

JADŁOSPIS 22.05.2026 r.

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych								Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów								Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów							
Śniadanie	Ryż na mleku 150g (7) Chleb żytni razowy 110g (1) Margaryna Flora 10g Pasta z tuńczyka 40g (4) Szynka drobiowa-40 g. Papryka, pomidor 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g								Chleb graham 110g (1) Margaryna Flora 10g Pasta z tuńczyka z cebulką 40g (4) Szynka drobiowa-40 kg. Papryka, pomidor 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)								Ryż na mleku 150g (7) Chleb pszenny 110g (1) Margaryna Flora 10g Pasta z tuńczyka 40g (4) Szynka drobiowa -40 g. Pomidor b/s-100 g. Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g							
2 Śniadanie									Kiwi-80g															
Obiad	Zupa pomidorowa-350g (1,7) Jajko gotowane w sosie chrzanowym 110 g (1,3,7) Ziemniaki z zieleciną 180g Fasolka szparagowa z bułką tartą 120g (1) Kompot wieloowocowy 250g								Zupa pomidorowa-350g (1,7) Jajko gotowane w sosie chrzanowym 110g (1,3) Ziemniaki z zieleciną 180g Fasolka szparagowa na parze 120g Kompot wieloowocowy b/c 250g								Zupa pomidorowa-350g (7) Jajka sadzone na parze 100g (3) Ziemniaki z zieleciną 180g Marchewka gotowana 120g Kompot wieloowocowy 250g							
Podwieczorek									Chleb graham 40g (1) Wędlina drobiowa 30g															
Kolacja	Chleb baltonowski 100g (1) Margaryna Flora 10g Polędwica drobiowa wędzona 40g Twarożek ze szczypiorkiem 40g (7) Pomidor 70g Ogórek zielony 30g Sałata masłowa-20 g. Herbata 250g Cukier 5g								Chleb graham 100g (1) Margaryna Flora 10g Polędwica drobiowa wędzona 40g Twarożek ze szczypiorkiem 40g (7) Pomidor 70g Ogórek zielony 30g Sałata masłowa-20 g. Herbata b/c-250g								Chleb baltonowski 80g (1) Margaryna Flora 10g Polędwica drobiowa wędzona 40g Twarożek 40g (7) Pomidor b/s 70g Sałata lodowa-20 g. Herbata 250g Cukier 5g							
Posiłek nocny	Jogurt naturalny 150g (7)								Jogurt naturalny -150g (7)								Jogurt jogobella- 150g (7)							
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bł(g)	sól
	2257	15,92	29,85	24,72	54,23	8,72	37,98	1,9	2213	15,87	29,96	24,59	54,17	9,34	37,84	1,9	2139	17,15	24,63	18,52	58,22	9,86	36,84	1,8

JADŁOSPIS 23.05.2026 r.

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych								Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów								Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów							
Śniadanie	Chleb graham 110g (1) Margaryna Flora 10g Filet wędzony z indyka 60g Serek kanapkowy 30g (7) Ogórek kiszony, pomidor - 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g								Chleb graham 110g (1) Margaryna Flora 10g Filet wędzony z indyka 60g Serek kanapkowy 30g (7) Ogórek kiszony, pomidor -100g Kawa zbożowa z mlekiem b/c-250g (1,7)								Chleb baltonowski 110g (1) Margaryna Flora 10g Filet wędzony z indyka 60g Ser mozzarella 30g (7) Pomidor b/s 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g							
2 Śniadanie									Chleb graham 30g (1) Połudwica drobiowa 20g															
Obiad	Zupa grysikowa z jarzynkami-350g (1) Udko drobiowe pieczone-180g Ziemniaki z zieleciną-150 Surówka z marchewki z brzoskwinia 120g Kompot wieloowocowy 250g								Zupa grysikowa z jarzynkami-350g (1) Udko drobiowe gotowane-180g Ziemniaki z zieleciną-150g Surówka z marchewki z jabłkiem 120g Kompot wieloowocowy b/c 250g								Zupa grysikowa z jarzynkami- 350g (1) Udko drobiowe gotowane- 180g Ziemniaki z zieleciną-150 g. Marchewka gotowana 120g Kompot wieloowocowy 250g							
Podwieczorek									Kefir 200g (7)															
Kolacja	Chleb żytni 90g (1) Margaryna Flora 10g Paszтет z indyka pieczony- 60g (1,3) Ser mozzarella -40 g.(3) Papryka -50g Miks sałat z oliwą 50g Herbata 250g Cukier 5g								Chleb żytni razowy 70g (1) Margaryna Flora 10g Paszтет z indyka pieczony-60 g (1,3) Ser mozzarella-40 g (3) Papryka- 50g Miks sałat z oliwą 50g Herbata 250g								Chleb baltonowski 90g (1) Margaryna Flora 10g Szynka drobiowa parzona 60g Ser mozzarella-40 g.(3) Pomidor b/s 50g Miks sałat z oliwą 50g Herbata 250g Cukier 5g							
Posiłek nocny	Ser fromage 80g (7)								Chleb graham 30g (1) Szynka drobiowa 30g								Jogurt naturalny- 150g (7)							
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bł(g)	sól
	2243	16,29	27,92	24,12	55,79	9,54	28,26	1,9	2236	16,23	28,15	24,43	55,62	8,72	28,54	1,9	2215	17,12	24,95	20,16	57,93	9,58	26,27	1,9

JADŁOSPIS 24.05.2026 r.

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych								Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów								Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów							
Śniadanie	Płatki jęczmienne 250g (1,7) Chleb baltonowski 110g (1) Margaryna Flora 10g Parówki drobiowe / ketchup- 90g/20 Ogórek zielony 80g Rzodkiewka 40g Herbata -250g Cukier 5g								Płatki jęczmienne 250g (1,7) Chleb graham 110g (1) Margaryna Flora 10g Parówki drobiowe /ketchup-90g / 20 g. Ogórek zielony 80g Rzodkiewka 40g Herbata b/c-250								Płatki jęczmienne 250g (1,7) Chleb baltonowski 110g (1) Margaryna Flora 10g Parówki drobiowe-90g Pomidor b/s 80g Roszponka 20g Herbata -250 g. Cukier 5g							
2 Śniadanie									Chleb graham 50g (1) Jajko 50g (3)															
Obiad	Zupa pieczarkowa 450g (1,7) Polędwiczki drobiowe w sosie -100g Ziemniaki z zieleniną- 150g Sałatka z pomidora z kukurydzą i oliwką-120g Kompot wieloowocowy 250g								Zupa pieczarkowa 450g (1,7) Polędwiczki drobiowe w sosie -100g Ziemniaki z zieleniną -150g Sałatka z pomidorami, kukurydzą, oliwą 120g Kompot wieloowocowy b/c 250g								Krem warzywny 450g (1,7) Filet drobiowy pieczony -100g Ziemniaki z zieleniną -150g Bukiet warzyw -150g Kompot wieloowocowy 250g							
Podwieczorek									Gruszka 150g															
Kolacja	Chleb graham 110g (1) Margaryna Flora 10g Wędlina z piersi z kurczaka 60g Ser biały -50g (3) Rzodkiewka ze szczypiorkiem-70g Sałata 20g Herbata 250g Cukier 5g								Chleb graham 110g (1) Margaryna Flora 10g Wędlina z piersi z kurczaka 60g Ser biały-50 (3) Rzodkiewka ze szczypiorkiem-70g Sałata 20g Herbata 250g								Chleb pszenny 110g (1) Margaryna Flora 10g Wędlina z piersi z kurczaka -60g Ser biały-50(3) Dżem niskosłodzony-20 Pomidor b/s-50g Herbata 250g Cukier 5g							
Posiłek nocny	Jogurt jogobella- 150g (7)								Kefir 200g (7)								Jogurt jogobella-150g (7)							
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bł(g)	sól
	2221	15,2	29,52	24,28	55,28	9,78	33,41	1,9	2245	15	28,37	24,25	56,63	8,21	33,62	1,9	2167	17,1	24,82	20,32	58,08	9,98	31,61	1,9

JADŁOSPIS 25.05.2026 r.

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych								Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów								Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów							
Śniadanie	Grysik na mleku 250g (1,7) Chleb żytni razowy 110g (1) Margaryna Flora 10g Kiełbasa szynkowa drobiowa 50g Ser żółty light 40g (7) Papryka 70g Sałata, oliwa 30g Herbata -250 g Cukier 5g								Chleb graham 110g (1) Margaryna Flora 10g Kiełbasa szynkowa drobiowa 50g Ser żółty light 40g (7) Papryka 70g Sałata, oliwa 30g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)								Grysik na mleku 250g (1,7) Chleb pszenny 110g (1) Margaryna Flora 10g Kiełbasa szynkowa drobiowa 50g Serek kanapkowy-40g (7) Pomidor b/s 70g Sałata, oliwa 30g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g							
2 Śniadanie									Krążek ryżowy -20g. Szynka drobiowa 20g															
Obiad	Zupa koperkowa 350g (1,7) Kotlet drobiowy w płatkach 120g (1,3,7) Ziemniaki z zieleciną 180g Sałatka wiosenna 150g Kompot wieloowocowy 250g								Zupa koperkowa 350g (1) Filet drobiowy pieczony 120g Ziemniaki z zieleciną 180g Sałatka wiosenna 150g Kompot wieloowocowy b/c 250g								Zupa koperkowa 350g (1,7) Filet drobiowy pieczony 100g Ziemniaki z zieleciną 180g Sałatka wiosenna 150g Kompot wieloowocowy 250g							
Podwieczorek									Kefir 200g (7)															
Kolacja	Chleb graham 110g (1) Margaryna Flora 10g Szynka drobiowa 50g Jajko-50 g.(4) Pomidor, rzodkiewka 100g Herbata 250g Cukier 5g								Chleb graham 110g (1) Margaryna Flora 10g Polędwica drobiowa 50g Jajko-50g.(4) Pomidor, rzodkiewka 100g Herbata b/c-250g								Chleb pszenny 110g (1) Margaryna Flora 10g Szynka drobiowa 50g Jajko na miękko-50 g.(3) Pomidor b/s 100g Herbata 250g Cukier 5g							
Posiłek nocny	Serek wiejski 200g (7)								Chleb graham 30g (1) Serek wiejski 200g (7)								Serek wiejski 200g (7)							
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas(g)	W (%)	w/przy(%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy(%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy(%)	bł(g)	sól
	2368	16,95	30,02	25,64	53,03	9,89	33,12	1,99	2397	16,65	29,52	25,34	53,83	9,59	33,02	1,9	2336	16,85	24,52	20,14	53,83	9,89	32,09	2

JADŁOSPIS 26.05.2026 r.

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych								Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów								Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów							
Śniadanie	Kasza manna na mleku 250g (1,7) Chleb baltonowski 110g (1) Margaryna Flora 10g Indyk w galarecie-50 g. Ser warzywny-40 g.(7) Papryka, rzodkiew biała 100g Herbata- 250g Cukier 5g								Kasza manna na mleku 550g (1,7) Chleb żytni 110g (1) Margaryna Flora 10g Indyk we galarecie-50 g. Serek warzywny-40 g(3) Papryka, rzodkiew biała 100g Herbata b/c-250g								Kasza manna na mleku 250g (1,7) Chleb baltonowski 110g (1) Margaryna Flora 10g Parówki drobiowe, ketchup 90g/10g Jabłko pieczone 120g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g							
2 Śniadanie									Kiwi 100g															
Obiad	Zupa brokułowa 350g (1,7,9) Zrazy w sosie pomidorowym 150g (1) Ziemniaki z zieleciną 150g Sałatka z ogórka kiszzonego i marchew.-120g (3) Kompot wieloowocowy 250g								Zupa brokułowa 350g (1,7,9) Zrazy w sosie pomidorowym 150g (1) Ziemniaki z zieleciną 150g Sałatka z ogórka kisz. i marchew.z oliwą 120g Kompot wieloowocowy b/c-250g								Zupa brokułowa-450g (1,9) Pulpet w sosie pomidorowym 150g (1) Ziemniaki z zieleciną 150g Sałatka z marchewki 150g Kompot wieloowocowy 250g							
Podwieczorek									Chleb graham 30 g (1) Serek śmietankowy 30g (7)															
Kolacja	Chleb graham 70g (1) Margaryna Flora 10g Szynka drobiowa 70g Serek kanapkowy 30g (7) Sałatka z kaszą jaglaną z warzywami i sosem winegret 100g (1) Herbata 250g Cukier 5g								Chleb graham 70g (1) Margaryna Flora 10g Szynka drobiowa 70g Sałatka z kaszą jaglaną z warzywami i sosem winegret 100g (1) Herbata 250g								Chleb pszenny 70g (1) Margaryna Flora 10g Szynka drobiowa 70g Pomidor b/s 100g Herbata 250g Cukier 5g							
Posiłek nocny	Kisiel z owocami-18--0g								Chleb graham 35g (1) Ser mozzarella- 20g (7) Ogórek zielony 10g								Kisiel z owocami -180g							
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bł(g)	sól
	2294	17,54	29,34	24,92	53,12	9,75	35,12	2	2232	18,15	24,94	21,12	56,91	9,75	35,12	2	2286	17,19	29,14	24,52	53,67	9,55	35,12	2

JADŁOSPIS 27.05.2026 r.

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych								Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów								Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów							
Śniadanie	Kaszka kukurydziana na mleku 250g (7) Chleb baltonowski 110g (1) Margaryna Flora 10g Jajko- 50g (3) Polędwica drobiowa- 50g Sałatka jarzynowa- 100g Herbata -250 g. Cukier 5g								Chleb graham 110g (1) Margaryna Flora 10g Jajko- 50g (3) Polędwica drobiowa- 50g Sałatka jarzynowa-100g Herbata b/c								Kaszka kukurydziana na mleku 250g (7) Chleb baltonowski 110g (1) Margaryna Flora 10g Ser biały krojony 50g (7) Polędwica drobiowa -50g (3) Pomidor b/s 100g Herbat250g Cukier 5g							
2 Śniadanie									Wafel ryżowy 20g Ser mozzarella 30g (7)															
Obiad	Zupa fasolowa z makaronem 350g (1,3,7) Bitka drobiowa w sosie ziołowym 120g (1) Ziemniaki z zieleciną 150g Ćwikła 120g Kompot wieloowocowy 250g								Zupa fasolowa z makaronem 450g (1,3,7) Bitka drobiowa w sosie ziołowym 120g (1) Ziemniaki z zieleciną 150g Ćwikła 120g Kompot wieloowocowy b/c-250g								Zupa fasolowa z makaronem 450g (1,3,7) Bitka drobiowa w jarzynach 120g (1) Ziemniaki z zieleciną 150g Buraczki 120g Kompot wieloowocowy 250g							
Podwieczorek									Jabłko 150g															
Kolacja	Chleb graham 110g (1) Margaryna Flora 10g Wędlina z piersi kurczaka 60g Serek do chleba-40 (7) Pomidor 70g Sałata 20g Herbata 250g Cukier 5g								Chleb graham 110g (1) Margaryna Flora 10g Wędlina z piersi kurczaka- 70g Serek do chleba-40(7) Pomidor 70g Sałata 20g Herbata b/c-250g								Chleb baltonowski 90g (1) Margaryna Flora 10g Wędlina z piersi kurczaka 70g Serek do chleba-30(7) Pomidor b/s 70g Sałata 30g Herbata 250g Cukier 5g							
Posiłek nocny	Banan- 120g								Jogurt naturalny 150g (7)								Banan 120g							
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bł(g)	sól
	2293	15,99	29,21	25,47	54,8	8,42	32,07	1,9	2251	16,14	25,02	21,11	58,84	9,15	32,02	1,9	2285	15,62	29,42	25,38	54,96	9,29	32,43	1,9

JADŁOSPIS 28.05.2026 r.

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych								Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów								Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów							
Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 250g (7) Chleb graham 110g (1) Margaryna Flora 10g Wędlina drobiowa 50g Ser żółty light-40g(7) Sałatka koktajlowa-80g Herbata -250g Cukier 5g								Płatki ryżowe na mleku 250g (7) Chleb graham 110g (1) Margaryna Flora 10g Wędlina drobiowa 50g Ser żółty light-40 g.(7) Sałatka koktajlowa-80g Herbata b/c- 250g								Płatki ryżowe na mleku 250g (7) Chleb baltonowski 110g (1) Margaryna Flora 10g Wędlina drobiowa 50g Ser biały półtłusty-40g(7) Pomidor b/s-80 g. Herbata -250 g. Cukier 5g							
2 Śniadanie									Chleb żytni 30g (1) Ser biały 20g (7)															
Obiad	Zupa grzybowa 350g (1,7) Kotlet drobiowy po hawajsku 120g (3,7) Ziemniaki z zieleciną 180g Sałata zielona ze jogurtem 100g (7) Kompot wieloowocowy 250g								Zupa grzybowa 350g (1) Bitka drobiowa 120g Ziemniaki z zieleciną 180g Sałata zielona ze jogurtem 100g (7) Kompot wieloowocowy 250g								Zupa jarzynowa- 350g Bitka drobiowa 120g Ziemniaki z zieleciną 180g Sałata zielona ze jogurtem 100g (7) Kompot wieloowocowy 250g							
Podwieczorek									Chleb graham 30g (1) Wędlina drobiowa 30g															
Kolacja	Chleb żytni razowy 90g (1) Margaryna Flora 10g Baleron drobiowy 80g Pomidor z cebulką 80g Sałata 20g Herbata 250g Cukier 5g								Chleb graham 90g (1) Margaryna Flora 10g Baleron drobiowy 80g Pomidor z cebulką 80g Sałata 20g Herbata 250g								Chleb baltonowski 90g (1) Margaryna Flora 10g Baleron drobiowy 80g Pomidor b/s 100g Herbata 250g Cukier 5g							
Posiłek nocny	Sałatka owocowa 120g								Sałatka owocowa 120g								Sałatka owocowa 120g							
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bl(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bl(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bl(g)	sól
	2301	16,27	29,18	24,13	54,55	9,32	33,56	1,9	2241	18,23	24,27	20,25	57,5	9,32	30,76	1,9	2358	16,35	29,10	24,15	54,55	8,45	33,67	1,9

JADŁOSPIS 29.05.2026 r.

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych								Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów								Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów							
Śniadanie	Chleb żytni razowy 110g (1) Margaryna Flora 10g Szynka drobiowa 50g Ser biały 30g (7) Ogórek zielony 100g Sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g								Chleb żytni razowy 110g (1) Margaryna Flora 10g Szynka drobiowa 50g Ser biały 30g (7) Ogórek zielony 100g Sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)								Chleb baltonowski 90g (1) Margaryna Flora 10g Szynka drobiowa 50g Ser biały 30g (7) Pomidor b/s 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g							
2 Śniadanie									Chleb graham 30g (1) Ser żółty light 20g (7)															
Obiad	Krupnik-350g (1) Filet z miruny panierowany-120g (1,4) Ziemniaki z zieleciną 150g Sałatka z czerwonej kapusty 120g Kompot wieloowocowy 250g								Krupnik- 350g (1) Filet z miruny duszony- 120g (1,4) Ziemniaki z zieleciną 150g Sałatka z czerwonej kapusty 120g Kompot wieloowocowy 250g								Krupnik- 350g (1) Filet z miruny na parze-120g (4) Ziemniaki z zieleciną 180g Bukiet warzyw-120g Kompot wieloowocowy 250g							
Podwieczorek									Mandarynka-100g															
Kolacja	Chleb baltonowski 110g (1) Margaryna Flora 10g Indyk w galarecie 50g Pasta z serów-50g(7) Pomidor, rzodkiewka, sałata, oliwa 100g Herbata 250g Cukier 5g								Chleb graham 110g (1) Margaryna Flora 10g Indyk w galarecie 50g Pasta z serów-50(7) Pomidor, rzodkiewka, sałata, oliwa 100g Herbata 250g								Chleb baltonowski 110g (1) Margaryna Flora 10g Filet wędzony z indyka 60g Twarożek-40g (40) Pomidor b/s 100g Herbata 250g Cukier 5g							
Posiłek nocny	Serek owocowy 200g (7)								Serek naturalny 200g (7)								Serek owocowy 200g (7)							
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy(%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/prz y(%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/prz y(%)	bł(g)	sól
	2367	16,8	28,75	24,86	54,45	8,23	36,54	1,8	2323	16,4	28,72	24,66	54,88	8,91	35,78	1,8	2253	16,34	24,58	20,62	59,09	8,81	33,28	1,8

JADŁOSPIS 30.05.2026 r.

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych								Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów								Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów							
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250g (1,7) Chleb graham 110g (1) Margaryna Flora 10g Kabanos drobiowy 40g Ser fromage 40g (7) Ogórek kiszony, pomidor, cebula 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g								Płatki owsiane na mleku 250g (1,7) Chleb graham 110g (1) Margaryna Flora 10g Kabanos drobiowy 40g Ser fromage 40g (7) Ogórek kiszony, pomidor, cebula 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)								Płatki owsiane na mleku 250g (1,7) Chleb baltonowski 90g (1) Margaryna Flora 10g Kabanos drobiowy 40g Ser kanapkowy 40g (7) Pomidor b/s 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g							
2 Śniadanie									Chleb graham 30g (1) Ser mozzarella 30 (7)															
Obiad	Zupa z soczewicy 350g (1) Befszyk drobiowo wołowy 120g (1,3) Ziemniaki z zieleciną 150g Buraczki na ciepło- 120g (1,7) Kompot wieloowocowy 250g								Zupa z soczewicy 350g (1) Pulpet drobiowo wołowy 120g (1,3) Ziemniaki z zieleciną 150g Ćwikła-120 g. Kompot wieloowocowy b/c-250g								Zupa jarzynowa 450g (1) Pulpet drobiowo wołowy 120g (1,3) Ziemniaki z zieleciną 150g Buraczki- 120g (1,7) Kompot wieloowocowy 250g							
Podwieczorek									Banan 100g															
Kolacja	Chleb żytni razowy 90g (1) Margaryna Flora 10g Ser biały półtłusty krojony 50g (7) Szynka drobiowa-40g Dżem-20 g. Szynka drobiowa-40 g. Pomidor 80g Sałata 20g Herbata 250g Cukier 5g								Chleb graham 90g (1) Margaryna Flora 10g Ser biały półtłusty krojony 50g (7) Szynka drobiowa-40 g. Papryka-30g. Pomidor 80g Sałata 20g Herbata b/c-250g								Chleb baltonowski 90g (1) Margaryna Flora 10g Ser biały półtłusty krojony 50g (7) Dżem 20g Szynka drobiowa-40 g. Pomidor b/s 80g Sałata 20g Herbata 250g Cukier 5g							
Posiłek nocny	Chleb graham 30g (1) Ser mozzarella 30g (7)								Kefir 200g (7)								Chleb baltonowski 30g (1) Wędlina drobiowa 25g							
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/pr zy(%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/prz y(%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/prz y(%)	bł(g)	sól
	2358	16,35	29,10	24,15	54,55	8,45	33,67	1,9	2241	18,23	24,27	20,25	57,5	9,32	30,76	1,9	2301	16,27	29,18	24,13	54,55	9,32	33,56	1,9

JADŁOSPIS 31.05.2026 r.

	Dieta: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych									Dieta: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów								Dieta: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i łatwo przyswajalnych węglowodanów							
Śniadanie	Kaszka kukurydziana na mleku 150g (7) Chleb żytni razowy 110g (1) Margaryna Flora 10g Makrela wędzona 80g (4) Serek kanapkowy 30g (7) Ogórek kiszony 70g Sałata 20g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g									Kaszka kukurydziana na mleku 150g (7) Chleb graham 110g (1) Margaryna Flora 10g Makrela wędzona 80g (4) Serek kanapkowy 30g (7) Ogórek kiszony 70g Sałata 20g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)								Kaszka kukurydziana na mleku 150g (7) Chleb baltonowski 110g (1) Margaryna Flora 10g sałatka z tuńczyka 80g (4) Serek kanapkowy 30g (7) Pomidor b/s 70g Sałata 20g Kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) Cukier 5g							
2 Śniadanie										Chleb graham 30g (1) Wędlina drobiowa 25g															
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 450g (1,7) Gulasz z indyka 150g (1) Kasza gryczana 150g (1) Surówka z pekińskiej kapusty z marchewką 150g Kompot wieloowocowy 250g									Barszcz czerwony z ziemniakami 450g (1) Gulasz z indyka 150g (1) Kasza gryczana 150g (1) Surówka z pekińskiej kapusty z marchewką 150g Kompot wieloowocowy 250g								Barszcz czerwony z ziemniakami 450g (1) Gulasz z indyka 150g (1) Kasza jęczmienna 150g (1) Sałatka z pomidora 150g Kompot wieloowocowy 250g							
Podwieczorek										Jabłko 120g															
Kolacja	Chleb graham 90g (1) Margaryna Flora 10g Polędwica drobiowa 80g Ogórek zielony, pomidor, rzodkiewka 100g Herbata 250g Cukier 5g									Chleb graham 90g (1) Margaryna Flora 10g Polędwica drobiowa 80g Ogórek zielony, pomidor, rzodkiewka 100g Herbata 250g								Chleb baltonowski 90g (1) Margaryna Flora 10g Polędwica drobiowa 50g Ser mozzarella z pomidorem b/s 80g (7) Herbata 250g Cukier 5g							
Posiłek nocny	Serek wiejski 150g (7)									Chleb graham 30g (1) Ser półtłusty 25g (7)								Serek wiejski 150g (7)							
	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bł(g)	sól	kcal	B (%)	T (%)	Kw tł nas (g)	W (%)	w/przy (%)	bł(g)	sól	
	2328	16,34	29,28	25,14	54,38	9,43	32,78	1,8	2310	16,12	24,58	21,16	59,30	9,45	31,64	1,8	2310	16,12	24,58	21,16	59,30	9,45	31,64	1,8	

Spis alergenów:

1. Zboża zawierające gluten
3. Jajka i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
9. Seler