

Jadłospis 05.10.2026r. - 25.10.2026r.

[illegible]

[illegible]

[illegible]

		<i>Śniadanie</i>	<i>Waga</i>	<i>Alergeny</i>	<i>Obiad</i>	<i>Waga</i>	<i>Alergeny</i>	<i>Kolacja</i>	<i>Waga</i>	<i>Alergeny</i>	Kcal	
	dieta podstawowa	Herbata	250ml		Brokułowa	250 ml	1,6,9,10	Herbata	250ml		Białka (g)	2300
V		Kajzerka	50g	1,6,7,11	Ryba panierowana	100g	3,7	Chleb pszenno-żytni	80g	1,6,7,11	Tłuszcze (g)	80
09.10		Chleb żytni	30g	1,6,7,11	Ziemniaki gotowane z koperkiem	200g	1	Pomidor	20g		w tym NKT (g)	75
		Masło 82 %	20g	7	Surówka z kapusty kiszonej	200g		Masło 82 %	20g	7	Węglowodany (g)	24
Pt		Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	7	Kompot	250ml		Salatka warzywna	80g	1,3,6,7,9,10	w tym cukry (g)	260
		Ser topiony	50g	3,7,9							Sód (g)	35
		Ogórek zielony	50g								Blonnik (g)	2
	dieta łatwostrawna											
								II kolacja:				
								Jogurt naturalny	100g	7		
	dieta łatwostrawna	Herbata	250ml		Brokułowa	250 ml	1,6,9,10	Herbata	250ml		Kcal	2200
V		Kajzerka	50g	1,6,7,11	Ryba gotowana	100g	3,7	Chleb pszenny	80g	1,6,7,11	Białka (g)	85
		Chleb żytni	30g	1,6,7,11	Ziemniaki gotowane z koperkiem	200g	1	Masło 82 %	20g	7	Tłuszcze (g)	65
09.10		Masło 82 %	20g	7	Warzywa gotowane	200g		Pomidor	20g		w tym NKT (g)	20
Pt		Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	7	Kompot	250ml		Salatka warzywna	80g	1,3,6,7,9,10	Węglowodany (g)	240
		Ser biały	50g	3,7,9							w tym cukry (g)	35
		Pomidor	50g								Sód (g)	2
											Blonnik (g)	26
	dieta cukrzycowa, dieta z ogr. Łatwo przyswajalnych węglowodanów											
								II kolacja:				
								Jogurt naturalny	100g	7		
	dieta cukrzycowa, dieta z ogr. Łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata	250ml		Brokułowa	250 ml	1,6,9,10	Herbata	250ml		Kcal	2150
V		Chleb razowy	80g	1,6,7,11	Ryba gotowana	100g	3,7	Chleb razowy	80g	1,6,7,11	Białka (g)	85
09.10		Masło 82 %	20g	7	Ziemniaki gotowane z koperkiem	200g	1	Pomidor	20g		Tłuszcze (g)	65
Pt		Płatki jęczmienne na mleku	250 ml	7	Surówka z kapusty kiszonej	200g		Masło 82 %	20g	7	w tym NKT (g)	20
		Ser topiony	50g	3,7,9	Kompot	250ml		Salatka warzywna	80g	1,3,6,7,9,10	Węglowodany (g)	220
		Ogórek zielony	50g								w tym cukry (g)	30
											Sód (g)	2
											Blonnik (g)	28
	dieta cukrzycowa											
								II kolacja:				
								Jogurt naturalny	100g	7		

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

		<i>Śniadanie</i>	<i>Waga</i>	<i>Alergeny</i>	<i>Obiad</i>	<i>Waga</i>	<i>Alergeny</i>	<i>Kolacja</i>	<i>Waga</i>	<i>Alergeny</i>	Kcal	2100
XIII	dieta podstawowa	Herbata	250ml		Koperkowa	250 ml	6,9,10	Herbata	250ml		Białka (g)	80
17.10		Chleb żytni	30g	1,6,7,11	Naleśniki z serem	270g	1,3,7,9,10	Chleb pszenno-żytni	80g	1,6,7,11	Tłuszcze (g)	85
		Kajzerka	50g	1,6,7,11	Jabłko	1 szt		Masło 82 %	20g	7	w tym NKT (g)	32
		Masło 82 %	20g	7	Kompot	250ml		Paszтет z warzywami	100g	1,6,9,10	Węglowodany (g)	240
sob		Ser topiony	50g	7							w tym cukry (g)	55
		Banan	1 szt								Sód (g)	2
		Jogurt naturalny	100 g	7							Błonnik (g)	18
								II kolacja:				
								sok warzywno – owocowy	150 ml			
		Herbata	250ml		Koperkowa	250 ml	6,9,10	Herbata	250ml		Kcal	2200
XIII	dieta łatwostrawna	Chleb żytni	30g	1,6,7,11	Pierogi z serem	270g	1,3,7,9,10	Chleb pszenno-żytni	80g	1,6,7,11	Białka (g)	75
17.10		Kajzerka	50g	1,6,7,11	Jabłko	1 szt		Masło 82 %	20g	7	Tłuszcze (g)	70
		Masło 82 %	20g	7	Kompot	250ml		Paszтет z warzywami	100g	1,6,9,10	w tym NKT (g)	28
sob		Wędlina drobiowa	50g	7							Węglowodany (g)	220
		Banan	1 szt								w tym cukry (g)	45
		Jogurt naturalny	100 g	7							Sód (g)	2
											Błonnik (g)	18
								II kolacja:				
								Sok pomidorowy	150 ml			
		Herbata	250ml		Koperkowa	250 ml	6,9,10	Herbata	250ml		Kcal	2000
XIII	dieta cukrzycowa, dieta z ogr. Łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy	80g	1,6,7,11	Naleśniki z serem	270g	1,3,7,9,10	Chleb pszenno-żytni	80g	1,6,7,11	Białka (g)	75
17.10		Masło 82 %	20g	7	Jabłko	1 szt		Masło 82 %	20g	7	Tłuszcze (g)	65
		Ser topiony	50g	7	Kompot	250ml		Paszтет z warzywami	100g	1,6,9,10	w tym NKT (g)	26
sob		Banan	1 szt								Węglowodany (g)	170
		Jogurt naturalny	100 g	7							w tym cukry (g)	35
											Sód (g)	2
											Błonnik (g)	22
								II kolacja:				
								Sok pomidorowy	150 ml			

[illegible]

[illegible]

		<i>Śniadanie</i>	<i>Waga</i>	<i>Alergeny</i>	<i>Obiad</i>	<i>Waga</i>	<i>Alergeny</i>	<i>Kolacja</i>	<i>Waga</i>	<i>Alergeny</i>	Kcal	2100
	dieta podstawowa	Herbata	250ml		Pomidorowa z makaronem	250 ml	<i>1,6,9,10</i>	Herbata	250ml		Białka (g)	85
XVI		Chleb żytni	30g	<i>1,6,7,11</i>	Naleśniki z serem i dżemem	270g	<i>7,9</i>	Chleb pszenno-żytni	80g	<i>1,6,7,11</i>	Tłuszcze (g)	70
20.10		Kajzerka	50g	<i>1,6,7,11</i>	Kompot	250ml		Masło 82 %	20g	7	w tym NKT (g)	28
		Masło 82 %	20g	7	Surówka z marchewki z jabłkiem	100g		Salatka warzywna	80g	<i>1,3,6,7,9,10</i>	Węglowodany (g)	240
wt.		Jogurt owocowe	100g	7							w tym cukry (g)	55
		Jajko z majonezem	50g	7							Sód (g)	2
		Pomidor	50g								Błonnik (g)	20
	dieta podstawowa											
								II kolacja:				
								Jabłko	1 szt			
	dieta łatwostrawna	Herbata	250ml		Pomidorowa z makaronem	250 ml	<i>1,6,9,10</i>	Herbata	250ml		Kcal	2200
XVI		Chleb żytni	30g	<i>1,6,7,11</i>	Knedle z truskawką	270g	<i>7,9</i>	Chleb pszenno-żytni	80g	<i>1,6,7,11</i>	Białka (g)	80
20.10		Kajzerka	50g	<i>1,6,7,11</i>	Kompot	250ml		Masło 82 %	20g	7	Tłuszcze (g)	60
		Masło 82 %	20g	7	Marchew gotowana	100g		Salatka warzywna	80g	<i>1,3,6,7,9,10</i>	w tym NKT (g)	24
wt.		Jogurt owocowe	100g	7							Węglowodany (g)	250
		Jajko	50g	7							w tym cukry (g)	60
		Pomidor	50g								Sód (g)	2
											Błonnik (g)	18
	dieta łatwostrawna											
								II kolacja:				
								Jabłko	1 szt			

[illegible]

		<i>Śniadanie</i>	<i>Waga</i>	<i>Alergeny</i>	<i>Obiad</i>	<i>Waga</i>	<i>Alergeny</i>	<i>Kolacja</i>	<i>Waga</i>	<i>Alergeny</i>	Kcal	2200
XVII 21.10 Śr	dieta podstawowa	Herbata	250ml		Kluski lane na rosole	250 ml	<i>1,6,9,10</i>	Herbata	250ml		Białka (g)	85
		Chleb żytni	30g	<i>1,6,7,11</i>	Ziemniaki gotowane z koperkiem	200g	<i>1,3,9,10</i>	Chleb pszenno-żytni	80g	<i>1,6,7,11</i>	Tłuszcze (g)	60
		Kajzerka	50g	<i>1,6,7,11</i>	Surówka z białej kapusty	200g		Masło 82 %	20g	7	w tym NKT (g)	24
		Masło 82 %	20g	7	Pulpet wieprzowy w sosie gotowany	100g	<i>1</i>	Galantyna z kurczaka z warzywami	80g	<i>1,6,9,10</i>	Węglowodany (g)	220
		Ser żółty	50g	7	Kompot	250ml		Papryka	20g		w tym cukry (g)	40
		Ogórek	50g								Sód (g)	2
		Jogurt naturalny	100g	7							Blonnik (g)	22
								II kolacja:				
								Galaretka owocowa	150 ml			
		Herbata	250ml		Kluski lane na rosole	250 ml	<i>1,6,9,10</i>	Herbata	250ml		Kcal	2200
XVII 21.10 Śr	dieta łatwostrawna	Chleb żytni	30g	<i>1,6,7,11</i>	Ziemniaki gotowane z koperkiem	200g	<i>1,3,9,10</i>	Chleb pszenny	100g	<i>1,6,7,11</i>	Białka (g)	90
		Kajzerka	50g	<i>1,6,7,11</i>	Warzywa gotowane	200g		Galantyna z kurczaka z warzywami	100g	<i>1,6,9,10</i>	Tłuszcze (g)	55
		Masło 82 %	20g	7	Pulpet wieprzowy w sosie gotowany	100g	<i>1</i>	Masło 82 %	20g	7	w tym NKT (g)	22
		Wędlina drobiowa	50g	7	Kompot	250ml		Papryka	20g		Węglowodany (g)	210
		Ogórek	50g								w tym cukry (g)	35
		Jogurt naturalny	100g	7							Sód (g)	2
											Blonnik (g)	18
								II kolacja:				
								Galaretka owocowa	150 ml			

[illegible]

[illegible]

[illegible]

		<i>Śniadanie</i>	<i>Waga</i>	<i>Alergeny</i>	<i>Obiad</i>	<i>Waga</i>	<i>Alergeny</i>	<i>Kolacja</i>	<i>Waga</i>	<i>Alergeny</i>					
XXI 25.10	niedz	dieta podstawowa	Jogurt owocowy	100g	7	Rosół z makaronem	250 ml	6,9,10	Herbata	250ml		Kcal	2100		
			Herbata	250ml		Ziemniaki gotowane z koperkiem	200g	1	Chleb pszenno-żytni	80g	1,6,7,11	Białka (g)	90		
Kajzerka			50g	1,6,7,11	Udko pieczone	120g	6,7,9,10	Masło 82 %	20g	7	Tłuszcze (g)	75			
Chleb żytni			30g	1,6,7,11	Buraczki	200g		Pasztet pieczony z warzywami	50 g	9,1	w tym NKT (g)	28			
Masło 82 %			20g	7	Kompot	250ml		Ogórek kiszony	50 g		Węglowodany (g)	220			
Serek topiony			50g	7							w tym cukry (g)	35			
Ogórek zielony			50g								Sód (g)	2			
												Blonnik (g)	22		
								II kolacja:							
								Serek wiejski	100g	7					
		Jogurt owocowy	100g	7	Rosół z makaronem	250 ml	6,9,10	Herbata	250ml		Kcal	2000			
XXI 25.10	niedz	dieta łatwostrawna	Herbata	250ml		Ziemniaki gotowane z koperkiem	200g	1	Chleb pszenny	80g	1,6,7,11	Białka (g)	90		
Kajzerka			50g	1,6,7,11	Udko gotowane	120g	6,7,9,10	Masło 82 %	20g	7	Tłuszcze (g)	70			
Chleb żytni			30g	1,6,7,11	Buraczki gotowane	200g		Kielbasa krakowska	50g	9,1	w tym NKT (g)	28			
Masło 82 %			20g	7	Kompot	250ml		Ogórek	50 g		Węglowodany (g)	200			
Serek biały			50g	7							w tym cukry (g)	30			
Ogórek zielony			50g								Sód (g)	2			
											Blonnik (g)	18			
								II kolacja:							
								Serek wiejski	100g	7					
XXI 25.10	niedz	dieta cukrzycowa, dieta z ogr. Łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny	100g	7	Rosół z makaronem	250 ml	6,9,10	Herbata	250ml		Kcal	2000		
Herbata			250ml		Ziemniaki gotowane z koperkiem	200g	1	Chleb razowy	80g	1,6,7,11	Białka (g)	95			
Chleb razowy			80g	1,6,7,11	Udko pieczone	120g	6,7,9,10	Masło 82 %	20g	7	Tłuszcze (g)	65			
Masło 82 %			20g	7	Buraczki	200g		Pasztet pieczony z warzywami	50 g	9,1	w tym NKT (g)	24			
Serek topiony			50g	7	Kompot	250ml		Ogórek kiszony	50 g		Węglowodany (g)	170			
Ogórek zielony			50g								w tym cukry (g)	25			
											Sód (g)	2			
											Blonnik (g)	26			
										II kolacja:					
										Serek wiejski	100g	7			

