



JADŁOSPIS CHORYCH 14-23.06.2026

| | Posiłek | Dieta podstawowa (D01) | Dieta łatwostrawna (D02) | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03) |
|-------------------------|---------------|--|--|---|
| Niedziela 14.06.2026 | Śniadanie | Kakao 250ml(1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Kiełbasa śląska parzona 80g(1,3,6,9,10), Pomidor 50g | Kakao 250ml(1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Parówka z szynki 70g(1,3,6,9,10) Sałata 20g | Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 Parówka z szynki 70g(1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g |
| | Obiad | Zupa brokułowa 400ml(1,3,7,9) Szynka pieczona 100g Ziemniaki gotowane puree 250g (1,7) Sos pieczeniowy 125ml (1,7) Buraczki gotowane 150g(1,7) Kompot 200ml | Zupa rosół jarski 400ml(1,3,7,9) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Szynka gotowana 100g Sos koperkowy 125ml (1,7) Buraczki gotowane 150g(1,7) Kompot 200ml | Zupa rosół jarski 400ml(1,3,7,9) Szynka gotowana 100g Sos koperkowy 125ml (1,7) Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g(7) Buraczki gotowane 150g(1,7) Surówka z kapusty i jabłka 100g Kompot b/cukru 200ml |
| | Kolacja | Pieczywo pszenno-żytnie 70g, graham 30g(1,3,7,11) Masło 15g(7) Szynka drobiowa 50g(1,3,6,9,10) Sałata 25g Papryka 20g Herbata 200ml | Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Szynka drobiowa 50g(1,3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 200ml | Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Szynka drobiowa 50g(1,3,6,9,10) Sałata 25g Papryka 20g Herbata 200ml |
| | Posiłek nocny | Jogurt owocowy 150g(7) bez dodatku cukru | Jogurt owocowy 150g(7) bez dodatku cukru | Jogurt owocowy 150g(7) bez dodatku cukru |
| Poniedziałek 15.06.2026 | Śniadanie | Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Jajko gotowane 60 g (3) Polędwica z indyka 30g (1,3,6,9,10) Sałata 25g Pomidor 30 g | Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Jajko gotowane 60 g (3) Polędwica z indyka 30g (1,3,6,9,10) Sałata 25g | Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Jajko gotowane 60 g (3) Polędwica z indyka 30g (1,3,6,9,10) Sałata 25g Pomidor 30 g |
| | Obiad | Zupa z soczewicy 400ml(1,7,9) Wątróbka smażona z cebulką 100g(1,7) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Surówka z kapusty kiszanej i jabłka 100g Kompot 200ml | Zupa rosół jarski 400ml(1,7,9) Roladki gotowane z kurczaka 100g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Marchewka gotowana 120g(1,7) Sos koperkowy 125ml(1,7) Kompot 200ml | Zupa rosół jarski 400ml(1,7,9) Roladki gotowane z kurczaka 100g Ziemniaki gotowane 200g Brokuły gotowane 100g Surówka z kapusty i jabłka 100g Kompot b/cukru 200ml |
| | Podwieczorek | Drożdżówka z owocami własnego wypieku 80g(1,3,7) Herbata 200ml | Drożdżówka z owocami własnego wypieku 80g(1,3,7) Herbata 200ml | Babka bez cukru własnego wypieku 80g(1,3,7) Herbata 200ml |

| | | | | |
|-------------------|---------------|---|---|--|
| | Kolacja | Pieczywo pszenno-żytnie 70g, graham 30g(1,3,7,11)Masło 15g(7) Ser salami 40g(7)Dżem truskawkowy 30g Pomidor 50g Ogórek 20g Herbata 250ml | Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11)Masło 15g (7)Szynka gotowana 50g(1,3,6,9,10) Dżem truskawkowy 30gSałata 20gHerbata 250ml | Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11)Masłoroślinne 15gSzynka gotowana 50 g(1,3,6,9,10)Pomidor 50g Ogórek 20gHerbata 250ml |
| | Posiłek nocny | Kefir 200ml(7) | Kefir 200ml(7) | Kefir 200ml(7) |
| Wtorek 16.06.2026 | Śniadanie | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11)Masło 15 g (7)Pasta z sera białego i z rzodkiewki 80g(7)Sałata 20g | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11)Masło 15 g (7)Pasta z sera białego i koperku80g(7) Sałata 20g | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11)Masłoroślinne 15gPasta z sera białego i z rzodkiewki 80g(7)Sałata 20g |
| | Obiad | Zupa warzywna 400ml(1,7,9) Gulasz z mięsa wieprzowego duszony w sosie własnym 150g (1) Kasza jęczmienna gotowana 180g (1) Surówka z kapusty i jabłka 150g Kompot 200 ml | Zupa ziemniaczana 400ml(1,7,9) Schab gotowany 100g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7)Brokuły gotowane100g (1,7) Sos koperkowy 125ml (1,7) Kompot 200ml | Zupa koperkowa 400 ml (1,7,9) Schab gotowany 100g Ziemniaki gotowane 200g kalafior gotowany100g Surówka z kapusty i jabłka 100g Kompot b/cukru |
| | Podwieczorek | Jogurt naturalny 180g(7) Herbata 200ml | Jogurt naturalny 180g(7) Herbata 200ml | Jogurt naturalny 180g(7) Herbata 200ml |
| | Kolacja | Pieczywo pszenno-żytnie 70g, graham 30g (1,3,7,11)Masło 15g (7)Polędwica z indyka 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25g Ogórek 20g, Herbata 200ml | Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11)Masło 15 g (7)Polędwica z indyka 40g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Herbata 200ml | Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11)Masło roślinne 15g Polędwica z indyka 40g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Ogórek 20gHerbata 200ml |
| | Posiłek nocny | Mus owocowy 100g | Mus owocowy 100g | Mus owocowy 100g |
| Środa 17.06.2026 | Śniadanie | Zupa mleczna 350ml(1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11)Masło 15g(7)Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g(3)Sałata 25g Ogórek 20g | Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11)Masło 15 g (7) Pasta z jaj 60g(3) Sałata 25g | Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11)Masło roślinne 15 g (7)Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (3)Sałata 25g, Ogórek 20g |
| | Obiad | Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym 300g(1,9) Kompot 200 ml | Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) Makaron pszenny z sosem mięsno-warzywnym300g(1,9) Kompot 200 ml | Zupa jarzynowa 400ml (1,7,9) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym 300g(1,9) Surówka z kapusty i jabłka 100g Kompot b/cukru |
| | Podwieczorek | Banan 120g Herbata 200ml | Jabłko pieczone 150g Herbata 200ml | Jabłko 150g Herbata 200ml |
| | Kolacja | Pieczywo pszenno-żytnie 70g, graham 30g(1,3,7,11) Masło 15g (7) Schab pieczony w ziołach własnego wyrobu 50g Sałata 20g Herbata 200ml | Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Schab pieczony w ziołach własnego wyrobu 50g Sałata 20g Herbata 200ml | Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Schab pieczony w ziołach własnego wyrobu 50g Sałata 20g Herbata 200ml |
| | Posiłek nocny | Jogurt naturalny 150g(7) | Jogurt naturalny 150g(7) | Jogurt naturalny 150g(7) |

| | | | | |
|---------------------|---------------|--|---|--|
| Czwartek 18.06.2026 | Śniadanie | Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Pasztet pieczony z warzywami własnego wyrobu 70g Sałata 25g, Papryka 20g | Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka gotowana z indyka 30g (1,3,6,9,10) ser twarogowy 50g (7) Sałata 25g | Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g ,Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Pasztet pieczony z warzywami własnego wyrobu 70g Sałata 25g, Papryka 20g |
| | Obiad | Zupa rosół z makaronem 400ml (1,3,9) Sos potrawkowy 125ml (1,7) Udko gotowane 150g Ryż brązowy gotowany200g Marchewka z groszkiem100g (1,7) Kompot 200ml | Zupa rosół jarski 400ml (1,3,9) Sos koperkowy 125ml (1,7) Udko gotowane 150g Ryż biały gotowany 200g Marchewka gotowana 120g (1,7) Kompot 200ml | Zupa rosół jarski 400ml (1,3,9) Sos koperkowy125ml (1,7) Udko gotowane 150g Ryż brązowy gotowany180g Brokuły 100 g Surówka z kapusty i jabłka 100g Kompot b/cukru 200ml |
| | Podwieczorek | Budyń z sokiem owocowym 200g (7) Herbata 200ml | Budyń z sokiem owocowym 200g (7) Herbata 200ml | Budyń bez cukru 200g (7) Herbata 200ml |
| | Kolacja | Pieczywo pszenno-żytnie 70g graham 30g (1,3,7,11) Masło15g (7) Kiełbasa szynkowa 40g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g, Ogórek 20gHerbata 200ml | Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Kiełbasa szynkowa 40g (1,3,6,9,10) Sałata 20g Herbata 200ml | Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Kiełbasa szynkowa 40g (1,3,6,9,10) Sałata 20 g Ogórek 20 g |
| | Posiłek nocny | Sok warzywny 300ml | Sok warzywny 300ml | Sok warzywny 300ml |
| Piątek 19.06.2026 | Śniadanie | Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Pasta z tuńczyka 80g (4,7) Sałata 25g, Papryka 20g | Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Pasta z tuńczyka 80g (4,7) Sałata 25g | Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Pasta z tuńczyka 80g (4,7) Sałata 25g, Papryka 20g |
| | Obiad | Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (1, 7,9) Ryba pieczona 100g (1,4) Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g (7) Surówka z kapusty i jabłka 100g Kompot 200ml | Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (1, 7,9) Ryba gotowana Miruna 100g (1,3,4) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g (7) Kalafior 150g Kompot 200ml | Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (1, 7,9) Ryba gotowana Miruna 100g (4) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kapusty i jabłka 100g Kalafior 150g Kompot b/cukru |
| | Podwieczorek | Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7) Herbata 200ml | Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7) Herbata 200ml | Bułka mleczna bez cukru własnego wypieku 80g (1,3,7) Herbata 200ml |
| | Kolacja | Pieczywo pszenno-żytnie 70g , graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Jajko gotowane 60g (3) Pomidor 50g, Sałata 20g Miód 15gHerbata 200ml | Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Jajko gotowane 60g (3) Sałata 20g Miód 15g Herbata 200ml | Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Jajko gotowane 60g (3) Pomidor 50g, Sałata 20g Herbata 200ml |
| | Posiłek nocny | Owsianka z owocami 150g (1,7) | Owsianka z owocami 150g (1,7) | Owsianka z owocami 150g (1,7) |
| Sobota | Śniadanie | Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Ser salami 40g (7) Dżem 30g Pomidor 50g Sałata 20 g | Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Dżem 30g kiełbasa szynkowa 40g (1,7,6,9,10) Sałata 20 g | Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Kiełbasa szynkowa 40g (1,7,6,9,10) Pomidor 50gSałata 20 g |

| | | | | |
|-------------------------|---------------|--|--|--|
| | Obiad | Zupa barszcz z ziemniakami 400ml (1,7,9) Ryż na mleku z jabłkiem i cynamonem (3,7) 250g Kompot 200ml | Zupa barszcz z ziemniakami 400ml (1,7,9) Ryż na mleku z jabłkiem i cynamonem (3,7) 250g Kompot 200ml | Zupa barszcz 400ml (1,7,9) Gzik 100g (7) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot b/cukru |
| | Podwieczorek | Babka drożdżowa własnego wypieku 100g (1,3,7) Herbata 200ml | Babka drożdżowa własnego wypieku 100g (1,3,7) Herbata 200ml | Babka drożdżowa własnego wypieku bez cukru 100g (1,3,7) Herbata 200ml |
| | Kolacja | Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Herbata 200ml | Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 20g Herbata 200ml | Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g ,Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Herbata 200ml |
| | Posiłek nocny | Kefir 200ml (7) | Kefir 200ml (7) | Kefir 200ml (7) |
| Niedziela 21.06.2026 | Śniadanie | Kakao 250ml (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka z szynki 70g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g | Kakao 250ml (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka z szynki 70g (1,3,6,9,10) Sałata 20g | Kakao 250ml (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Parówka z szynki 70g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g |
| | Obiad | Zupa koperkowa 400ml (1,7,9) Karkówka pieczona 100g Sos 125ml (1,7) Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g (7) Buraczki gotowane 100g (1,7) Kompot 200ml | Zupa koperkowa 400ml (1,7,9) Szynka gotowana 100g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g (7) Sos 125ml (1,7) Buraczki gotowane 100g (1,7) Kompot 200ml | Zupa koperkowa 400ml (1,7,9) Szynka gotowana 100g Ziemniaki gotowane 200g Buraczki gotowane 100g (1,7) Surówka z kapusty i jabłka 100g Kompot b/cukru |
| | Kolacja | Pieczywo pszenno-żytnie 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Papryka 20g Herbata 200ml | Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 200ml | Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g ,Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g (7) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Papryka 20g Herbata 200ml |
| | Posiłek nocny | Jogurt owocowy 150g (7) bez dodatku cukru | Jogurt owocowy 150g (7) bez dodatku cukru | Jogurt owocowy 150g (7) bez dodatku cukru |
| Poniedziałek 22.06.2026 | Śniadanie | Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30g, Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka z indyka gotowana 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25g | Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka z indyka gotowana 50g (1,3,6,9,10) Sałata 20g | Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Szynka z indyka gotowana 50g (1,3,6,9,10) Sałata 20g |
| | Obiad | Barszcz ukraiński 400ml (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem i cukrem 300g (1,3,7) Kompot 200ml | Barszcz z ziemniakami 400ml (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem i cukrem 300g (1,3,7) Kompot 200ml | Zupa warzywna 400ml (1,3,7,9) Ziemniaki gotowane 180g, Ryba gotowana 80g (4) Kalafior gotowany 100g Surówka z kapusty białej i jabłka 100g Kompot b/cukru |
| | Podwieczorek | Jabłko pieczone 150g Jogurt naturalny 180g (7) Herbata 200ml | Jabłko pieczone 150g Jogurt naturalny 180g (7) Herbata 200ml | Jabłko 150g Jogurt naturalny 180g (7) Herbata 200ml |

| | | | | |
|-------------------|---------------|---|--|--|
| | Kolacja | Pieczywo pszenno-żytnie 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Jajko gotowane 60 g (3) Ser tyłżycki 30g (7) Sałata 25g, Ogórek 30g, Herbata 250ml | Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15g Jajko gotowane 60g (3) Szyńka konserwowa 30g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Herbata 250ml | Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Jajko gotowane 60g (3) Szyńka konserwowa 30g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Ogórek 30g Herbata 250ml |
| | Posiłek nocny | Sok pomidorowy 330ml | Sok pomidorowy 330ml | Sok pomidorowy 330ml |
| Wtorek 23.06.2026 | Śniadanie | Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo graham 30g Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Polędwica sopocka 50g (1,7,9,10) Masło 15g (7) Sałata 25g Papryka 20g | Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Polędwica sopocka 50g (1,7,9,10) Masło 15 g (7) Sałata 25g | Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Polędwica sopocka 50g (1,7,9,10) Masło roślinne 15g Sałata 25g Papryka 20 g |
| | Obiad | Rosół jarski 400 ml (1,9) Galantyna z kurczaka gotowana 100g sos koperkowy 125g (1,3,7,9) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g (7) Marchewka gotowana 120g (1,7) Kompot 200ml | Rosół jarski 400 ml (1,9) Galantyna z kurczaka gotowana 100g sos koperkowy 125g (1,3,7,9) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g (7) Marchewka gotowana 120g (1,7) Kompot 200ml | Rosół jarski 400 ml (1,9) Galantyna gotowana 100g sos warzywny 125g (1,3,7,9) ziemniaki gotowane 180g surówka z kapusty 100g Marchewka gotowana 100g Kompot b/cukru |
| | Podwieczorek | Kisiel z jabłkiem 200ml Herbata 200ml | Kisiel z jabłkiem 200ml Herbata 200ml | Kisiel z jabłkiem 200ml Herbata 200ml |
| | Kolacja | Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Parówka z szynki 70g (1,6,7,10,9) Pomidor 50g Sałata 20g Herbata 250ml | Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka z szynki 70g (1,6,7,10,9), Sałata 20g Herbata 250ml | Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Parówka z szynki 70g (1,6,7,10,9), Sałata 20g pomidor 50g Herbata 250ml |
| | Posiłek nocny | Kefir 200ml (7) | Kefir 200ml (7) | Kefir 200ml (7) |

PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIĘ:

1-zboża zawierające gluten, 2-skorupiaki, 3-jaja, 4-ryby, 5-orzeszki ziemne, 6-soja, 7-mleko, 8-orzechy, 9-seler, 10-gorczyca, 11-nasiona sezamu, 12-dwutlenek siarki i siarczanu, 13-tubin, 14-mięczaki

ISTNIEJE MOŻLIWOŚĆ ZMIAN W JADŁOSPISIE

| Dieta podstawowa (D01) | | | | | | | | |
|-------------------------------|------|------------|-------------|----------------|-----------------|-----------|----------|-------------|
| Dzień | KCAL | BIĄŁKO (g) | TŁUSZCZ (g) | KW.TŁ.NAS. (g) | WĘGLOWODANY (g) | CUKRY (g) | SÓD (mg) | BŁONNIK (g) |
| 14.06.2026 | 1947 | 106,56 | 63,55 | 32,78 | 255,55 | 41,98 | 2293,05 | 37,8 |
| 15.06.2026 | 2292 | 91,95 | 86,24 | 35,11 | 306,21 | 43,21 | 2380,22 | 40,66 |
| 16.06.2026 | 2122 | 89,72 | 67,48 | 32,2 | 302,52 | 73,07 | 3273,74 | 31,59 |
| 17.06.2026 | 2111 | 78,87 | 69,83 | 28,03 | 306,85 | 52,43 | 2914 | 32,81 |
| 18.06.2026 | 2359 | 101,84 | 63,7 | 28,59 | 369 | 46,67 | 2699,04 | 32,92 |
| 19.06.2026 | 2280 | 72,19 | 59,02 | 27,5 | 388,05 | 37,41 | 2556,07 | 39,97 |
| 20.06.2026 | 2122 | 90,18 | 82,94 | 39,36 | 266,49 | 30,53 | 2446,54 | 36,08 |
| 21.06.2026 | 2099 | 95,3 | 84,62 | 38,2 | 254,73 | 39,66 | 2597,72 | 34,16 |
| 22.06.2026 | 2251 | 98,87 | 78,22 | 38,29 | 312,47 | 30,03 | 2081,7 | 29,05 |
| 23.06.2026 | 2196 | 88,9 | 61,7 | 27,38 | 351,4 | 30,7 | 1516 | 34,4 |

| Dieta łatwostrawna (D02) | | | | | | | | |
|---------------------------------|------|------------|-------------|----------------|-----------------|-----------|----------|-------------|
| Dzień | KCAL | BIĄŁKO (g) | TŁUSZCZ (g) | KW.TŁ.NAS. (g) | WĘGLOWODANY (g) | CUKRY (g) | SÓD (mg) | BŁONNIK (g) |
| 14.06.2026 | 2104 | 82,74 | 76,6 | 32,14 | 299,16 | 32,8 | 2053,4 | 23 |
| 15.06.2026 | 2128 | 84,4 | 64,3 | 28,38 | 325,4 | 46,2 | 1970 | 23,9 |
| 16.06.2026 | 2032 | 94,2 | 59,7 | 30,02 | 293,6 | 72 | 1766 | 19,2 |
| 17.06.2026 | 2085 | 91,54 | 77,7 | 34,14 | 276,06 | 44,5 | 1633,4 | 22,8 |
| 18.06.2026 | 2171 | 92,67 | 70,02 | 31,29 | 308,77 | 46,03 | 2640,7 | 21,35 |
| 19.06.2026 | 2222 | 92,3 | 54,6 | 26,6 | 360,6 | 43,3 | 2079 | 25,9 |
| 20.06.2026 | 2139 | 86,3 | 61,7 | 31,78 | 328,3 | 66 | 2483 | 22,1 |
| 21.06.2026 | 2031 | 75,84 | 75,6 | 33,14 | 254,16 | 44,1 | 2391,4 | 20,8 |
| 22.06.2026 | 2019 | 83,87 | 63,32 | 30,59 | 297,97 | 24,33 | 2211,7 | 23,95 |
| 23.06.2026 | 2053 | 88,5 | 51,5 | 27,38 | 333,9 | 28 | 1559 | 28,6 |

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)

| Dzień | KCAL | BIALKO (g) | TLUSZCZ (g) | KW.TL.NAS. (g) | WĘGLOWODANY (g) | CUKRY (g) | SÓD (mg) | BŁONNIK (g) |
|------------|------|------------|-------------|----------------|-----------------|-----------|----------|-------------|
| 14.06.2026 | 1973 | 89,04 | 75,3 | 19,24 | 262,26 | 32 | 2221,4 | 29,1 |
| 15.06.2026 | 2025 | 92,8 | 63,6 | 17,38 | 297,4 | 33 | 1965 | 29,8 |
| 16.06.2026 | 2011 | 95,2 | 62,5 | 19,02 | 294,7 | 60 | 1670 | 31,1 |
| 17.06.2026 | 1983 | 94,74 | 75 | 21,64 | 258,46 | 27,8 | 1545,4 | 27,9 |
| 18.06.2026 | 2051 | 97,07 | 76,62 | 22,29 | 274,07 | 31,23 | 2359,7 | 34,25 |
| 19.06.2026 | 2007 | 88,6 | 59,6 | 15,1 | 305,2 | 32 | 1600 | 30,6 |
| 20.06.2026 | 1923 | 84,6 | 58,4 | 18,28 | 287,1 | 39 | 2205 | 24,7 |
| 21.06.2026 | 1939 | 79,44 | 81,1 | 22,24 | 224,16 | 29 | 2295,4 | 24,4 |
| 22.06.2026 | 2019 | 83,87 | 63,32 | 30,59 | 297,97 | 24,33 | 2211,7 | 23,95 |
| 23.06.2026 | 2053 | 88,5 | 51,5 | 27,38 | 333,9 | 28 | 1559 | 28,6 |