

Jadłospisy na dzień 25.02.2026

Dieta podstawowa

Śniadanie:	Ryż gotowany na mleku 300ml (OZI, MLE, SEZ), Chleb mieszany 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło 10g (MLE, S02, ŁUB), Wędlina 40g (GLU, OZI, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Ser żółty 40g (MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ogórek świeży 50g, Herbata b/cukru 250ml,
Obiad:	Zupa krupnik 300ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Ziemniaki gotowane 200g, Karkówka duszona w warzywach 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Surówka Coleslaw 150g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), kompot 250ml (OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB),
Kolacja:	Chleb mieszany 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło 10g (MLE, S02, ŁUB), Twarożek z papryką 60g (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Pomidor 50g, Herbata b/cukru 250ml,
Posiłek nocny:	Sok wielowarzywny Dawtona 330ml,
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna[kcal]: 2121.45 kcal; Białko ogółem: 95.76 g; Tłuszcz: 79.07 g; Węglowodany ogółem: 267.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.80 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g; Sól: 4.11 g; suma cukrów prostych: 42.10 g;

Dieta łatwostrawna

Śniadanie:	Ryż gotowany na mleku 300ml (OZI, MLE, SEZ), Chleb mieszany 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło 10g (MLE, S02, ŁUB), Wędlina 40g (GLU, OZI, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Twaróg krajanka 60g (OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Marcherw parowana 50g (OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Herbata b/cukru 250ml,
Obiad:	Zupa krupnik 300ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Ziemniaki gotowane 200g, Karkówka duszona w warzywach 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Surówka z sałaty z jogurtem 150g (GLU, MLE, SEL, GOR, S02, ŁUB), kompot 250ml (OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB),
Kolacja:	Chleb mieszany 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło 10g (MLE, S02, ŁUB), Twarożek śmietakowy 60g (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Pomidor 50g, Herbata b/cukru 250ml,
Posiłek nocny:	Sok wielowarzywny Dawtona 330ml,
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna[kcal]: 1966.33 kcal; Białko ogółem: 96.13 g; Tłuszcz: 62.61 g; Węglowodany ogółem: 264.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.32 g; Błonnik pokarmowy: 28.44 g; Sól: 3.30 g; suma cukrów prostych: 41.71 g;

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie:	Chleb graham 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło 10g (MLE, S02, ŁUB), Wędlina 40g (GLU, OZI, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Ser żółty 40g (MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ogórek świeży 50g, Herbata b/cukru 250ml,
2. śniadanie:	Salátka lodowa z pomidorem i mozzarellą 200g (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB),
Obiad:	Zupa krupnik 300ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Ziemniaki gotowane 200g, Karkówka duszona w warzywach 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Surówka Coleslaw 150g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), kompot 250ml (OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB),
Kolacja:	Chleb graham 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło 10g (MLE, S02, ŁUB), Twarożek z papryką 60g (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Pomidor 50g, Herbata b/cukru 250ml,
Posiłek nocny:	Chleb graham 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło 10g (MLE, S02, ŁUB), Pasta z wędliny z dodatkiem zieleniny 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Sałata liść 10g,
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna[kcal]: 2265.76 kcal; Białko ogółem: 99.48 g; Tłuszcz: 99.70 g; Węglowodany ogółem: 257.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.91 g; Błonnik pokarmowy: 28.87 g; Sól: 5.58 g; suma cukrów prostych: 33.50 g;

Dieta niskopurynowa

Śniadanie:	Ryż gotowany na mleku 300ml (OZI, MLE, SEZ), Chleb mieszany 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło 10g (MLE, S02, ŁUB), Wędlina 40g (GLU, OZI, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Ser żółty 40g (MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ogórek świeży 50g, Herbata b/cukru 250ml,
Obiad:	Zupa krupnik 300ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Ziemniaki gotowane 200g, Warzywny gulasz z ciecierzycą duszony 150g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB, MCK), Surówka Coleslaw 150g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), kompot 250ml (OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB),
Kolacja:	Chleb mieszany 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło 10g (MLE, S02, ŁUB), Twarożek z papryką 60g (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Pomidor 50g, Herbata b/cukru 250ml,

Jadłospisy na dzień 25.02.2026

Dieta niskopurynowa

Posiłek nocny: Sok wielowarzywny Dawtona 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1968.57 kcal; Białko ogółem: 78.81 g; Tłuszcz: 65.80 g; Węglowodany ogółem: 277.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.69 g; Błonnik pokarmowy: 33.19 g; Sól: 4.01 g; suma cukrów prostych: 43.47 g;

Wątrobowa/Wrzodowa

Śniadanie: Ryż gotowany na mleku 300ml (**OZI, MLE, SEZ**), Chleb mieszany 100g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ**), Masło 10g (**MLE, S02, ŁUB**), Wędlina 40g (**GLU, OZI, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB**), Twaróg krajanka 60g (**OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02**), Marcherw parowana 50g (**OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB**), Herbata b/cukru 250ml ,
Obiad: Zupa krupnik 300ml (**GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB**), Ziemniaki gotowane 200g , Karkówka duszona w warzywach 120g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR**), Surówka z sałaty z jogurtem 150g (**GLU, MLE, SEL, GOR, S02, ŁUB**), kompot 250ml (**OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB**),
Kolacja: Chleb mieszany 100g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ**), Masło 10g (**MLE, S02, ŁUB**), Twarożek śmietankowy 60g (**GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB**), Pomidor 50g , Herbata b/cukru 250ml ,
Posiłek nocny: Sok wielowarzywny Dawtona 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1966.33 kcal; Białko ogółem: 96.13 g; Tłuszcz: 62.61 g; Węglowodany ogółem: 264.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.32 g; Błonnik pokarmowy: 28.44 g; Sól: 3.30 g; suma cukrów prostych: 41.71 g;

Kobiety w ciąży/ karmiące

Śniadanie: Ryż gotowany na mleku 300ml (**OZI, MLE, SEZ**), Chleb mieszany 100g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ**), Masło 10g (**MLE, S02, ŁUB**), Wędlina 40g (**GLU, OZI, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB**), Ser żółty 40g (**MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02**), Ogórek świeży 50g , Herbata b/cukru 250ml ,
2. śniadanie: Sałatka lodowa z pomidorem i mozzarellą 200g (**GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB**),
Obiad: Zupa krupnik 300ml (**GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB**), Ziemniaki gotowane 200g , Karkówka duszona w warzywach 120g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR**), Surówka Coleslaw 150g (**JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB**), kompot 250ml (**OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB**),
Kolacja: Chleb mieszany 100g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ**), Masło 10g (**MLE, S02, ŁUB**), Twarożek z papryką 60g (**GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB**), Pomidor 50g , Herbata b/cukru 250ml ,
Posiłek nocny: Chleb mieszany 100g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ**), Masło 10g (**MLE, S02, ŁUB**), Pasta z wędliny z dodatkiem zieleniny 60g (**GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB**), Sałata liść 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2614.34 kcal; Białko ogółem: 112.80 g; Tłuszcz: 108.41 g; Węglowodany ogółem: 312.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.86 g; Błonnik pokarmowy: 30.57 g; Sól: 5.89 g; suma cukrów prostych: 45.74 g;

Dzieci 2

Śniadanie: Ryż gotowany na mleku 200ml (**OZI, MLE, SEZ**), Chleb mieszany 60g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ**), Masło 10g (**MLE, S02, ŁUB**), Wędlina 40g (**GLU, OZI, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB**), Ser żółty 40g (**MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02**), Ogórek świeży 50g , Herbata b/cukru 250ml ,
Obiad: Zupa krupnik 200ml (**GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB**), Ziemniaki gotowane 100g , Karkówka duszona w warzywach 100g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR**), Surówka Coleslaw 150g (**JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB**), kompot 250ml (**OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB**),
Kolacja: Czekoladowa kasza jaglana na mleku 200ml (**GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, S02, ŁUB**), Herbata b/cukru 250ml ,
Posiłek nocny: Sok wielowarzywny Dawtona 330ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1449.69 kcal; Białko ogółem: 69.03 g; Tłuszcz: 64.66 g; Węglowodany ogółem: 154.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.12 g; Błonnik pokarmowy: 20.79 g; Sól: 2.70 g; suma cukrów prostych: 38.77 g;

Dieta papkowata

Śniadanie: Ryż gotowany na mleku 500ml (**OZI, MLE, SEZ**), Masło 10g (**MLE, S02, ŁUB**), Herbata b/cukru 250ml , Kisiel owocowy 150g (**MLE**),

Jadłospisy na dzień 25.02.2026

Dieta papkowata

Obiad:	Ziemniaki gotowane 300g , Karkówka duszona w warzywach 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), kompot 250ml (OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB),
Kolacja:	Zupa krupnik 400ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Chleb mieszany 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Wędlina 60g (GLU, OZI, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Herbata b/cukru 250ml ,
Posiłek nocny:	Sok wielowarzywny Dawtona 330ml ,
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna[kcal]: 1765.20 kcal; Białko ogółem: 78.66 g; Tłuszcz: 43.40 g; Węglowodany ogółem: 274.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.57 g; Błonnik pokarmowy: 27.71 g; Sól: 2.61 g; suma cukrów prostych: 50.07 g;