Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-19 do dnia 2026-10-28 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	Pn	SUMA
2026-10-19 poniedziałek	Podstawowa	Chleb pszenny 40 g, Zawiera: ***(1)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Mielonka wieprzowa 30 g Ser żółty 30 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Ogórek kiszony 50 g	Śliwka 100 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Gołąbki mięsne z ryżem i sosem pomidorowym 150 g, Zawiera: ***(1, 7)*** Kalafior gotowany 50 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb pszenny 40 g, Zawiera: ***(1)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Twarożek z koperkiem 60 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Herbata z/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt owocowy 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 947,5** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,5** **Węglowodany ogółem [g] 290,7** **suma cukrów prostych [g] 50,3** **Tłuszcz [g] 55,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4** **Błonnik pokarmowy [g] 28,5** **Sól [g] 5,3**
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Ser topiony 17,5 g, Zawiera: ***(7)***	Jabłko 150 g	Zupa Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Ryż 100 g Potrawka z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchwi i jabłka 100 g	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Jajko 50 g, Zawiera: ***(3)*** Sałata masłowa 20 g Herbata z/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt owocowy 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 077,9** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,8** **Węglowodany ogółem [g] 313,9** **suma cukrów prostych [g] 50,7** **Tłuszcz [g] 58,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27** **Błonnik pokarmowy [g] 21,9** **Sól [g] 4,2**
	Bogatoresztkowa	Chleb graham 120 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Ser żółty 30 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Rzodkiewka 20 g	Banan 150 g	Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ryż brązowy 100 g Potrawka z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 150 g	Chleb graham 120 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Jajko 50 g, Zawiera: ***(3)*** Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Mus warzywny 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 011,2** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,5** **Węglowodany ogółem [g] 283,5** **suma cukrów prostych [g] 66** **Tłuszcz [g] 66,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8** **Błonnik pokarmowy [g] 36,5** **Sól [g] 4,2**
	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Ser żółty 30 g, Zawiera: ***(7)***	Jabłko 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Potrawka z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Jajko 50 g, Zawiera: ***(3)*** Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt owocowy 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 943** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,8** **Węglowodany ogółem [g] 261** **suma cukrów prostych [g] 41,5** **Tłuszcz [g] 65,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1** **Błonnik pokarmowy [g] 19,3** **Sól [g] 4,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-19 poniedziałek	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żoł	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Serek Almette 1 szt, Zawiera: ***(7)***	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: ***(9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Jajko 50 g, Zawiera: ***(3)*** Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 916,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91 Węglowodany ogółem [g] 247,8 suma cukrów prostych [g] 42,8 Tłuszcz [g] 64,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Błonnik pokarmowy [g] 16,9 Sól [g] 4,2**
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Serek Almette 1 szt, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)***	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ryż 100 g Potrawka z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Pasta z białek 70 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 103,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,5 Węglowodany ogółem [g] 302,1 suma cukrów prostych [g] 46,7 Tłuszcz [g] 63,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,8 Sól [g] 4,2**
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Chleb graham 120 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Ser żółty 30 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Rzodkiewka 20 g	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Gołąbki mięsne z ryżem i sosem pomidorowym 150 g, Zawiera: ***(1, 7)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Kalafior gotowany 50 g	Chleb graham 120 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Pasta z sera białego i koperku 70 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 912,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,1 Węglowodany ogółem [g] 274,2 suma cukrów prostych [g] 51,9 Tłuszcz [g] 57,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 Sól [g] 4,1**
	Z ogr łatwo przyswaj węglowoda i tłuszczy	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Ser biały M 50 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)***	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ryż 100 g Potrawka z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Serek Almette 1 szt, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 064,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 306,8 suma cukrów prostych [g] 52,9 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 Sól [g] 3,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-19 poniedziałek	Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Szynka gotowana 30 g	Jabłko 150 g Kisiel o smaku malinowym 150 g	Zupa Grysikowa 400 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: ***(9)*** Herbata b/c 250 ml Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 763,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 261 suma cukrów prostych [g] 54,1 Tłuszcz [g] 51 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 Błonnik pokarmowy [g] 21 Sól [g] 3,4**
	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ryż 100 g Potrawka z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 150 g	Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g	Mus owocowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 092,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 76,1 Węglowodany ogółem [g] 352,9 suma cukrów prostych [g] 78,2 Tłuszcz [g] 46,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Sól [g] 1,7**
	Kleikowa	Kleik z kaszy jęczmiennej 300 ml, Zawiera: ***(1)*** Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Kleik owsiany 400 ml, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 302,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 263,3 suma cukrów prostych [g] 1,3 Tłuszcz [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Sól [g] 1,2**
	Bezmleczna	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Polędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 350 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: ***(9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Mus owocowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 900,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,3 Węglowodany ogółem [g] 281 suma cukrów prostych [g] 67,9 Tłuszcz [g] 52,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,3 Sól [g] 4,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-20 wtorek	Podstawowa	Chleb pszenny 40 g, Zawiera: ***(1)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Pasta twarogowo-rybna 70 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Pomidor 50 g	Gruszka 120 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ryż 100 g Gulasz drobiowy z warzywami 100 g, Zawiera: ***(1, 9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g	Chleb pszenny 40 g, Zawiera: ***(1)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g Ser topiony 17,5 g, Zawiera: ***(7)***	Soczek kartonik 200 ml	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 297,1** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,3** **Węglowodany ogółem [g] 308,2** **suma cukrów prostych [g] 66,1** **Tłuszcz [g] 83,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4** **Błonnik pokarmowy [g] 29,4** **Sól [g] 5,3**
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Ser żółty 30 g, Zawiera: ***(7)*** Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml, Zawiera: ***(1, 3, 7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Udziec z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g Brokuł gotowany 100 g	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Mus warzywny 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 286,9** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,2** **Węglowodany ogółem [g] 303,9** **suma cukrów prostych [g] 62,3** **Tłuszcz [g] 76,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5** **Błonnik pokarmowy [g] 24,7** **Sól [g] 5**
	Bogatoresztkowa	Chleb graham 120 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Pasta twarogowo-rybna 70 g, Zawiera: ***(7)*** Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)***	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	Zupa Pomidorowa 300 ml, Zawiera: ***(9)*** Kasza jęczmienna 100 g, Zawiera: ***(1)*** Udko gotowane z warzywami 150 g, Zawiera: ***(9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g, Zawiera: ***(3, 7, 9)***	Chleb graham 120 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Serek wiejski 200 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 132,1** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,8** **Węglowodany ogółem [g] 244,3** **suma cukrów prostych [g] 62,7** **Tłuszcz [g] 78,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6** **Błonnik pokarmowy [g] 32,7** **Sól [g] 7,1**
	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Twarożek z koperkiem 60 g, Zawiera: ***(7)***	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml, Zawiera: ***(1, 3, 7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Udziec z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g Brokuł gotowany 100 g	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 40 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 250,8** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,4** **Węglowodany ogółem [g] 290,5** **suma cukrów prostych [g] 49,3** **Tłuszcz [g] 74,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4** **Błonnik pokarmowy [g] 24** **Sól [g] 4,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-20 wtorek	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żoł	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Ser biały 60 g, Zawiera: ***(7)***	Budyń o smaku waniliowym 150 g, Zawiera: ***(7)***	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Udziec z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 203,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,7 Węglowodany ogółem [g] 269,7 suma cukrów prostych [g] 38,9 Tłuszcz [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Błonnik pokarmowy [g] 17,7 Sól [g] 4,8**
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)*** Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml, Zawiera: ***(1, 3, 7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Udziec z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Ser biały 60 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 376,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,8 Węglowodany ogółem [g] 326,3 suma cukrów prostych [g] 61,7 Tłuszcz [g] 74,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,2 Sól [g] 4,6**
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Chleb graham 120 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Pasta twarogowo-rybna 60 g, Zawiera: ***(7)*** Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml, Zawiera: ***(1, 3, 7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Udziec z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g, Zawiera: ***(3, 7, 9)***	Chleb graham 120 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Ogórek świeży 50 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 150,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109 Węglowodany ogółem [g] 261,5 suma cukrów prostych [g] 56,8 Tłuszcz [g] 81,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Sól [g] 4,6**
	Z ogr łatwo przyswaj węglowoda i tłuszczy	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml, Zawiera: ***(1, 3, 7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Udziec z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Ser biały 60 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 122,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,1 Węglowodany ogółem [g] 288,8 suma cukrów prostych [g] 51,6 Tłuszcz [g] 67,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 Sól [g] 4,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-19 do dnia 2026-10-28 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-20 wtorek	Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Szynka gotowana 30 g Kleik ryżowy 300 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Udziec z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g Dżem 25 g	Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Kleik ryżowy 300 ml	Banan 150 g Wafle ryżowe 1 szt	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 300,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 378,8 suma cukrów prostych [g] 65,1 Tłuszcz [g] 55,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Sól [g] 3,8**
	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Polędwica Sopocka 30 g	Jabłko pieczone 120 g Miód 25 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml, Zawiera: ***(1, 3, 7, 9)*** Knedle z jabłkiem 200 g, Zawiera: ***(3)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g Kalafior gotowany 50 g	Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Twarożek z pietruszką 60 g, Zawiera: ***(7)*** Dżem 25 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 111,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 365,3 suma cukrów prostych [g] 63,2 Tłuszcz [g] 49,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Sól [g] 1,2**
	Kleikowa	Kleik z kaszy jęczmiennej 300 ml, Zawiera: ***(1)*** Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Kleik owsiany 400 ml, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 302,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 263,3 suma cukrów prostych [g] 1,3 Tłuszcz [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Sól [g] 1,2**
	Bezmleczna	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: ***(9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Polędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 832,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,7 Węglowodany ogółem [g] 270,2 suma cukrów prostych [g] 62,7 Tłuszcz [g] 50,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 4,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-21 środa	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb pszenny 60 g, Zawiera: ***(1)*** Chleb graham 30 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabielana 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Kasza jęczmienna 100 g, Zawiera: ***(1)*** Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Surówka z kapusty czerwonej 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet wieprzowy 100 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Sos pieczarkowy 150 ml, Zawiera: ***(1, 7)***	Rzodkiewka 20 g Herbata b/c 250 ml Chleb pszenny 40 g, Zawiera: ***(1)*** Chleb graham 30 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Ser żółty 30 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g	Jogurt morelowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 124,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,3 Węglowodany ogółem [g] 270,2 suma cukrów prostych [g] 53,1 Tłuszcz [g] 80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 Sól [g] 5,8**
	Łatwostrawna	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Parówka z indyka 70 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)***	Banan 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 200 g, Zawiera: ***(7)*** Bukiet warzyw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet drobiowy 100 g, Zawiera: ***(1, 3)***	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Serek Almette 1 szt, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 242,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,4 Węglowodany ogółem [g] 298,3 suma cukrów prostych [g] 59,7 Tłuszcz [g] 78,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 Sól [g] 5**
	Bogatoresztkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 90 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Parówka z indyka 70 g Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)***	Jabłko 150 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabielana 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Kasza jęczmienna 100 g, Zawiera: ***(1)*** Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Surówka z kapusty czerwonej 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet drobiowy 100 g, Zawiera: ***(1, 3)***	Herbata b/c 250 ml Chleb graham 90 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Serek Almette 1 szt, Zawiera: ***(7)*** Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 119,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,3 Węglowodany ogółem [g] 258,2 suma cukrów prostych [g] 52,8 Tłuszcz [g] 86,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Sól [g] 5,4**
	Bogatobiałkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Parówka z indyka 70 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g	Banan 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 200 g, Zawiera: ***(7)*** Bukiet warzyw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet drobiowy 100 g, Zawiera: ***(1, 3)***	Herbata b/c 250 ml Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Rzodkiewka 20 g Serek Almette 1 szt, Zawiera: ***(7)*** Sałata zielona 20 g	Jogurt morelowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 244,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,3 Węglowodany ogółem [g] 298,9 suma cukrów prostych [g] 59,7 Tłuszcz [g] 78,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-21 środa	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żoł	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)***	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Warzywa duszone 150 g, Zawiera: ***(9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet drobiowy 100 g, Zawiera: ***(1, 3)***	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Ser biały 60 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 20 g	Jogurt truskawkowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 366,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,6 Węglowodany ogółem [g] 302 suma cukrów prostych [g] 51,9 Tłuszcz [g] 86,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 Błonnik pokarmowy [g] 19,7 Sól [g] 5,1**
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet drobiowy 100 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Sos jarzynowy 100 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)***	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Twarożek z koperkiem 60 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 155,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,7 Węglowodany ogółem [g] 294,9 suma cukrów prostych [g] 67,9 Tłuszcz [g] 70,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,7 Sól [g] 4,8**
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 90 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g Rzodkiewka 20 g	Jabłko 150 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabielana 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Kasza jęczmienna 100 g, Zawiera: ***(1)*** Pulpet drobiowy 100 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Sos jarzynowy 100 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Surówka z kapusty czerwonej 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z selera 100 g, Zawiera: ***(3, 9)***	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 90 g, Zawiera: ***(1)*** Galaretka drobiowa 100 g, Zawiera: ***(9)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 995,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,1 Węglowodany ogółem [g] 240,8 suma cukrów prostych [g] 44,8 Tłuszcz [g] 78,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Sól [g] 5,1**
	Z ogr łatwo przyswaj węglowoda i tłuszczy	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Sos jarzynowy 100 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet drobiowy 100 g, Zawiera: ***(1, 3)***	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Galaretka drobiowa 100 g, Zawiera: ***(9)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 121,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,7 Węglowodany ogółem [g] 270 suma cukrów prostych [g] 44,2 Tłuszcz [g] 75,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Błonnik pokarmowy [g] 18 Sól [g] 4,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-21 środa	Dieta biegunkowa	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Dżem 25 g Polędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml Kleik ryżowy 300 ml	Banan 150 g Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Pulpet drobiowy 100 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy z/c 200 ml	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 2 szt	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 152,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 361,8 suma cukrów prostych [g] 74 Tłuszcz [g] 49,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,6 Sól [g] 3,7**
	Niskobiałkowa	Herbata z/c 250 ml Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Dżem 25 g Szynka gotowana 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Sos jarzynowy 100 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Warzywa duszone 150 g, Zawiera: ***(9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet drobiowy 100 g, Zawiera: ***(1, 3)***	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Soczek kartonik 200 ml	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 986,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 305,3 suma cukrów prostych [g] 63,3 Tłuszcz [g] 57,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,5 Sól [g] 1,7**
	Kleikowa	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Kleik ryżowy 400 ml Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 172,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 14,1 Węglowodany ogółem [g] 251,3 suma cukrów prostych [g] 0,3 Tłuszcz [g] 7,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 Błonnik pokarmowy [g] 10,3 Sól [g] 1,3**
	Bezmleczna	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: ***(9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Polędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 832,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,7 Węglowodany ogółem [g] 270,2 suma cukrów prostych [g] 62,7 Tłuszcz [g] 50,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 4,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-22 czwartek	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)*** Chleb pszenny 40 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Jajko 50 g, Zawiera: ***(3)*** Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)***	Jabłko 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Schab duszony 100 g, Zawiera: ***(1)*** Sałatka z buraka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z selera 100 g, Zawiera: ***(3, 9)***	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb pszenny 40 g, Zawiera: ***(1)*** Chleb graham 30 g, Zawiera: ***(1)*** Pasztet drobiowy 50 g Twarożek ze szczypiorkiem 60 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt morelowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 135,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,3 Węglowodany ogółem [g] 277,3 suma cukrów prostych [g] 64,8 Tłuszcz [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Sól [g] 4,3**
	Łatwostrawna	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabielana 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: ***(9)*** Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Ser żółty 30 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Soczek kartonik 200 ml	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 206,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,7 Węglowodany ogółem [g] 327,2 suma cukrów prostych [g] 94,7 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Błonnik pokarmowy [g] 19,1 Sól [g] 4,5**
	Bogatoresztkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 90 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Ser żółty 30 g, Zawiera: ***(7)*** Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabielana 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: ***(1)*** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: ***(9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchwi i jabłka 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 90 g, Zawiera: ***(1)*** Pasta z sera białego i szczypiorku 60 g, Zawiera: ***(7)*** Pasztet drobiowy 50 g Sałata masłowa 20 g Ogórek świeży 50 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 942,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,7 Węglowodany ogółem [g] 239,5 suma cukrów prostych [g] 49,4 Tłuszcz [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Sól [g] 4,2**
	Bogatobiałkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Jajko 50 g, Zawiera: ***(3)*** Papryka czerwona 40 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabielana 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: ***(9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Pasztet drobiowy 50 g Ser biały 60 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt morelowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 987,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,7 Węglowodany ogółem [g] 256 suma cukrów prostych [g] 53,4 Tłuszcz [g] 66,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 Błonnik pokarmowy [g] 18,9 Sól [g] 4,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-22 czwartek	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żoł	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: **(7)** Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: **(1, 7)** Masło extra 15 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Polędwica Sopocka 30 g Jajko 50 g, Zawiera: **(3)** Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Grysikowa 300 ml, Zawiera: **(1, 9)** Ziemniaki 250 g, Zawiera: **(7)** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: **(9)** Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Ser biały 60 g, Zawiera: **(7)** Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: **(7)**	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 183,4** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,5** **Węglowodany ogółem [g] 294,7** **suma cukrów prostych [g] 57** **Tłuszcz [g] 65,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2** **Błonnik pokarmowy [g] 19,6** **Sól [g] 4,3**
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: **(7)** Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: **(1, 7)** Masło extra 15 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Polędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 20 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabielana 300 ml, Zawiera: **(7, 9)** Ziemniaki 250 g, Zawiera: **(7)** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: **(9)** Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy z/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Ser biały 60 g, Zawiera: **(7)** Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt owocowy 100 g, Zawiera: **(7)**	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 111** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,9** **Węglowodany ogółem [g] 311** **suma cukrów prostych [g] 82,6** **Tłuszcz [g] 54,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7** **Błonnik pokarmowy [g] 18,6** **Sól [g] 3,9**
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: **(7)** Masło extra 15 g, Zawiera: **(7)** Chleb graham 90 g, Zawiera: **(1)** Polędwica Sopocka 30 g Ogórek kiszony 50 g Ser żółty 30 g, Zawiera: **(7)** Papryka czerwona 40 g Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: **(1, 7)**	Jabłko 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabielana 300 ml, Zawiera: **(7, 9)** Ziemniaki 250 g, Zawiera: **(7)** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: **(9)** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Fasolka szparagowa gotowana 100 g Marchewka gotowana z olejem 150 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: **(7)** Chleb graham 90 g, Zawiera: **(1)** Pasta z sera białego z cebulką 60 g, Zawiera: **(7)** Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Ogórek świeży 50 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: **(7)**	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 931,4** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,1** **Węglowodany ogółem [g] 236,3** **suma cukrów prostych [g] 60,1** **Tłuszcz [g] 66** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8** **Błonnik pokarmowy [g] 29** **Sól [g] 5,1**
	Z ogr łatwo przyswaj węglowoda i tłuszczy	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: **(7)** Masło extra 15 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Polędwica Sopocka 30 g Serek Almette 1 szt, Zawiera: **(7)** Sałata zielona 20 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabielana 300 ml, Zawiera: **(7, 9)** Ziemniaki 250 g, Zawiera: **(7)** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: **(9)** Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Ser biały 60 g, Zawiera: **(7)** Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: **(7)**	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 907,4** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,6** **Węglowodany ogółem [g] 253,4** **suma cukrów prostych [g] 54,6** **Tłuszcz [g] 59,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5** **Błonnik pokarmowy [g] 17,3** **Sól [g] 4,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-22 czwartek	Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Szynka gotowana 30 g	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: ***(9)*** Herbata b/c 250 ml Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1749,7** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 75,9** **Węglowodany ogółem [g] 274** **suma cukrów prostych [g] 62,4** **Tłuszcz [g] 43** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2** **Błonnik pokarmowy [g] 20,4** **Sól [g] 3,4**
	Niskobiałkowa	Herbata b/c 250 ml Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Naleśnik z jabłkiem 2 szt, Zawiera: ***(1, 3, 7)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Bukiet warzyw 150 g	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Miód 25 g Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Soczek kartonik 200 ml	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1839,2** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 57,9** **Węglowodany ogółem [g] 335,8** **suma cukrów prostych [g] 79,2** **Tłuszcz [g] 34,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7** **Błonnik pokarmowy [g] 26,3** **Sól [g] 1,3**
	Kleikowa	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Kleik ryżowy 400 ml Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1172,5** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 14,1** **Węglowodany ogółem [g] 251,3** **suma cukrów prostych [g] 0,3** **Tłuszcz [g] 7,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3** **Błonnik pokarmowy [g] 10,3** **Sól [g] 1,3**
	Bezmleczna	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: ***(9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Polędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1832,7** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,7** **Węglowodany ogółem [g] 270,2** **suma cukrów prostych [g] 62,7** **Tłuszcz [g] 50,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5** **Błonnik pokarmowy [g] 19,2** **Sól [g] 4,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-19 do dnia 2026-10-28 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-23 piątek	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb pszenny 40 g, Zawiera: ***(1)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Pasta z sera białego z cebulką 60 g, Zawiera: ***(7)*** Jajko 50 g, Zawiera: ***(3)*** Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Barszcz ukraiński 300 ml, Zawiera: ***(9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Ryba Morszczuk na parze 100 g, Zawiera: ***(4)*** Surówka z kiszonej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchwi i jabłka 100 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb pszenny 40 g, Zawiera: ***(1)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Ser żółty 30 g, Zawiera: ***(7)*** Pasztetowa 50 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g	Jogurt morelowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 220,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 275,7 suma cukrów prostych [g] 64,7 Tłuszcz [g] 86,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 Sól [g] 5,3**
	Łatwostrawna	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Pasta z sera białego i koperku 60 g, Zawiera: ***(7)*** Jajko 50 g, Zawiera: ***(3)*** Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Ryba Morszczuk na parze 100 g, Zawiera: ***(4)*** Sałatka z buraka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Herbata b/c 250 ml Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Ser topiony 17,5 g, Zawiera: ***(7)*** Dżem 25 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g	Jogurt morelowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 004,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 61,2 Węglowodany ogółem [g] 272,8 suma cukrów prostych [g] 67,5 Tłuszcz [g] 69,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 3,2**
	Bogatoresztkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 90 g, Zawiera: ***(1)*** Pasta z sera białego z cebulką 60 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)*** Ogórek kiszony 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Ryba Morszczuk na parze 100 g, Zawiera: ***(4)*** Surówka z kiszonej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 100 g	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 90 g, Zawiera: ***(1)*** Ser żółty 30 g, Zawiera: ***(7)*** Jajko 50 g, Zawiera: ***(3)*** Sałata masłowa 20 g Papryka czerwona 40 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 035,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 240 suma cukrów prostych [g] 64,5 Tłuszcz [g] 81,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Sól [g] 5,2**
	Bogatobiałkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 30 g, Zawiera: ***(1)*** Pasta z sera białego z cebulką 60 g, Zawiera: ***(7)*** sałata zielona 10 g Jajko 50 g, Zawiera: ***(3)*** Pomidor 50 g Chleb pszenny 60 g, Zawiera: ***(1)***	Banan 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Ryba Morszczuk na parze 100 g, Zawiera: ***(4)*** Sałatka z buraka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Ser żółty 30 g, Zawiera: ***(7)*** Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 967,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 244,4 suma cukrów prostych [g] 56 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 Sól [g] 4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-19 do dnia 2026-10-28 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-23 piątek	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żoł	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Pasta z sera białego i koperku 60 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Szynka gotowana 30 g	Budyń o smaku waniliowym 150 g, Zawiera: ***(7)***	Zupa Grysikowa 300 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Ryba Morszczuk na parze 100 g, Zawiera: ***(4)*** Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Herbata b/c 250 ml Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Jajko na miękko 50 g, Zawiera: ***(3)*** Polędwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g	Galaretka owocowa 150 ml	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 236,7** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,4** **Węglowodany ogółem [g] 291,1** **suma cukrów prostych [g] 50,7** **Tłuszcz [g] 73** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6** **Błonnik pokarmowy [g] 18,1** **Sól [g] 4,1**
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Pasta z sera białego i koperku 60 g, Zawiera: ***(7)*** Dżem 25 g Sałata zielona 10 g Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)***	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Ryba Morszczuk na parze 100 g, Zawiera: ***(4)*** Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Herbata b/c 250 ml Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Pomidor 50 g sałata zielona 10 g Pasta z białek 70 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Szynka gotowana 30 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 117,2** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,1** **Węglowodany ogółem [g] 298,9** **suma cukrów prostych [g] 68,8** **Tłuszcz [g] 62,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7** **Błonnik pokarmowy [g] 21,9** **Sól [g] 3,7**
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 90 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Pasta z sera białego i koperku 60 g, Zawiera: ***(7)*** Ogórek kiszony 50 g Papryka czerwona 40 g Sałata masłowa 20 g Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)***	Jabłko 150 g	Zupa Barszcz ukraiński 300 ml, Zawiera: ***(9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Ryba Morszczuk na parze 100 g, Zawiera: ***(4)*** Surówka z kiszonej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchewki i jabłka 100 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 90 g, Zawiera: ***(1)*** Ser żółty 30 g, Zawiera: ***(7)*** Jajko 50 g, Zawiera: ***(3)*** Ogórek świeży 50 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 071,9** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,4** **Węglowodany ogółem [g] 260,5** **suma cukrów prostych [g] 62,5** **Tłuszcz [g] 74,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1** **Błonnik pokarmowy [g] 38,9** **Sól [g] 5,4**
	Z ogr łatwo przyswaj węglowoda i tłuszczy	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Pasta z sera białego i koperku 60 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Szynka gotowana 30 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Ryba Morszczuk na parze 100 g, Zawiera: ***(4)*** Warzywa duszone 150 g, Zawiera: ***(9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Herbata b/c 250 ml Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Pasta z białek 70 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 316,8** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,6** **Węglowodany ogółem [g] 300,5** **suma cukrów prostych [g] 63,8** **Tłuszcz [g] 81,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1** **Błonnik pokarmowy [g] 23,6** **Sól [g] 4,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-19 do dnia 2026-10-28 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-23 piątek	Dieta biegunkowa	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Kleik ryżowy 300 ml	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ryż z jabłkami 200 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 2 szt	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 948,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 48 Węglowodany ogółem [g] 364,5 suma cukrów prostych [g] 71,2 Tłuszcz [g] 36,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 Sól [g] 3**
	Niskobiałkowa	Herbata b/c 250 ml Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Pasta z sera białego i koperku 60 g, Zawiera: ***(7)*** Dżem 25 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Ryba Morszczuk na parze 100 g, Zawiera: ***(4)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 100 g	Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Herbata b/c 250 ml Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Miód 25 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g	Mus warzywny 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 026,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 58,2 Węglowodany ogółem [g] 297,2 suma cukrów prostych [g] 59,1 Tłuszcz [g] 61,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,9 Sól [g] 0,6**
	Kleikowa	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Kleik ryżowy 400 ml Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 172,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 14,1 Węglowodany ogółem [g] 251,3 suma cukrów prostych [g] 0,3 Tłuszcz [g] 7,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 Błonnik pokarmowy [g] 10,3 Sól [g] 1,3**
	Bezmleczna	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Ryba Morszczuk na parze 100 g, Zawiera: ***(4)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Polędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 845 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 50,4 Węglowodany ogółem [g] 269,8 suma cukrów prostych [g] 62,4 Tłuszcz [g] 57,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Błonnik pokarmowy [g] 19 Sól [g] 3,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-24 sobota	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: **(7)** Masło extra 15 g, Zawiera: **(7)** Chleb pszenny 40 g, Zawiera: **(1)** Chleb graham 80 g, Zawiera: **(1)** Serek Almette 1 szt, Zawiera: **(7)** Szynka gotowana 30 g sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: **(1, 7)**	Gruszka 120 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml, Zawiera: **(1, 3, 7, 9)** Ziemniaki 250 g, Zawiera: **(7)** Udko duszone z warzywami 170 g, Zawiera: **(9)** Surówka z marchwi i jabłka 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: **(7)** Herbata b/c 250 ml Chleb pszenny 40 g, Zawiera: **(1)** Chleb graham 80 g, Zawiera: **(1)** Polędwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g, Zawiera: **(3, 7)** Sałata masłowa 20 g Rzodkiewka 20 g	Mus warzywny 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 401,7** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,1** **Węglowodany ogółem [g] 294,2** **suma cukrów prostych [g] 65,3** **Tłuszcz [g] 96,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,9** **Błonnik pokarmowy [g] 33** **Sól [g] 4,6**
	Łatwostrawna	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: **(7)** Masło extra 15 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g, Zawiera: **(7)** Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: **(1, 7)**	Banan 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml, Zawiera: **(7, 9)** Ziemniaki 250 g, Zawiera: **(7)** Bukiet warzyw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet drobiowy 100 g, Zawiera: **(1, 3)** Sos jarzynowy 100 ml, Zawiera: **(1, 7, 9)**	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Pasta z sera białego z cebulką 60 g, Zawiera: **(7)** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Mus warzywny 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 331,2** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,9** **Węglowodany ogółem [g] 328,5** **suma cukrów prostych [g] 71,3** **Tłuszcz [g] 69,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9** **Błonnik pokarmowy [g] 25,6** **Sól [g] 4,6**
	Bogatoresztkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: **(7)** Masło extra 15 g, Zawiera: **(7)** Chleb graham 90 g, Zawiera: **(1)** Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g, Zawiera: **(7)** Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml, Zawiera: **(7, 9)** Ziemniaki 250 g, Zawiera: **(7)** Udko duszone z warzywami 170 g, Zawiera: **(9)** Surówka z marchwi i jabłka 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: **(7)** Herbata b/c 250 ml Chleb graham 80 g, Zawiera: **(1)** Polędwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g, Zawiera: **(3, 7)** Sałata masłowa 20 g Rzodkiewka 20 g Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: **(1, 7)**	Mus warzywny 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 101,5** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,4** **Węglowodany ogółem [g] 236,5** **suma cukrów prostych [g] 64,5** **Tłuszcz [g] 90,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4** **Błonnik pokarmowy [g] 30** **Sól [g] 4,2**
	Bogatobiałkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: **(7)** Masło extra 15 g, Zawiera: **(7)** Chleb pszenny 40 g, Zawiera: **(1)** Chleb graham 80 g, Zawiera: **(1)** Galaretka drobiowa 100 g, Zawiera: **(9)** Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml, Zawiera: **(7, 9)** Ziemniaki 250 g, Zawiera: **(7)** Pulpet drobiowy 100 g, Zawiera: **(1, 3)** Surówka z marchwi i jabłka 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos jarzynowy 100 ml, Zawiera: **(1, 7, 9)**	Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: **(7)** Herbata b/c 250 ml Chleb pszenny 40 g, Zawiera: **(1)** Chleb graham 80 g, Zawiera: **(1)** Polędwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g, Zawiera: **(3, 7)** Sałata masłowa 20 g Ogórek kiszony 50 g	Mus warzywny 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 026,4** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,1** **Węglowodany ogółem [g] 265** **suma cukrów prostych [g] 55,4** **Tłuszcz [g] 68,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2** **Błonnik pokarmowy [g] 29,4** **Sól [g] 5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-24 sobota	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żoł	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka kajzerka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Ser biały 60 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Szynka gotowana 30 g Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)***	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Udko gotowane z warzywami 170 g, Zawiera: ***(9)*** Warzywa duszone 150 g, Zawiera: ***(9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 208,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,3 Węglowodany ogółem [g] 286,1 suma cukrów prostych [g] 54,6 Tłuszcz [g] 75,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 Sól [g] 4,4**
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Galaretka drobiowa 100 g, Zawiera: ***(9)*** Sałata zielona 20 g Polędwica Sopocka 30 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Pulpet drobiowy 100 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Warzywa duszone 150 g, Zawiera: ***(9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos jarzynowy 100 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)***	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Dżem 25 g Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g	Mus warzywny 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 289,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,1 Węglowodany ogółem [g] 323,7 suma cukrów prostych [g] 68,2 Tłuszcz [g] 70,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Sól [g] 4**
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Galaretka drobiowa 100 g, Zawiera: ***(9)*** Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Pulpet drobiowy 100 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Surówka z marchwi i jabłka 100 g Brokuł gotowany 50 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos jarzynowy 100 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)***	Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Herbata b/c 250 ml Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Sałata masłowa 20 g Rzodkiewka 20 g	Kanapka nocna 130 g, Zawiera: ***(1, 7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 920,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103 Węglowodany ogółem [g] 210 suma cukrów prostych [g] 36,8 Tłuszcz [g] 79,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 Sól [g] 4,3**
	Z ogr łatwo przyswaj węglowoda i tłuszczy	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Galaretka drobiowa 100 g, Zawiera: ***(9)*** Sałata zielona 20 g Szynka gotowana 30 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Pulpet drobiowy 100 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Warzywa duszone 150 g, Zawiera: ***(9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos jarzynowy 100 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)***	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Pasta z sera białego z cebulką 60 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 339 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114 Węglowodany ogółem [g] 310,4 suma cukrów prostych [g] 54,7 Tłuszcz [g] 75,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 Sól [g] 4,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-24 sobota	Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Szynka gotowana 30 g Kleik ryżowy 300 ml	Jabłko pieczone 120 g Kisiel o smaku malinowym 150 g	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Pulpet drobiowy 100 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Herbata b/c 250 ml Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1915,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 313,3 suma cukrów prostych [g] 54,3 Tłuszcz [g] 46,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Błonnik pokarmowy [g] 22 Sól [g] 3,4**
	Niskobiałkowa	Herbata b/c 250 ml Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 20 g	Jabłko 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Pulpet drobiowy 100 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Warzywa duszone 150 g, Zawiera: ***(9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Fasolka szparagowa gotowana 100 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Serek Almette 1 szt, Zawiera: ***(7)*** Miód 25 g Sałata masłowa 20 g	Mus warzywny 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1997,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 65,8 Węglowodany ogółem [g] 300,5 suma cukrów prostych [g] 51,2 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 Sól [g] 1,4**
	Kleikowa	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Kleik ryżowy 400 ml Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1172,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 14,1 Węglowodany ogółem [g] 251,3 suma cukrów prostych [g] 0,3 Tłuszcz [g] 7,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 Błonnik pokarmowy [g] 10,3 Sól [g] 1,3**
	Bezmleczna	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Polędwica Sopocka 30 g Galaretka drobiowa 100 g, Zawiera: ***(9)*** Sałata zielona 10 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Pulpet drobiowy 100 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1968,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,6 Węglowodany ogółem [g] 295,9 suma cukrów prostych [g] 69,6 Tłuszcz [g] 54,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 Sól [g] 3,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-25 niedziela	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb pszenny 60 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Twarożek z koperkiem 60 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabielana 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Kotlet schabowy 100 g, Zawiera: ***(1, 3)*** kapusta młoda z koperkiem 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb pszenny 40 g, Zawiera: ***(1)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Paprykarz szczeciński 50 g, Zawiera: ***(4)*** Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 50 g	Soczek kartonik 200 ml	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 336,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,5 Węglowodany ogółem [g] 273,8 suma cukrów prostych [g] 68,4 Tłuszcz [g] 98,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 Sól [g] 5,9**
	Łatwostrawna	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Serek Almette 1 szt, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabielana 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Udziec z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g, Zawiera: ***(3, 7, 9)*** Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Szynka gotowana 30 g Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Soczek kartonik 200 ml	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 335,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92 Węglowodany ogółem [g] 312,8 suma cukrów prostych [g] 81,3 Tłuszcz [g] 84,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Sól [g] 5,5**
	Bogatoresztkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Serek Almette 1 szt, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Ogórek świeży [Por] x 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)***	Jabłko 150 g	Zupa Pomidorowa 300 ml, Zawiera: ***(9)*** Kasza jęczmienna 100 g, Zawiera: ***(1)*** Roladka drobiowa z warzywami 100 g, Zawiera: ***(9)*** Sałatka z buraczka i jabłka 150 g Surówka z selera 100 g, Zawiera: ***(3, 9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Paprykarz szczeciński 50 g, Zawiera: ***(4)*** Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 50 g	soczek owocowy 300ml 1 szt Wafle ryżowe 2 szt	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 041,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,2 Węglowodany ogółem [g] 260,9 suma cukrów prostych [g] 84,3 Tłuszcz [g] 79,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Sól [g] 5,8**
	Bogatobiałkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb pszenny 60 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Twarożek z koperkiem 60 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)***	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	Zupa Pomidorowa z ryżem zabielana 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Udziec z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g Kalafior gotowany 50 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb pszenny 40 g, Zawiera: ***(1)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 50 g	Soczek kartonik 200 ml	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 179,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,1 Węglowodany ogółem [g] 272,1 suma cukrów prostych [g] 55,4 Tłuszcz [g] 79,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 Sól [g] 6,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-25 niedziela	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żoł	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Serek Almette 1 szt, Zawiera: ***(7)***	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Udziec z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Ser biały 60 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata zielona 20 g Szynka gotowana 30 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 124,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,3 Węglowodany ogółem [g] 273,1 suma cukrów prostych [g] 45,5 Tłuszcz [g] 74,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Błonnik pokarmowy [g] 18,3 Sól [g] 4,5**
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	Zupa Pomidorowa z ryżem zabielana 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Udziec z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g Szynka gotowana 30 g	Soczek kartonik 200 ml	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 165,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,9 Węglowodany ogółem [g] 286,1 suma cukrów prostych [g] 62,6 Tłuszcz [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Błonnik pokarmowy [g] 16,3 Sól [g] 5,2**
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Twarożek z koperkiem 60 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata zielona 10 g Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)***	Jabłko 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabielana 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Udziec z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Surówka z marchewki i jabłka 100 g Surówka z selera 100 g, Zawiera: ***(3, 9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 50 g Szynka gotowana 30 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 155,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,8 Węglowodany ogółem [g] 251 suma cukrów prostych [g] 59,3 Tłuszcz [g] 86,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 Sól [g] 4,9**
	Z ogr łatwo przyswaj węglowoda i tłuszczy	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Twarożek z koperkiem 60 g, Zawiera: ***(7)***	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabielana 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Udziec z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Parówka z indyka 70 g	Jogurt morelowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 207,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,8 Węglowodany ogółem [g] 280,4 suma cukrów prostych [g] 55,3 Tłuszcz [g] 78,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Błonnik pokarmowy [g] 18,8 Sól [g] 5,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-25 niedziela	Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Polędwica Sopocka 30 g Kleik ryżowy 300 ml	Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Kisiel b/c 150 ml	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Udziec z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Herbata b/c 250 ml Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Dżem 25 g Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g	Kisiel b/c 150 ml Wafle ryżowe 2 szt	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 236,7** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,9** **Węglowodany ogółem [g] 361,2** **suma cukrów prostych [g] 33,2** **Tłuszcz [g] 55,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9** **Błonnik pokarmowy [g] 20,1** **Sól [g] 4**
	Niskobiałkowa	Herbata b/c 250 ml Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Sałata masłowa 20 g	Kisiel b/c 150 ml	Zupa Pomidorowa z ryżem zabielana 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Udziec z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Bukiet warzyw 150 g Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)***	Pasta z białek 70 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Miód 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Biszkopty b/c 40 g, Zawiera: ***(1, 3)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 205,1** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,2** **Węglowodany ogółem [g] 329,8** **suma cukrów prostych [g] 44,9** **Tłuszcz [g] 62,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6** **Błonnik pokarmowy [g] 23,2** **Sól [g] 1,6**
	Kleikowa	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Kleik ryżowy 400 ml Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 172,5** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 14,1** **Węglowodany ogółem [g] 251,3** **suma cukrów prostych [g] 0,3** **Tłuszcz [g] 7,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3** **Błonnik pokarmowy [g] 10,3** **Sól [g] 1,3**
	Bezmleczna	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Polędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: ***(9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Parówka z indyka 70 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 972,7** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90** **Węglowodany ogółem [g] 263,3** **suma cukrów prostych [g] 54** **Tłuszcz [g] 66,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6** **Błonnik pokarmowy [g] 19,1** **Sól [g] 5,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-26 poniedziałek	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb pszenny 40 g, Zawiera: ***(1)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Mielonka wieprzowa 30 g Ser żółty 30 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Papryka czerwona 40 g	Jabłko 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml, Zawiera: ***(1, 3, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g Surówka z selera 100 g, Zawiera: ***(3, 9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 100 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb pszenny 40 g, Zawiera: ***(1)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Pasta z jajka i sera z pietruszką 60 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 081,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,3 Węglowodany ogółem [g] 277,8 suma cukrów prostych [g] 58,1 Tłuszcz [g] 64 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Sól [g] 5**
	Łatwostrawna	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Serek Almette 1 szt, Zawiera: ***(7)*** Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)***	Jabłko 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml, Zawiera: ***(1, 3, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: ***(9)*** Sałata zielona ze śmietaną 10 g, Zawiera: ***(7)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 100 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 180 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,7 Węglowodany ogółem [g] 293,6 suma cukrów prostych [g] 59,1 Tłuszcz [g] 67 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 Sól [g] 4,2**
	Bogatoresztkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)***	Jabłko 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml, Zawiera: ***(1, 3, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: ***(9)*** Surówka z selera 100 g, Zawiera: ***(3, 9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchwi i jabłka 100 g	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Mus owocowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 010,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,3 Węglowodany ogółem [g] 257,7 suma cukrów prostych [g] 83,5 Tłuszcz [g] 67,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 Sól [g] 4,1**
	Bogatobiałkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Ser żółty 30 g, Zawiera: ***(7)***	Jabłko pieczone 120 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml, Zawiera: ***(1, 3, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: ***(9)*** Surówka z selera 100 g, Zawiera: ***(3, 9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 100 g	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 974,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,1 Węglowodany ogółem [g] 262,8 suma cukrów prostych [g] 53,7 Tłuszcz [g] 59,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 4,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-26 poniedziałek	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żoł	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: **(7)** Masło extra 15 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Serek Almette 1 szt, Zawiera: **(7)**	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml, Zawiera: **(1, 9)** Ziemniaki 250 g, Zawiera: **(7)** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: **(9)** Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g, Zawiera: **(3, 7)** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Serek homogenizowany naturalny 120 g, Zawiera: **(7)** Suchary 20 g, Zawiera: **(1)**	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 197,3** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,8** **Węglowodany ogółem [g] 269,5** **suma cukrów prostych [g] 45** **Tłuszcz [g] 78,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9** **Błonnik pokarmowy [g] 19,4** **Sól [g] 4,4**
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: **(7)** Masło extra 15 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Serek Almette 1 szt, Zawiera: **(7)** Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: **(1, 7)**	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml, Zawiera: **(7, 9)** Ziemniaki 250 g, Zawiera: **(7)** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: **(9)** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraka z olejem 150 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g, Zawiera: **(3, 7)** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: **(7)**	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 134,7** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,9** **Węglowodany ogółem [g] 280,4** **suma cukrów prostych [g] 55** **Tłuszcz [g] 68,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8** **Błonnik pokarmowy [g] 19,3** **Sól [g] 4,4**
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: **(7)** Masło extra 15 g, Zawiera: **(7)** Chleb graham 80 g, Zawiera: **(1)** Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Papryka czerwona 40 g Ser żółty 30 g, Zawiera: **(7)** Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: **(1, 7)**	Jabłko 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml, Zawiera: **(1, 3, 9)** Ziemniaki 250 g, Zawiera: **(7)** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: **(9)** Surówka z selera 100 g, Zawiera: **(3, 9)** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 100 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: **(7)** Chleb graham 80 g, Zawiera: **(1)** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g, Zawiera: **(3, 7)** Kanapka nocna 130 g, Zawiera: **(1, 7)**		**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 014,9** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,4** **Węglowodany ogółem [g] 235,8** **suma cukrów prostych [g] 53,4** **Tłuszcz [g] 74,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2** **Błonnik pokarmowy [g] 28,1** **Sól [g] 4,8**
	Z ogr łatwo przyswaj węglowoda i tłuszczy	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: **(7)** Masło extra 15 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Serek Almette 1 szt, Zawiera: **(7)** Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: **(1, 7)**	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml, Zawiera: **(7, 9)** Ziemniaki 250 g, Zawiera: **(7)** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: **(9)** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 150 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Pasta z białek 70 g, Zawiera: **(3, 7)** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: **(7)**	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 150,9** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105** **Węglowodany ogółem [g] 289,1** **suma cukrów prostych [g] 59,6** **Tłuszcz [g] 66,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5** **Błonnik pokarmowy [g] 18,4** **Sól [g] 4,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-26 poniedziałek	Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Szynka gotowana 30 g	Jabłko 150 g Kisiel o smaku malinowym 150 g	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: ***(9)*** Herbata b/c 250 ml Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Wafle ryżowe 2 szt Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Kleik ryżowy 300 ml	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 938 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,9 Węglowodany ogółem [g] 316,3 suma cukrów prostych [g] 55,2 Tłuszcz [g] 43,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 Sól [g] 3,5**
	Niskobiałkowa	Herbata z/c 250 ml Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Serek Almette 1 szt, Zawiera: ***(7)***	Jabłko 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Makaron z jabłkami 250 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Kleik ryżowy 300 ml	Mus warzywny 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 349,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 397,9 suma cukrów prostych [g] 60,8 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 Sól [g] 1,5**
	Kleikowa	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Kleik ryżowy 400 ml Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 172,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 14,1 Węglowodany ogółem [g] 251,3 suma cukrów prostych [g] 0,3 Tłuszcz [g] 7,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 Błonnik pokarmowy [g] 10,3 Sól [g] 1,3**
	Bezmleczna	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: ***(9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Warzywa duszone 150 g, Zawiera: ***(9)***	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Polędwica Sopocka 30 g Szynka gotowana 30 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 888,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,9 Węglowodany ogółem [g] 265,7 suma cukrów prostych [g] 59,2 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,3 Sól [g] 4,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-19 do dnia 2026-10-28 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-27 wtorek	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb pszenny 40 g, Zawiera: ***(1)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Ser topiony 17,5 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Udziec z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g, Zawiera: ***(3, 7, 9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb pszenny 40 g, Zawiera: ***(1)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Dżem 25 g Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 309,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,2 Węglowodany ogółem [g] 320,6 suma cukrów prostych [g] 78 Tłuszcz [g] 78,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,2 Sól [g] 5,1**
	Łatwostrawna	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Ser biały 60 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Schab duszony 100 g, Zawiera: ***(1)*** Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jogurt morelowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 191,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,1 Węglowodany ogółem [g] 316,4 suma cukrów prostych [g] 67,9 Tłuszcz [g] 60,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 Sól [g] 4**
	Bogatoresztkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Ser biały 60 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: ***(1)*** Schab duszony 100 g, Zawiera: ***(1)*** Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g, Zawiera: ***(3, 7, 9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Jajko 50 g, Zawiera: ***(3)*** Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)***	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 179,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,5 Węglowodany ogółem [g] 301,4 suma cukrów prostych [g] 62,5 Tłuszcz [g] 66,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 Sól [g] 3,6**
	Bogatobiałkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb pszenny 100 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Ser topiony 17,5 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Udziec z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb pszenny 40 g, Zawiera: ***(1)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Dżem 25 g Polędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 971 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,8 Węglowodany ogółem [g] 264,5 suma cukrów prostych [g] 51,3 Tłuszcz [g] 68,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 Sól [g] 4,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-27 wtorek	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żoł	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: **(7)** Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: **(1, 7)** Masło extra 15 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Ser biały 60 g, Zawiera: **(7)** Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml, Zawiera: **(1, 9)** Ziemniaki 250 g, Zawiera: **(7)** Udziec z kurczaka 150 g, Zawiera: **(1, 3)** Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Szynka gotowana 30 g Jajko 50 g, Zawiera: **(3)** Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: **(7)**	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 350,7** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,2** **Węglowodany ogółem [g] 313,7** **suma cukrów prostych [g] 53,3** **Tłuszcz [g] 77** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6** **Błonnik pokarmowy [g] 21,3** **Sól [g] 4,8**
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: **(7)** Masło extra 15 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Ser biały 60 g, Zawiera: **(7)** Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml, Zawiera: **(1, 7, 9)** Ziemniaki 250 g, Zawiera: **(7)** Schab duszony 100 g, Zawiera: **(1)** Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: **(1, 7)**	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: **(7)**	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 208,4** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,7** **Węglowodany ogółem [g] 318,6** **suma cukrów prostych [g] 71,1** **Tłuszcz [g] 61,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6** **Błonnik pokarmowy [g] 20,2** **Sól [g] 4,1**
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: **(7)** Masło extra 15 g, Zawiera: **(7)** Chleb graham 80 g, Zawiera: **(1)** Szynka gotowana 30 g Ser biały 60 g, Zawiera: **(7)** Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: **(1, 7)**	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml, Zawiera: **(1, 7, 9)** Ziemniaki 250 g, Zawiera: **(7)** Schab duszony 100 g, Zawiera: **(1)** Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g, Zawiera: **(3, 7, 9)** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: **(7)** Chleb graham 80 g, Zawiera: **(1)** Jajko 50 g, Zawiera: **(3)** Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g	Mus warzywny 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 016,5** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,8** **Węglowodany ogółem [g] 259** **suma cukrów prostych [g] 72,6** **Tłuszcz [g] 70** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2** **Błonnik pokarmowy [g] 32,8** **Sól [g] 3,5**
	Z ogr łatwo przyswaj węglowoda i tłuszczy	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: **(7)** Masło extra 15 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Ser biały 60 g, Zawiera: **(7)** Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml, Zawiera: **(1, 7, 9)** Ziemniaki 250 g, Zawiera: **(7)** Schab duszony 100 g, Zawiera: **(1)** Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: **(1, 7)** Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: **(7)** Bułka weka 100 g, Zawiera: **(1)** Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Galaretka drobiowa 100 g, Zawiera: **(9)**	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: **(7)**	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 245,8** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,2** **Węglowodany ogółem [g] 300,7** **suma cukrów prostych [g] 55,1** **Tłuszcz [g] 66,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2** **Błonnik pokarmowy [g] 19,3** **Sól [g] 4,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-27 wtorek	Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Szynka gotowana 30 g Kleik ryżowy 300 ml	Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Kisiel o smaku malinowym 150 g	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml, Zawiera: ***(1, 7, 9)*** Udziec z kurczaka 150 g, Zawiera: ***(1, 3)*** Herbata b/c 250 ml Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g	Kisiel b/c 150 ml Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 114,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78,3 Węglowodany ogółem [g] 349,9 suma cukrów prostych [g] 43,6 Tłuszcz [g] 47,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4 Błonnik pokarmowy [g] 22 Sól [g] 4**
	Niskobiałkowa	Herbata b/c 250 ml Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 10 g Pomidor 50 g Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml, Zawiera: ***(7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Udko gotowane z warzywami 170 g, Zawiera: ***(9)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Szynka gotowana 30 g Miód 25 g Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g	Serek homogenizowany naturalny 120 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 987,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 281,7 suma cukrów prostych [g] 46,2 Tłuszcz [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 Sól [g] 1,8**
	Kleikowa	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)*** Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Kleik ryżowy 400 ml Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 185,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 19,8 Węglowodany ogółem [g] 239,2 suma cukrów prostych [g] 10 Tłuszcz [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 9,7 Sól [g] 1,5**
	Bezmleczna	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Grysikowa 300 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Udko gotowane z warzywami 170 g, Zawiera: ***(9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Galaretka drobiowa 100 g, Zawiera: ***(9)*** Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 925 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,8 Węglowodany ogółem [g] 272,5 suma cukrów prostych [g] 63,9 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Sól [g] 3,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-19 do dnia 2026-10-28 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-28 środa	Podstawowa	Chleb pszenny 40 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Sałatka jarzynowa 150 g, Zawiera: ***(3, 9)*** Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)*** Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Polędwica Sopocka 30 g Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)***	Banan 150 g	Zupa Barszcz ukraiński 300 ml, Zawiera: ***(9)*** Ryba Morszczuk na parze 100 g, Zawiera: ***(4)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z kiszonej kapusty 100 g Surówka z marchewki i jabłka 100 g	Chleb pszenny 40 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Szynka gotowana 30 g Twarożek z rzodkiewką 60 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata masłowa 20 g Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 296,7** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,4** **Węglowodany ogółem [g] 322,6** **suma cukrów prostych [g] 77,4** **Tłuszcz [g] 72,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5** **Błonnik pokarmowy [g] 45,9** **Sól [g] 5,7**
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Sałatka jarzynowa 150 g, Zawiera: ***(3, 9)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)***	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml, Zawiera: ***(1, 3, 7, 9)*** Ryba Morszczuk na parze 100 g, Zawiera: ***(4)*** Bukiet warzyw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)***	Pomidor 50 g Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Twarożek z koperkiem 60 g, Zawiera: ***(7)*** Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Jogurt morelowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 137,2** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 69** **Węglowodany ogółem [g] 301,4** **suma cukrów prostych [g] 69,7** **Tłuszcz [g] 69,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26** **Błonnik pokarmowy [g] 28** **Sól [g] 3,8**
	Bogatoresztkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Sałatka jarzynowa [Por] x 150 g, Zawiera: ***(3, 9)*** Polędwica Sopocka 30 g Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)***	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml, Zawiera: ***(1, 3, 7, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Ryba Morszczuk na parze 100 g, Zawiera: ***(4)*** Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g, Zawiera: ***(3, 7, 9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Polędwica Sopocka 30 g Twarożek z rzodkiewką 60 g, Zawiera: ***(7)*** Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 989,4** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,9** **Węglowodany ogółem [g] 251** **suma cukrów prostych [g] 66** **Tłuszcz [g] 73,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9** **Błonnik pokarmowy [g] 31,4** **Sól [g] 3,3**
	Bogatobiałkowa	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Serek wiejski 200 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml, Zawiera: ***(1, 3, 7, 9)*** Ryba Morszczuk na parze 100 g, Zawiera: ***(4)*** Bukiet warzyw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)***	Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Pomidor 50 g Szynka gotowana 30 g Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	serek homogenizowany wanilia 130 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 235,2** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,7** **Węglowodany ogółem [g] 273,2** **suma cukrów prostych [g] 55,2** **Tłuszcz [g] 77** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4** **Błonnik pokarmowy [g] 20,8** **Sól [g] 6,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-28 środa	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żoł	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Pasta z sera białego i koperku 60 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)***	Budyń waniliowy b/c 150 ml, Zawiera: ***(7)***	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Ryba Morszczuk na parze 100 g, Zawiera: ***(4)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Warzywa duszone 150 g, Zawiera: ***(9)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 385,4** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,7** **Węglowodany ogółem [g] 292,5** **suma cukrów prostych [g] 51** **Tłuszcz [g] 84,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9** **Błonnik pokarmowy [g] 18,2** **Sól [g] 4,4**
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Ser biały 60 g, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)*** Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)***	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml, Zawiera: ***(1, 3, 7, 9)*** Ryba Morszczuk na parze 100 g, Zawiera: ***(4)*** Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)***	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Pasta z białek 70 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g, Zawiera: ***(7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 267,5** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,4** **Węglowodany ogółem [g] 301,4** **suma cukrów prostych [g] 57,5** **Tłuszcz [g] 73,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9** **Błonnik pokarmowy [g] 18,9** **Sól [g] 4,2**
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: ***(1, 7)*** Sałatka jarzynowa 150 g, Zawiera: ***(3, 9)*** Polędwica Sopocka 30 g	Jabłko 150 g	Zupa Barszcz ukraiński 300 ml, Zawiera: ***(9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Surówka z kiszonej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchewki i jabłka 100 g Ryba Morszczuk na parze 100 g, Zawiera: ***(4)***	Pasta z sera białego i szczypiorku 60 g, Zawiera: ***(7)*** Pomidor 50 g Chleb graham 80 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Szynka gotowana 30 g	Kanapka nocna 130 g, Zawiera: ***(1, 7)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 061,4** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,8** **Węglowodany ogółem [g] 253** **suma cukrów prostych [g] 66,4** **Tłuszcz [g] 79,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7** **Błonnik pokarmowy [g] 42,7** **Sól [g] 4,9**
	Z ogr łatwo przyswaj węglowoda i tłuszczy	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Twarożek z koperkiem 60 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml, Zawiera: ***(7)*** Polędwica Sopocka 30 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml, Zawiera: ***(1, 3, 7, 9)*** Ryba Morszczuk na parze 100 g, Zawiera: ***(4)*** Buraczki na ciepło 150 g Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Pasta z białek 70 g, Zawiera: ***(3, 7)*** Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 959** **Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,2** **Węglowodany ogółem [g] 269,1** **suma cukrów prostych [g] 56** **Tłuszcz [g] 59** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9** **Błonnik pokarmowy [g] 19,6** **Sól [g] 3,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-28 środa	Dieta biegunkowa	Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Dżem 25 g Kleik ryżowy 300 ml Herbata b/c 250 ml Dżem 25 g Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Polędwica Sopocka 30 g	Banan 150 g Wafle ryżowe 1 szt	Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: ***(9)*** Zupa jarzynowa z kaszą manna 350 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Dżem 25 g Szynka gotowana 30 g	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 078,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,9 Węglowodany ogółem [g] 335,2 suma cukrów prostych [g] 69,6 Tłuszcz [g] 50,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 Sól [g] 3,5**
	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Masło extra 15 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata zielona 20 g Herbata z/c 250 ml Sałatka jarzynowa 150 g, Zawiera: ***(3, 9)*** Jajko 50 g, Zawiera: ***(3)***	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml, Zawiera: ***(1, 3, 7, 9)*** Ryba Morszczuk na parze 100 g, Zawiera: ***(4)*** Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Kalafior gotowany 100 g Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)***	Dżem 25 g Twarożek z pietruszką 60 g, Zawiera: ***(7)*** Chleb bezsolny 120 g, Zawiera: ***(1)*** Masło jednorazowe 10 g, Zawiera: ***(7)*** Sałata zielona 10 g	Mus warzywny 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 380,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 354,1 suma cukrów prostych [g] 65,7 Tłuszcz [g] 73,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Sól [g] 1,5**
	Kleikowa	Kleik z kaszy jęczmiennej 300 ml, Zawiera: ***(1)*** Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Kleik ryżowy 400 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml	Kleik owsiany 400 ml, Zawiera: ***(1)*** Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	Herbata b/c 250 ml Suchary 20 g, Zawiera: ***(1)***	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 302,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 263,3 suma cukrów prostych [g] 1,3 Tłuszcz [g] 14,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Sól [g] 1,2**
	Bezmleczna	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Polędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml, Zawiera: ***(1, 9)*** Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g, Zawiera: ***(9)*** Ziemniaki 250 g, Zawiera: ***(7)*** Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g, Zawiera: ***(1)*** Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Polędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Mus owocowy 100 g	**Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 892,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,1 Węglowodany ogółem [g] 283,3 suma cukrów prostych [g] 72,9 Tłuszcz [g] 51 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 Sól [g] 4,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Zespół Opieki Zdrowotnej w Suchej Beskidzkiej
Szpitalna 22, 34-200 Sucha Beskidzka

Oznaczenia alergenów:

1 – Zboża zawierające gluten,
2 – Skorupiaki i pochodne,
3 – Jaja i pochodne,
4 – Ryby i pochodne,
5 – Orzechy ziemne i pochodne,
6 – Soja i pochodne,
7 – Mleko i pochodne,
8 – Orzechy,
9 – Seler i pochodne,
10 – Gorczyca i produkty pochodne,
11 – Nasiona sezamu i pochodne,
12 – Dwutlenek siarki / siarczyny,
13 – Łubin i produkty pochodne,
14 – Mięczaki i pochodne,