KOL Chleb wieloziarnisty 50g, chleb pszenno-żytni 100g, masło 15g, szynka drobiowa 50g, ogórek zielony 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL serek owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2742, B 108,6g, W 367,2g, w tym cukry 43,7g, T 98,9g, NKT 35g, Błonnik 30g, Sód 2,4g

Dieta lekkostrawna D02

ŚN Makaron 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, jajko gotowane 1szt- 50g, szczypiorek 10g, rzodkiewka 30g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ*

OB Barszcz ukraiński 500ml, gulasz wieprzowy 150g, kasza gryczana 200g, surówka z marchwi i jabłka 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: SEL, MLE*

KOL Bułka 120g, masło 15g, szynka drobiowa 50g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL serek owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2588, B 102,3g, W 356,5g, w tym cukry 44,5g, T 89,5g, NKT 31,2g, Błonnik 25,8g, Sód 2,1g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03

ŚN Makaron 30g, mleko 2% 300ml, chleb wieloziarnisty 70g, masło 10g, jajko gotowane 1szt- 50g, szczypiorek 10g, rzodkiewka 30g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ*

II ŚN jabłko 1szt- 180g, flipy kukurydziane 20g

OB Barszcz ukraiński 500ml, gulasz wieprzowy 150g, kasza gryczana 200g, surówka z marchwi i jabłka 150g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: SEL, MLE*

KOL Chleb wieloziarnisty 70g, masło 10g, szynka drobiowa 50g, pomidor 100g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

PODW chleb wieloziarnisty 50g, masło 5g, ser żółty 1 plaster- 20g, *Alergeny: GLU, MLE*

Suma: Kcal 2354, B 109,7g, W 300,3g, w tym cukry 24,2g, T 85g, NKT 31,7g, Błonnik 40,4g, Sód 2,1g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05

ŚN Makaron 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 10g, serek wiejski 1szt- 150g, szczypiorek 10g, rzodkiewka 30g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ*

OB Barszcz ukraiński 500ml, gulasz wieprzowy 150g, kasza gryczana 200g, surówka z marchwi i jabłka 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: SEL, MLE*

KOL Bułka pszenna 120g, masło 10g, szynka drobiowa 50g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL serek owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2584, B 110,7g, W 359,2g, w tym cukry 44,8g, T 83,9g, NKT 28,1g, Błonnik 25,8g, Sód 2,5g

Dieta papkowata D11

ŚN Makaron 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, pasta z jajka 50g, szczypiorek 10g, rzodkiewka 30g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ*

II ŚN sok owocowy 200ml

OB Barszcz ukraiński 500ml, gulasz wieprzowy 150g, kasza gryczana 200g, marchew gotowana 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE*

KOL Bułka pszenna 120g, masło 10g, zupa jarzynowa miksowana 500ml, pasta mięsna 60g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

PODW jogurt owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2780, B 117,5g, W 385,5g, w tym cukry 50,3g, T 91,2g, NKT 32,9g, Błonnik 27,3g, Sód 2,6g



Jadłospis dekadowy 11.08-20.08.2026

15.08.2026 r.

Dieta podstawowa D01

ŚN Kawa zbożowa inka 2g, mleko 2% 250ml, chleb graham 60g, chleb pszenno-żytni 50g, masło 15g, parówka wieprzowa 1szt-50g, ketchup 20g, ogórek kiszony 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Selerowa 500ml, medalion pieczony ze schabu 80g, kasza jęczmienna 200g, sos musztardowy 100g, buraczki gotowane 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, GOR, JAJ*

KOL Chleb graham 50g, chleb pszenno-żytni 100g, masło 15g, kiełbasa szynkowa 50g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt naturalny 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2375, B 95g, W 323,6g, w tym cukry 54,6g, T 85,4g, NKT 37,6g, Błonnik 30,6g, Sód 3,9g

Dieta lekkostrawna D02

ŚN Kawa zbożowa 2g, mleko 2% 250ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, parówka wieprzowa 1szt- 50g, ketchup 20g, ogórek kiszony 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Selerowa 500ml, medalion pieczony ze schabu 80g, kasza jęczmienna 200g, sos musztardowy 100g, buraczki gotowane 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, GOR, JAJ*

KOL Bułka pszenna 120g, masło 15g, kiełbasa szynkowa 50g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt naturalny 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2445, B 94,5g, W 323,7g, w tym cukry 55,4g, T 91,8g, NKT 39,4g, Błonnik 23g, Sód 3,7g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03

ŚN Kawa zbożowa 2g, mleko 2% 250ml, chleb graham 70g, masło 10g, parówka wieprzowa 1szt-50g, ketchup 20g, ogórek kiszony 100g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II ŚN sok pomidorowy 300ml

OB Selerowa 500ml, medalion pieczony ze schabu 80g, kasza jęczmienna 200g, sos musztardowy 100g, buraczki gotowane 150g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, GOR, JAJ*

KOL Chleb graham 70g, masło 10g, kiełbasa szynkowa 50g, pomidor 100g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

PODW chleb graham 50g, masło 5g, jogurt naturalny 1szt- 150g, *Alergeny: GLU, MLE*

Suma: Kcal 2115, B 93,5g, W 272g, w tym cukry 35,7g, T 80,9g, NKT 34,8g, Błonnik 34,2g, Sód 4,2g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05

ŚN Kawa zbożowa 2g, mleko 2% 250ml, bułka pszenna 120g, masło 10g, parówka wieprzowa 1szt-50g, ketchup 20g, ogórek kiszony 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Selerowa 500ml, medalion pieczony ze schabu 80g, kasza jęczmienna 200g, sos musztardowy 100g, buraczki gotowane 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, GOR, JAJ*

KOL Bułka pszenna 120g, masło 10g, kiełbasa szynkowa 50g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt naturalny 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2362, B 94g, W 323,6g, w tym cukry 55,4g, T 82,7g, NKT 33,4g, Błonnik 23g, Sód 3,7g

Dieta papkowata D11

ŚN Kawa zbożowa 2g, mleko 2% 250ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, pasta z parówki 50g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II ŚN sok owocowy 200ml

OB Selerowa 500ml, medalion pieczony ze schabu rozdrobniony 80g, kasza jęczmienna 200g, sos musztardowy 100g, buraczki gotowane 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, GOR, JAJ*

KOL Bułka pszenna 120g, masło 10g, zupa jarzynowa miksowana 500ml, pasta mięsna 60g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

PODW jogurt owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2624, B 102,5g, W 354,5g, w tym cukry 56,8g, T 93,8g, NKT 40,5g, Błonnik 22,5g, Sód 2,1g

GLU– Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut), **SKO** – Skorupiaki i produkty pochodne, **JAJ** – Jaja i produkty pochodne, **RYB** – Ryby i produkty pochodne, **OZIEM** – Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, **SOJ** – Soja i produkty pochodne, **MLE** – Mleko i produkty pochodne (w tym laktoza), **ORZ**– Orzechy (migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowca, brazylijskie, pistacje), **SEL** – Seler i produkty pochodne, **GOR** – Gorczyca i produkty pochodne, **SEZ** – Nasiona sezamu i produkty pochodne, **SIA** – Dwutlenek siarki i siarczyny, **ŁUB** – Łubin i produkty pochodne, **MIE** – Mięczaki i produkty pochodne.



Jadłospis dekadowy 11.08-20.08.2026

16.08.2026 r.

Dieta podstawowa D01

ŚN Kawa zbożowa 2g, mleko 2% 250ml, chleb graham 60g, chleb pszenno-żytni 50g, masło 15g, jajko gotowane 1szt- 50g, ogórek kiszony 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ*

OB Rywarka 500ml, pulpet wieprzowy pieczony 90g, sos chrzanowy 100g, kasza pęczak 200g, buraczki z jabłkiem 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: SEL, MLE, JAJ*

KOL Chleb graham 50g, chleb pszenno-żytni 100g, masło 15g, szynkowa 50g, papryka konserwowa 50g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE, SEL, GOR*

II KOL jogurt naturalny 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2090, B 82,7g, W 305,7g, w tym cukry 44g, T 65,7g, NKT 29,7g, Błonnik 28g, Sód 4,4g

Dieta lekkostrawna D02

ŚN Kawa zbożowa 2g, mleko 2% 250ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, jajko gotowane 1szt- 50g, ogórek kiszony 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ*

OB Rywarka 500ml, pulpet wieprzowy pieczony 90g, sos chrzanowy 100g, kasza pęczak 200g, buraczki z jabłkiem 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: SEL, MLE, JAJ*

KOL Bułka 120g, masło 15g, szynkowa 50g, jabłko 1szt-180g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt naturalny 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2272, B 82,6g, W 335g, w tym cukry 57g, T 72g, NKT 31,5g, Błonnik 23g, Sód 4,1g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03

ŚN Kawa zbożowa 2g, mleko 2% 250ml, chleb graham 70g, masło 10g, jajko gotowane 1szt- 50g, ogórek kiszony 100g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ*

II ŚN sok pomidorowy 300ml

OB Rywarka 500ml, pulpet wieprzowy pieczony 90g, sos chrzanowy 100g, kasza pęczak 200g, buraczki z jabłkiem 150g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: SEL, MLE, JAJ*

KOL Chleb graham 70g, masło 10g, szynkowa 50g, jabłko 1szt-180g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

PODW chleb graham 50g, masło 5g, ser żółty 1 plaster- 20g, *Alergeny: GLU, MLE*

Suma: Kcal 2006, B 87,1g, W 283,1g, w tym cukry 34g, T 65,8g, NKT 29,6g, Błonnik 34,2g, Sód 4,7g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05

ŚN Kawa zbożowa 2g, mleko 2% 250ml, bułka pszenna 120g, masło 10g, serek wiejski 1szt- 150g, ogórek kiszony 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Rywarka 500ml, pulpet wieprzowy pieczony 90g, sos chrzanowy 100g, kasza pęczak 200g, buraczki z jabłkiem 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: SEL, MLE, JAJ*

KOL Bułka pszenna 120g, masło 10g, szynkowa 50g, jabłko 1szt-180g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt naturalny 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2198, B 82,5g, W 334,9g, w tym cukry 57g, T 63,8g, NKT 26g, Błonnik 23,1g, Sód 4,1g

Dieta papkowata D11

ŚN Kawa zbożowa 2g, mleko 2% 250ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, pasta z jajka 50g, ogórek kiszony 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ*

II ŚN sok owocowy 200ml

OB Rywarka 500ml, pulpet wieprzowy pieczony rozdrobniony 90g, sos chrzanowy 100g, kasza pęczak 200g, buraczki z jabłkiem 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

KOL Bułka pszenna 120g, masło 10g, zupa jarzynowa miksowana 500ml, pasta mięsna 60g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

PODW jogurt owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2418, B 94,8g, W 356,9g, w tym cukry 57g, T 72,2g, NKT 31,9g, Błonnik 22,4g, Sód 4,3g



Jadłospis dekadowy 11.08-20.08.2026

17.08.2026 r.

Dieta podstawowa D01

ŚN Płatki ryżowe 30g, mleko 2% 300ml, chleb graham 60g, chleb pszenno-żytni 50g, masło 15g, ser biały półtłusty 63g, ogórek kiszony 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml, łazanki z kapustą kiszoną 400g, jabłko 1szt- 180g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

KOL Chleb pszenno-żytni 100g, chleb graham 50g, masło 15g, szynka drobiowa 50g, papryka konserwowa 50g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL serek naturalny 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2481, B 92,2g, W 349,2g, w tym cukry 33,7g, T 85,1g, NKT 42g, Błonnik 31,5g, Sód 4,5g

Dieta lekkostrawna D02

ŚN Płatki ryżowe 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, ser biały półtłusty 63g, ogórek kiszony 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml, bitka schabowa duszona 70g, sos jarzynowy 100g, kasza gryczana 200g, surówka z marchwi i jabłka 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE*

KOL Bułka 120g, masło 15g, szynka drobiowa 50g, jabłko 1szt- 180g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL serek naturalny 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2571, B 1109g, W 356,4g, w tym cukry 42g, T 83,7g, NKT 41g, Błonnik 27,8g, Sód 3g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03

ŚN Płatki ryżowe 30g, mleko 2% 300ml, chleb graham 70g, masło 10g, ser biały półtłusty 63g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II Ś Chleb graham 50g, masło 5g, wędlina wieprzowa 30g, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml, bitka schabowa duszona 70g, sos jarzynowy 100g, kasza gryczana 200g, surówka z marchwi i jabłka 150g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE*

PODW chleb graham 50g, masło 5g, serek naturalny 150g, *Alergeny: GLU, MLE*

KOL chleb graham 70g, masło 10g, szynka drobiowa 50g, jabłko 1szt- 180g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

Suma: Kcal 2369, B 116,5g, W 318g, w tym cukry 25,5g, T 78,2g, NKT 38,5g, Błonnik 38,8g, Sód 3,4g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05

ŚN Płatki ryżowe 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 10g, ser biały półtłusty 63g, ogórek kiszony 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml, bitka schabowa duszona 70g, sos jarzynowy 100g, kasza gryczana 200g, surówka z marchwi i jabłka 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE*

KOL Bułka 120g, masło 10g, szynka drobiowa 50g, jabłko 1szt- 180g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL serek naturalny 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2497, B 110,8g, W 356,3g, w tym cukry 42g, T 75,4g, NKT 35,5g, Błonnik 27,8g, Sód 3g

Dieta papkowata D11

ŚN Płatki ryżowe 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, twarożek 50g, herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II ŚN sok w kartonie 200ml

OB Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml, bitka schabowa duszona rozdrobniona 70g, sos jarzynowy 100g, kasza gryczana 200g, marchew gotowana 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE*

KOL Bułka 120g, masło 15g, zupa jarzynowa miksowana 500ml, pasta mięsna 60g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

PODW Jogurt owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2594, B 117g, W 369,6g, w tym cukry 42,3g, T 76,6g, NKT 34,3g, Błonnik 24,5g, Sód 1,6g



Jadłospis dekadowy 11.08-20.08.2026

18.08.2026 r.

Dieta podstawowa D01

ŚN Płatki jęczmienne 30g, mleko 2% 300ml, chleb wieloziarnisty 60g, chleb pszenno-żytni 50g, masło 15g, jajko gotowane 1szt-50g, ogórek kiszony 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ*

OB Ogórkowa z ryżem 500ml, sznycel drobiowy smażony 100g, ziemniaki tłuczone 200g, surówka z warzywa mieszanych 150g, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

KOL Chleb wieloziarnisty 50g, chleb pszenno-żytni 100g, masło 15g, krakowska 50g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2383, B 103,7g, W 330,2g, w tym cukry 42,6g, T 76,6g, NKT 33,9g, Błonnik 31,6g, Sód 4,4g

Dieta lekkostrawna D02

ŚN Płatki jęczmienne 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, jajko gotowane 1szt-50g, ogórek kiszony 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ*

OB Ogórkowa z ryżem 500ml, burger drobiowy pieczony 80g, ziemniaki 200g, surówka z warzyw mieszanych 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

KOL Bułka 120g, masło 15g, krakowska 50g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2416, B 97,7g, W 336,2g, w tym cukry 44,8g, T 80,3g, NKT 35,1g, Błonnik 22,8g, Sód 4,3g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03

ŚN Płatki jęczmienne 30g, mleko 2% 300ml, chleb wieloziarnisty 70g, masło 10g, jajko gotowane 1szt-50g, ogórek kiszony 100g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ*

II ŚN chleb wieloziarnisty 50g, masło 5g, wędlina wieprzowa 30g, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Ogórkowa z ryżem 500ml, burger drobiowy pieczony 80g, ziemniaki 200g, surówka z warzyw mieszanych 150g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

KOL Chleb wieloziarnisty 70g, masło 10g, krakowska 50g, pomidor 100g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

PODW chleb razowy 50g, masło 5g, serek kiri 1szt, *Alergeny: GLU, MLE*

Suma: Kcal 2202, B 111,1g, W 268,4g, w tym cukry 26,9g, T 80,3g, NKT 34,6g, Błonnik 36,3g, Sód 4,5g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05

ŚN Płatki jęczmienne 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 10g, jogurt z musli 150g, jabłko 1szt-180g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Ogórkowa z ryżem 500ml, burger drobiowy pieczony 80g, ziemniaki 200g, surówka z warzyw mieszanych 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

KOL Bułka 120g, masło 10g, krakowska 50g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2497, B 97,3g, W 375,4g, w tym cukry 45,7g, T 71,7g, NKT 28,1g, Błonnik 25,2g, Sód 3g

Dieta papkowata D11

ŚN Płatki jęczmienne 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, pasta z jajka 50g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ*

II ŚN sok w kartonie 200ml

OB Ogórkowa z ryżem 500ml, burger drobiowy pieczony rozdrobniony 80g, ziemniaki 200g, jarzynki duszone 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

KOL Bułka 120g, masło 15g, zupa jarzynowa miksowana 500ml, pasta mięsna 60g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

PODW Jogurt owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2515, B 103g, W 366,1g, w tym cukry 46,8g, T 75,7g, NKT 33g, Błonnik 22,6g, Sód 3,2g



Jadłospis dekadowy 11.08-20.08.2026

19.08.2026 r.

Dieta podstawowa D01

ŚN Płatki jaglane 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, sałata 3g, pasztet mięsny 50g, rzodkiewka 30g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Botwinkowa 500ml, makaron z serem i śmietaną 350g, gruszka 1szt-150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

KOL Chleb wieloziarnisty 50g, chleb pszenno-żytni 100g, masło 15g, jajko gotowane 2szt, sałatka jarzynowa 150g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt naturalny 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2832, B 96,6g, W 359,5g, w tym cukry 52g, T 117,4g, NKT 44,7g, Błonnik 27g, Sód 2,5g

Dieta lekkostrawna D02

ŚN Płatki jaglane 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, sałata 3g, pasztet drobiowy 50g, rzodkiewka 30g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Botwinkowa 500ml, makaron z serem i śmietaną 350g, gruszka 1szt-150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

KOL Bułka pszenna 120g, masło 15g, polędwica sopocka 50g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt naturalny 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2631, B 92,8g, W 345,4g, w tym cukry 49g, T 102g, NKT 42,3g, Błonnik 17,8g, Sód 2g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03

ŚN Płatki jaglane 30g, mleko 2% 300ml, chleb wieloziarnisty 70g, masło 10g, sałata 3g, pasztet drobiowy 50g, rzodkiewka 30g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II ŚN chleb wieloziarnisty 50g, masło 5g, serek wiejski 1szt-150g, *Alergeny: MLE, GLU*

OB Botwinkowa 500ml, makaron razowy z serem i śmietaną 350g, gruszka 1szt-150g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

KOL Chleb wieloziarnisty 70g, masło 10g, polędwica sopocka 50g, pomidor 100g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

PODW chleb wieloziarnisty 50g, masło 5g, sałatka jarzynowa 150g, *Alergeny: GLU, MLE, JAJ, SEL*

Suma: Kcal 2539, B 113,7g, W 296g, w tym cukry 30,5g, T 104g, NKT 39,5g, Błonnik 45,5g, Sód 2,5g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05

ŚN Płatki jaglane 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 10g, sałata 3g, pasztet drobiowy 50g, rzodkiewka 30g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Botwinkowa 500ml, makaron z serem i śmietaną 350g, gruszka 1szt-150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, JAJ*

KOL Bułka pszenna 120g, masło 10g, polędwica sopocka 50g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL jogurt naturalny 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2463, B 90,2g, W 344,5g, w tym cukry 49g, T 84,7g, NKT 33,1g, Błonnik 17,8g, Sód 2,1g

Dieta papkowata D11

ŚN Płatki jaglane 30g, mleko 2% 300ml, bułka pszenna 120g, masło 15g, sałata 3g, pasztet drobiowy 50g, rzodkiewka 30g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II ŚN sok owocowy 200ml

OB Botwinkowa 500ml, makaron z serem i śmietaną 350g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, GOR, JAJ*

KOL Bułka pszenna 120g, masło 10g, zupa jarzynowa miksowana 500ml, pasta mięsna 60g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

PODW jogurt owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2664, B 92g, W 377,6g, w tym cukry 65g, T 91,2g, NKT 37,1g, Błonnik 19,2g, Sód 2,2g



Jadłospis dekadowy 11.08-20.08.2026

20.08.2026 r.

Dieta podstawowa D01

ŚN Płatki owsiane 30g, mleko 2% 300ml, bułeczki maślane 2szt- 100g, masło 15g, dżem niskosłodzony 50g, gruszka 1szt- 150g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Koperkowa z makaronem 500ml, burger rybny pieczony 80g, ziemniaki tłuczone 250g, surówka z kapusty kiszonej z olejem 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, RYB, JAJ*

KOL Chleb wieloziarnisty 50g, chleb pszenno-żytni 100g, masło 15g, ser biały półtłusty 83g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL sok owocowy 200ml

Suma: Kcal 2517, B 84g, W 392,3g, w tym cukry 51,7g, T 73,7g, NKT 29,2g, Błonnik 28,5g, Sód 1,5g

Dieta lekkostrawna D02

ŚN Płatki owsiane 30g, mleko 2% 300ml, bułeczki maślane 2szt- 100g, masło 15g, dżem niskosłodzony 50g, gruszka 1szt- 150g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Koperkowa z makaronem 500ml, pulpet rybny pieczony 80g, ziemniaki tłuczone 200g, jarzynki duszone 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, RYB, JAJ*

KOL Bułka 120g, masło 15g, szynka drobiowa 50g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL serek owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2436, B 91,2g, W 375,5g, w tym cukry 54g, T 68,9g, NKT 30,3g, Błonnik 24,8g, Sód 1,4g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03

ŚN Płatki owsiane 30g, mleko 2% 300ml, chleb graham 70g, masło 10g, serek naturalny 150g, gruszka 1szt- 150g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II ŚN chleb graham 50g, masło 5g, sałata 3g, wędlina wieprzowa 30g, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Koperkowa z makaronem 500 ml, pulpet rybny pieczony 80g, ziemniaki tłuczone 200g, surówka z kapusty kiszonej z olejem 150g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, RYB, JAJ*

KOL Chleb graham 70g, masło 10g, ser biały półtłusty 83g, pomidor 100g, Herbata gorzka 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

PODW chleb graham 50g, masło 5g, sałatka jarzynowa 150g, *Alergeny: GLU, MLE, SEL, JAJ*

Suma: Kcal 2409, B 109,9g, W 330,2g, w tym cukry 23,1g, T 81,1g, NKT 38,9g, Błonnik 40,9g, Sód 2,5g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05

ŚN Płatki owsiane 30g, mleko 2% 300 ml, bułeczki maślane 2szt- 100g, masło 10g, dżem niskosłodzony 50g, gruszka 1szt- 150g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

OB Koperkowa z makaronem 500ml, pulpet rybny pieczony 80g, ziemniaki tłuczone 200g, surówka z kapusty kiszonej z olejem 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, RYB, JAJ*

KOL Bułka pszenna 120g, masło 10g, ser biały półtłusty 83g, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II KOL sok owocowy 200ml

Suma: Kcal 2384, B 89,6g, W 375,2g, w tym cukry 55g, T 63g, NKT 24,4g, Błonnik 20,8g, Sód 1,5g

Dieta papkowata D11

ŚN Płatki owsiane 30g, mleko 2% 300ml, bułeczki maślane 2szt- 100g, masło 15g dżem niskosłodzony 50g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

II ŚN sok owocowy 200ml

OB Koperkowa z makaronem 500ml, pulpet rybny pieczony rozdrobniony 80g, ziemniaki tłuczone 200g, jarzynki duszone 150g, Kompot 250ml, *Alergeny: GLU, SEL, MLE, RYB, JAJ*

KOL Bułka pszenna 120g, masło 10g, zupa jarzynowa miksowana 500ml, pasta mięsna 60g, Herbata z cukrem 250ml, *Alergeny: GLU, MLE*

PODW jogurt owocowy 150g, *Alergeny: MLE*

Suma: Kcal 2503, B 99,5g, W 369,3g, w tym cukry 52,6g, T 74,2g, NKT 32,3g, Błonnik 22,4g, Sód 2,0g

GLU– Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut), **SKO** – Skorupiaki i produkty pochodne, **JAJ** – Jaja i produkty pochodne, **RYB** – Ryby i produkty pochodne, **OZIEM** – Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, **SOJ** – Soja i produkty pochodne, **MLE** – Mleko i produkty pochodne (w tym laktoza), **ORZ** – Orzechy (migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowca, brazylijskie, pistacje), **SEL** – Seler i produkty pochodne, **GOR** – Gorczyca i produkty pochodne, **SEZ** – Nasiona sezamu i produkty pochodne, **SIA** – Dwutlenek siarki i siarczyny, **ŁUB** – Łubin i produkty pochodne, **MIE** – Mięczaki i produkty pochodne.

