

Jadłospis na dzień 30.08.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</u> CHLEB ŻYTN I RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, porcje rosółowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA PIECZONE SURÓWKA Z SALATY I POMIDORA sałata, pomidor, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz, sól KOMPOT	CHLEB ŻYTN I RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	SOK WARZYWNY	E 2230 kcal B 112 g T 86.3 g NKT 23.3 g W 256 g C 38.8 g Bł 25 g Sód 1500 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</u> CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, porcje rosółowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	SOK WARZYWNY	E 2020 kcal B 113.7 g T 61.2 g NKT 21.7 g W 259 g C 38.2 g Bł 25.5 g Sód 1520 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03	CHLEB ŻYTN I RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	WARZYWA GOTOWANE Z OLEJEM I SŁONECZNIKIEM brokuł, kalafior, marchew, olej rzepakowy, słonecznik	ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, porcje rosółowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA PIECZONE SURÓWKA Z SALATY I POMIDORA sałata, pomidor, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz, sól KOMPOT	CHLEB ŻYTN I RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól SEREK TARTARE z <u>mleka</u> RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	CHLEB ŻYTN I RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól SEREK TARTARE z <u>mleka</u> SALATA JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 2210 kcal B 108.8 g T 89.8 g NKT 19.7 g W 256 g C 25.9 g Bł 25.3 g Sód 1620 mg

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości	
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU D05	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</u> CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		BULION WARZYWNY Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	SOK WARZYWNY	E	2020 kcal
DIETA BOGATOBIALKOWA D07	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</u> CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	BUDYŃ <u>mleko</u> , skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, barwnik, ekstrakt wanilii	ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, porcje rosolowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E	2200 kcal
DIETA PAPKOWATA D11	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> JAJKO GOTOWANE NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł KOMPOT	BULION WARZYWNY Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> FILET DROBIOWY GOTOWANY KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	SOK WARZYWNY	E	1840 kcal
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</u> CHLEB ŻYJNI RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		BULION WARZYWNY Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KOTLET ZIEMNIACZANY PIECZONY W SOSIE ziemniaki, jajka, mąka <u>pszenna</u> , bułka tarta - z mąki <u>pszennej</u> , olej rzepakowy, przyprawy SURÓWKA Z SALATY I POMIDORA sałata, pomidor, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz, sól KOMPOT	CHLEB ŻYJNI RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	SOK WARZYWNY	E	2290 kcal

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA DLA KOBIET W CIĄŻY I W OKRESIE LAKTACJI C01	PŁATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u>, płatki <u>owsiane</u> CHLEB ŻYTNI RAZOWY mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	WARZYWA GOTOWANE Z OLEJEM I SŁONECZNIKIEM brokuł, kalafior, marchew, olej rzepakowy, słonecznik	ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u>, woda, porcje rosółowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMIANKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA PIECZONE SURÓWKĄ Z SAŁATY I POMIDORA sałata, pomidor, jogurt naturalny - z <u>mleka</u>, pieprz, sól KOMPOT	CHLEB ŻYTNI RAZOWY mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u>, kakao	CHLEB ŻYTNI RAZOWY mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól SEREK TARTARE z <u>mleka</u> DŻEM NISKOSŁODZONY	E 2560 kcal B 120 g T 102 g NKT 26.4 g W 300 g C 55.4 g Bł 27 g Sód 1480 mg
DIETA DLA DZIECI	PŁATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u>, płatki <u>owsiane</u> CHLEB ŻYTNI RAZOWY mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u>, woda, porcje rosółowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMIANKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA PIECZONE SURÓWKĄ Z SAŁATY I POMIDORA sałata, pomidor, jogurt naturalny - z <u>mleka</u>, pieprz, sól KOMPOT BANAN	CHLEB ŻYTNI RAZOWY mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> NALEŚNIKI Z DŻEMEM mąka <u>pszenna</u>, jajka, <u>mleko</u>, dżem, olej rzepakowy KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u>, kakao	BUDYŃ <u>mleko</u>, skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, barwnik, ekstrakt wanilii	E 1900 kcal B 84.8 g T 74 g NKT 25 g W 230 g C 60.7 g Bł 15 g Sód 1250 mg