

Jadłospis

Dieta podstawowa , okres: 2026-09-21 - 2026-09-30

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	25.09 piątek	26.09 sobota	27.09 niedziela
Śniadanie Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ bułka ze słonecznikiem /Alergeny: 1,3,6/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Kielbasa krakowska /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/ Pomidor Herbata z cytryną Ogórek zielony /Alergeny: 7/ Kielki	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną kielbasa żywiecka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ jajecznica na boczku /Alergeny: 3,7/ Pomidor sałata rukola Powidła /Alergeny: 7,12/ jabłko (1 sztuka,120 g)	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną kielbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Pomidor sałata rukola ser camembert /Alergeny: 7/	Śniadanie Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,3,6,7,11/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pomidor dżem owocowy jajko z majonezem /Alergeny: 3,10/ pasztet z suszonymi pomidorami /Alergeny: 1,3,6,9,10/ sałata rukola	Śniadanie Zupa mleczna Owsianka /Alergeny: 7,1/ chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7,1,8,9,10,11,12/ ser plesniowy blue /Alergeny: 7/ Ogórek zielony /Alergeny: 7/ Pomidor śliwki	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/ Herbata z cytryną szynka sznurowana /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Pasta z jajka ze szczypiorkiem /Alergeny: 3,10,7/ Pomidor Sałata rzymska serek homogenizowany /Alergeny: 7/	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Kakao /Alergeny: 7/ szynka drobiowa z fileta /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ jajecznica na boczku /Alergeny: 3,7/ Pomidor Ogórek kiszony /Alergeny: 9,10/
Obiad Kura a la flaczki /Alergeny: 9,7,10,1,3,6/ naleśniki z serem i fruzeliną wiśniową /Alergeny: 1,7,3,6,9,10,8,12/ Kompot z czarnej porzeczki Sok tłoczony 100% /Alergeny: 12/	Obiad Zupa grochowa /Alergeny: 7,9,1,10,3,6/ Ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ Policzki wieprzowe /Alergeny: 7,1/ kapusta czerwona z wiśniami i cynamonem /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/	Obiad Zupa ogórkowa /Alergeny: 9,7,10,1/ placek ziemniaczany po węgiersku /Alergeny: 7,3,1,9/ Zielona surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem /Alergeny: 1,9,7,3,10/ Kompot śliwkowy jogurt skyr owocowy /Alergeny: 7/	Obiad zupa krem z pieczarek /Alergeny: 7,1,9,10,3,6,11/ ziemniaki z koperkiem Gołąbki z mięsem w sosie pomidorowym /Alergeny: 1,6,8,9,10,11,7,3/ sałatka szwedzka /Alergeny: 9,10/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/ ciasto na maślanec /Alergeny: 7,3,1,8,10,11/	Obiad Zupa brokułowa z papryką i zieleciną /Alergeny: 1,3,7,9,10/ pierogi leniwe (własnej produkcji) /Alergeny: 7,1,3/ brzoskwienie Surówka z marchwi i jabłka /Alergeny: 7/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/	Obiad zupa- krem z zielonego groszku /Alergeny: 7,1,9,10,3/ Ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ Pulpety z kurczaka w sosie koperkowym /Alergeny: 3,7/ fasolka szparagowa z wody /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Kompot truskawkowy	Obiad Barszcz z makaronem /Alergeny: 9,7,1,10,3,5,8,11/ ziemniaki z koperkiem Kotlet drobiowy panierowany /Alergeny: 3,1,7/ kalafior z bułką tartą /Alergeny: 1,7/ Kompot śliwkowy Murzynek /Alergeny: 1,7,3/
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja

Jadłospis

Dieta podstawowa , okres: 2026-09-21 - 2026-09-30

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	25.09 piątek	26.09 sobota	27.09 niedziela
chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ indyk faszerowany /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Herbata z cytryną sałata rukola papryka świeża /Alergeny: 7/	chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ pasztet zapiekany z indykiem i warzywami /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Herbata z cytryną Ogórek kiszony /Alergeny: 9,10/ Kielki	Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ chleb zwykły /Alergeny: 1/ Herbata z cytryną masło smietankowe /Alergeny: 7/ pasta z sera żółtego i szczypiorku /Alergeny: 7,3,10/ Połędwica sopocka /Alergeny: 1,3,6,7,8,9,10,12/ Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/ papryka świeża /Alergeny: 7/	chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Ser żółty edamski /Alergeny: 7/ połędwica miódowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Sałata rzodkiewka /Alergeny: 7/	chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ ser wiejski /Alergeny: 7/ Paprykarz /Alergeny: 1,4,6,9,10,11/ Herbata z cytryną Sałata Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/	chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną ser żółty gouda z czarnuszką /Alergeny: 7/ Kiełbasa z rusztu z cebulką /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ keczup /Alergeny: 1,9,10/ papryka świeża /Alergeny: 7/ Sałata	masło smietankowe /Alergeny: 7/ chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ kiełbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pomidor Ogórek zielony /Alergeny: 7/
wieczorny posiłek	wieczorny posiłek	wieczorny posiłek	wieczorny posiłek	wieczorny posiłek	wieczorny posiłek	wieczorny posiłek
Owsianka z gruszkami i cynamonem /Alergeny: 1,7,3,6,9,10/	Smoothie /Alergeny: 12/	sok pomidorowy /Alergeny: 9,10/	gruszka	jabłko (1 sztuka,120 g)	sok kubus /Alergeny: 12/	Nekataryna
2233 Kcal; Błonnik pokarmowy 19,11 g, Tłuszcz 86,64 g, Węglowodany ogółem 266,27 g, Sód 2480,83 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 20,04 g, sól 0,76 g, w tym cukry 24,91 g, Białko ogółem 102,9 g,	2229 Kcal; Tłuszcz 95,19 g, Węglowodany ogółem 267,15 g, Sód 2489,19 mg, Błonnik pokarmowy 30,65 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 27,77 g, sól 0,77 g, w tym cukry 23,84 g, Białko ogółem 108,61 g,	2201 Kcal; Tłuszcz 101,52 g, Węglowodany ogółem 237,15 g, Sód 4481,36 mg, Błonnik pokarmowy 21,68 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 25,03 g, sól 0,8 g, w tym cukry 21,79 g, Białko ogółem 72,87 g,	2462 Kcal; Tłuszcz 111,33 g, w tym cukry 13,31 g, Białko ogółem 73,57 g, Błonnik pokarmowy 29,71 g, sól 1,39 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 21,68 g, Węglowodany ogółem 307,52 g, Sód 3233,2 mg,	1758 Kcal; Tłuszcz 58,57 g, Węglowodany ogółem 249,96 g, Sód 2326,66 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 18,67 g, Białko ogółem 47,65 g, w tym cukry 23,6 g, Błonnik pokarmowy 23,14 g, sól 1,64 g,	2331 Kcal; Tłuszcz 95,93 g, Węglowodany ogółem 284,9 g, Sód 3857,28 mg, Błonnik pokarmowy 28,33 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 28,59 g, sól 0,77 g, w tym cukry 48,15 g, Białko ogółem 117,82 g,	2404 Kcal; Tłuszcz 118,52 g, Węglowodany ogółem 258,37 g, Sód 4265,68 mg, Błonnik pokarmowy 21,98 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 30,57 g, sól 0,84 g, w tym cukry 25,12 g, Białko ogółem 99,99 g,

Jadłospis**Dieta podstawowa** , okres: 2026-09-21 - 2026-09-30

28.09 poniedziałek	29.09 wtorek	30.09 środa
Śniadanie Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ bułka ze słonecznikiem /Alergeny: 1,3,6/ Herbata z cytryną masło smietankowe /Alergeny: 7/ Frankfurterki /Alergeny: 1,7,12/ keczup /Alergeny: 1,9,10/ ser koluś /Alergeny: 7/ papryka świeża /Alergeny: 7/ Ogórek zielony /Alergeny: 7/ deser mleczny z ryżem i owocami /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Pasta z makreli, ogórka i zieleń /Alergeny: 4,7,9,10,3/ Południca sopocka /Alergeny: 1,3,6,7,8,9,10,12/ Herbata z cytryną Ogórek kiszony /Alergeny: 9,10/ Pomidor dżem owocowy	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7,1,8,9,10,11,12/ Szynka delikatesowa z fileta /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Pomidor Ogórek zielony /Alergeny: 7/
Obiad Zupa kalafiorowa zabielana /Alergeny: 7,9,1,10/ makaron z sosem bolońskim /Alergeny: 1,7,9,3/ Surówka z kapusty pekińskiej /Alergeny: 7,8,10,11/ Kompot śliwkowy	Obiad Zupa pomidorowa z lanym ciastem /Alergeny: 9,7,1,3,10/ ziemniaki z koperkiem Roladki z indyka w sosie szpinakowym /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Buraki z chrzanem /Alergeny: 12,7/ Kompot z czarnej porzeczki Bułeczki drożdżowe /Alergeny: 1,7,3,12/	Obiad Żurek /Alergeny: 1,3,6,9,10,7,12/ Kopytka własnej produkcji /Alergeny: 1,3,7/ Gulasz mięsny, duszony /Alergeny: 7,1,3,5,8,9,10,11/ Surówka z białej kapusty z chrzanem /Alergeny: 12,3,10,7/ Kompot z czarnej porzeczki śliwki
Kolacja	Kolacja	Kolacja

Jadłospis

Dieta podstawowa , okres: 2026-09-21 - 2026-09-30

28.09 poniedziałek	29.09 wtorek	30.09 środa
chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Pizzerki z cukini /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12,11/ ser puszysty /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pomidor Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/	chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Herbata z cytryną masło smietankowe /Alergeny: 7/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ polędwica z indyka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ papryka świeża /Alergeny: 7/ Sałata	Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Kielbasa krakowska /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ ser żółty gouda z czarnuszką /Alergeny: 7/ Sałata awokado
wieczorny posiłek	wieczorny posiłek	wieczorny posiłek
banan	jabłko (1 sztuka,120 g)	Sok tłoczony 100% /Alergeny: 12/
2135 Kcal; Błonnik pokarmowy 23,38 g, Tłuszcz 74,09 g, Węglowodany ogółem 284,34 g, Sód 2593,12 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 18,27 g, sól 0,76 g, w tym cukry 23,39 g, Białko ogółem 73,44 g,	2117 Kcal; Tłuszcz 81,6 g, Węglowodany ogółem 274,58 g, Sód 3057,29 mg, Błonnik pokarmowy 25,39 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 17,7 g, sól 1,19 g, w tym cukry 18,78 g, Białko ogółem 73,56 g,	1815 Kcal; Tłuszcz 70,31 g, Węglowodany ogółem 229,46 g, Sód 3352,35 mg, Błonnik pokarmowy 20,39 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 21,6 g, sól 0,76 g, w tym cukry 5,08 g, Białko ogółem 55,88 g,

Jadłospis

dieta lekkostrawna , okres: 2026-09-21 - 2026-09-30

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	25.09 piątek	26.09 sobota	27.09 niedziela
Śniadanie bułka ze słonecznikiem /Alergeny: 1,3,6/ chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Kiełbasa krakowska /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pomidor Kiełki	Śniadanie chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ kiełbasa żywiecka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ jajecznica /Alergeny: 3,7/ Herbata z cytryną Pomidor rukola jabłko pieczone	Śniadanie chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/ Herbata z cytryną kiełbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/ Pomidor sałata roszponka	Śniadanie Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,3,6,7,11/ chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ kiełbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ jajko gotowane /Alergeny: 3/ dżem owocowy Herbata z cytryną Pomidor rukola	Śniadanie Zupa mleczna Owsianka /Alergeny: 7,1/ chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Kakao /Alergeny: 7/ pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7,1,8,9,10,11,12/ ser koluś /Alergeny: 7/ Pomidor sałata rukola banan	Śniadanie chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną szynka sznurowana /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ pasta z jajka /Alergeny: 3,7,10/ Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/ Pomidor Sałata rzymska serek homogenizowany /Alergeny: 7/	Śniadanie chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ jajecznica /Alergeny: 3,7/ szynka drobiowa z fileta /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Herbata z cytryną Pomidor sałata roszponka Kakao /Alergeny: 7/
Obiad Kura ala flaczki /Alergeny: 9,7,10,1,3,6/ Kasza pęczak /Alergeny: 1/ gulasz drobiowy w sosie własnym z zieleniną /Alergeny: 1,3,5,8,9,10,11,7/ Brokuł gotowany /Alergeny: 7/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Sok tłoczony 100% /Alergeny: 12/	Obiad Zupa ziemniaczana /Alergeny: 9,7,1,10/ ziemniaki z koperkiem pulpet gotowany /Alergeny: 7,1,3/ sos koperkowy /Alergeny: 7,1/ Buraki konserwowe Kompot z czarnej porzeczki	Obiad Krupnik z kaszy jęczmiennej /Alergeny: 1,7,9,10/ ziemniaki z koperkiem Pulpet drobiowy w sosie cytrynowym /Alergeny: 1,3,7/ brokuł gotowany /Alergeny: 7/ Kompot śliwkowy jogurt skyr owocowy /Alergeny: 7/	Obiad Krupnik z kaszy jęczmiennej /Alergeny: 1,7,9,10/ ziemniaki z koperkiem sos pomidorowy /Alergeny: 7,1,9/ pulpet gotowany /Alergeny: 7,1,3/ Bukiet jarzyn polany masłem /Alergeny: 1,7/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/ ciasto na maślanec /Alergeny: 7,3,1,8,10,11/	Obiad Zupa brokułowa z ziemniakami i zieleniną /Alergeny: 9,7,1,10/ pierogi leniwe /Alergeny: 7,1,3/ Surówka z marchwi i jabłka /Alergeny: 7/ brzoskwinie Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/	Obiad Zupa wiedeńska /Alergeny: 9,7,1,10/ Ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ Pulpety z kurczaka w sosie koperkowym /Alergeny: 3,7/ fasolka szparagowa z wody /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Kompot truskawkowy	Obiad Barszcz z makaronem /Alergeny: 9,7,1,10,3,5,8,11/ ziemniaki z koperkiem Sos chrzanowy /Alergeny: 1,12,7/ filet z kurczaka gotowany /Alergeny: 1,7,9,10/ Buraki konserwowe Kompot śliwkowy Murzynek /Alergeny: 1,7,3/
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja

Jadłospis

dieta lekkostrawna , okres: 2026-09-21 - 2026-09-30

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	25.09 piątek	26.09 sobota	27.09 niedziela
chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Ser wiejski /Alergeny: 7/ indyk faszerowany /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Pomidor rukola	chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną ser puszysty /Alergeny: 7/ pasztet zapiekany z indykiem i warzywami /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Pomidor Kielki	chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Polędwica sopocka /Alergeny: 1,3,6,7,8,9,10,12/ Herbata z cytryną ser puszysty /Alergeny: 7/ sałata rukola Pomidor	chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną polędwica miódowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/ Sałata Pomidor	chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ Herbata z cytryną masło smietankowe /Alergeny: 7/ Tuńczyk w sosie własnym /Alergeny: 4/ Ser wiejski /Alergeny: 7/ Sałata Pomidor	chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ Herbata z cytryną masło smietankowe /Alergeny: 7/ Ryba w galarecie /Alergeny: 4,7,3,1,9,10/ ser kanapkowy /Alergeny: 7/ Sałata Pomidor	chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ kielbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Ser wiejski /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pomidor Sałata
wieczorny posiłek Owsianka z bananem i cynamonem /Alergeny: 1,7/	wieczorny posiłek Smoothie /Alergeny: 12/	wieczorny posiłek sok pomidorowy /Alergeny: 9,10/	wieczorny posiłek jabłko pieczone	wieczorny posiłek jabłko (1 sztuka,120 g)	wieczorny posiłek sok kubus /Alergeny: 12/	wieczorny posiłek Nekataryna
1676 Kcal; Tłuszcz 48,11 g, Węglowodany ogółem 222,48 g, Sód 2086,64 mg, Błonnik pokarmowy 17,1 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,87 g, w tym cukry 13,33 g, Białko ogółem 85,97 g, sól 1,16 g,	1853 Kcal; Tłuszcz 77,61 g, Węglowodany ogółem 233,4 g, Błonnik pokarmowy 23,47 g, Białko ogółem 93,58 g, w tym cukry 17,73 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 22,41 g, sól 1,18 g, Sód 1263,38 mg,	1530 Kcal; Tłuszcz 40,97 g, Węglowodany ogółem 202,55 g, Błonnik pokarmowy 18,05 g, Białko ogółem 87,8 g, w tym cukry 19,56 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 18,09 g, sól 1,17 g, Sód 2643,7 mg,	2127 Kcal; Tłuszcz 90,51 g, w tym cukry 11,94 g, Białko ogółem 84,67 g, Błonnik pokarmowy 21,46 g, sól 1,76 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 25,87 g, Węglowodany ogółem 269,25 g, Sód 2109,37 mg,	1907 Kcal; Tłuszcz 54,52 g, Węglowodany ogółem 257,89 g, Sód 1089,49 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 23,96 g, Białko ogółem 92,19 g, w tym cukry 46,68 g, Błonnik pokarmowy 15,52 g, sól 1,95 g,	1818 Kcal; Tłuszcz 68,96 g, Węglowodany ogółem 227,41 g, Błonnik pokarmowy 17,88 g, Białko ogółem 101,45 g, w tym cukry 46 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 22,38 g, sól 1,38 g, Sód 1967,7 mg,	2053 Kcal; Tłuszcz 83,38 g, Węglowodany ogółem 244,33 g, Błonnik pokarmowy 18,23 g, Białko ogółem 102,8 g, w tym cukry 24,44 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 27,8 g, sól 1,16 g, Sód 2784,79 mg,

Jadłospis

dieta lekkostrawna , okres: 2026-09-21 - 2026-09-30

28.09 poniedziałek	29.09 wtorek	30.09 środa
Śniadanie bułka ze słonecznikiem /Alergeny: 1,3,6/ chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną kiełbasa żywiecka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ ser koluś /Alergeny: 7/ Pomidor Sałata rzymska deser mleczny z ryżem i owocami /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/	Śniadanie chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ pasta z tuńczyka i oliwek /Alergeny: 4,7,6,9,10,11,12/ Polędwica sopocka /Alergeny: 1,3,6,7,8,9,10,12/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Sałata Pomidor dżem owocowy	Śniadanie chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ Herbata z cytryną masło smietankowe /Alergeny: 7/ pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7,1,8,9,10,11,12/ Szynka delikatesowa z fileta /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Pomidor rukola
Obiad zupa kalafiorowa /Alergeny: 9,1,7,10/ makaron z sosem bolońskim /Alergeny: 1,7,9,3/ kalafior gotowany /Alergeny: 7/ Kompot śliwkowy	Obiad Zupa pomidorowa z lanym ciastem /Alergeny: 9,7,1,3,10/ ziemniaki z koperkiem Roladki z indyka w sosie szpinakowym /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Buraki z chrzanem /Alergeny: 12,7/ Kompot z czarnej porzeczki Bułeczki drożdżowe /Alergeny: 1,7,3,12/	Obiad Zupa ziemniaczana /Alergeny: 9,7,1,10/ Kopytka własnej produkcji /Alergeny: 1,3,7/ Gulasz z indyka z warzywami /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Surowka wielowarzywna /Alergeny: 9,7/ Kompot z czarnej porzeczki Owsianka z bananem i cynamonem /Alergeny: 1,7/
Kolacja	Kolacja	Kolacja

Jadłospis**dieta lekkostrawna** , okres: 2026-09-21 - 2026-09-30

28.09 poniedziałek	29.09 wtorek	30.09 środa
chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pizzerki z cukini /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12,11/ ser puszysty /Alergeny: 7/ Sałata Pomidor	chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ ser puszysty /Alergeny: 7/ polędwica z indyka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Herbata z cytryną Sałata Pomidor	chleb pszenny /Alergeny: 1,3,6,7,11/ Herbata z cytryną masło smietankowe /Alergeny: 7/ Kielbasa krakowska /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ ser koluś /Alergeny: 7/ Sałata Pomidor
wieczorny posiłek	wieczorny posiłek	wieczorny posiłek
banan	sok kubus /Alergeny: 12/	Sok tłoczony 100% /Alergeny: 12/
1899 Kcal; Tłuszcz 51,7 g, Węglowodany ogółem 277 g, Sód 1520,38 mg, Błonnik pokarmowy 20,6 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 18,21 g, w tym cukry 18,82 g, Białko ogółem 75,17 g, sól 1,16 g,	1803 Kcal; Tłuszcz 60,15 g, Węglowodany ogółem 242,33 g, Błonnik pokarmowy 20,46 g, Białko ogółem 72,36 g, w tym cukry 46,25 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 16,99 g, sól 1,55 g, Sód 1645,3 mg,	1906 Kcal; Tłuszcz 55,27 g, Węglowodany ogółem 272,93 g, Błonnik pokarmowy 25,21 g, Białko ogółem 76,16 g, w tym cukry 16,49 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 20,16 g, sól 1,17 g, Sód 1678,34 mg,

Jadłospis

dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów , okres: 2026-09-21 - 2026-09-30

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	25.09 piątek	26.09 sobota	27.09 niedziela
Śniadanie bułka ze słonecznikiem /Alergeny: 1,3,6/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Kiełbasa krakowska /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną bez cukru 250ml Pomidor Kiełki	Śniadanie Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ kiełbasa żywiecka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ jajecznicza /Alergeny: 3,7/ Herbata z cytryną Pomidor rukola	Śniadanie Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ kawa z mlekiem bez cukru /Alergeny: 7,1/ Herbata z cytryną kiełbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/ Ogórek zielony /Alergeny: 7/ sałata roszponka	Śniadanie Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,3,6,7,11/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ kiełbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ jajko gotowane /Alergeny: 3/ Herbata z cytryną Pomidor rukola	Śniadanie Zupa mleczna Owsianka /Alergeny: 7,1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Kakao /Alergeny: 7/ pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7,1,8,9,10,11,12/ ser koluś /Alergeny: 7/ Pomidor sałata rukola	Śniadanie Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ kawa z mlekiem bez cukru /Alergeny: 7,1/ Herbata z cytryną bez cukru 250ml szynka sznurowana /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ pasta z jajka /Alergeny: 3,7,10/ Pomidor Sałata rzymska	Śniadanie Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ jajecznicza /Alergeny: 3,7/ szynka drobiowa z fileta /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Herbata z cytryną bez cukru 250ml Pomidor Kakao /Alergeny: 7/ sałata roszponka
Drugie śniadanie jogurt skyr owocowy /Alergeny: 7/	Drugie śniadanie Kakaowa owsianka z nasionami chia /Alergeny: 1,7,8,10,11,5,6,12/	Drugie śniadanie kefir /Alergeny: 7/	Drugie śniadanie jogurt naturalny /Alergeny: 7/	Drugie śniadanie kefir /Alergeny: 7/	Drugie śniadanie Koktajl szpinakowo - bananowy /Alergeny: 7/	Drugie śniadanie Maślanka /Alergeny: 7/
Obiad Kura ala flaczki /Alergeny: 9,7,10,1,3,6/ Kasza pęczak /Alergeny: 1/ gulasz drobiowy w sosie własnym z zieleniną /Alergeny: 1,3,5,8,9,10,11,7/ Brokuł gotowany /Alergeny: 7/ kompot wiśniowy bez cukru /Alergeny: 1,6,7,9,10/	Obiad Zupa ziemniaczana /Alergeny: 9,7,1,10/ ziemniaki z koperkiem pulpet gotowany /Alergeny: 7,1,3/ sos koperkowy /Alergeny: 7,1/ fasolka szparagowa z wody /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Kompot z czarnej porzeczki	Obiad Krupnik z kaszy jęczmiennej /Alergeny: 1,7,9,10/ Makaron razowy /Alergeny: 1,3/ Pulpet drobiowy w sosie cytrynowym /Alergeny: 1,3,7/ Zielona surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem /Alergeny: 1,9,7,3,10/ kompot śliwkowy bez cukru	Obiad Krupnik z kaszy jęczmiennej /Alergeny: 1,7,9,10/ ziemniaki z koperkiem sos pomidorowy /Alergeny: 7,1,9/ pulpet gotowany /Alergeny: 7,1,3/ Bukiet jarzyn polany masłem /Alergeny: 1,7/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Brownie z fasoli /Alergeny: 6,9,3/	Obiad Zupa brokułowa z ziemniakami i zieleniną /Alergeny: 9,7,1,10/ Ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ Pulpety z kurczaka w sosie koperkowym /Alergeny: 3,7/ Sałatka z fasolki szparagowej /Alergeny: 1,6,7,9,10/ kompot wiśniowy bez cukru /Alergeny: 1,6,7,9,10/	Obiad Zupa wiedeńska /Alergeny: 9,7,1,10/ Ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ Pulpety z kurczaka w sosie koperkowym /Alergeny: 3,7/ fasolka szparagowa z wody /Alergeny: 1,6,7,9,10/ kompot truskawkowy bez cukru	Obiad Barszcz z makaronem /Alergeny: 9,7,1,10,3,5,8,11/ ziemniaki z koperkiem Sos chrzanowy /Alergeny: 1,12,7/ filet z kurczaka gotowany /Alergeny: 1,7,9,10/ Bukiet jarzyn polany masłem /Alergeny: 1,7/ kompot śliwkowy bez cukru
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek

Jadłospis

dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów , okres: 2026-09-21 - 2026-09-30

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	25.09 piątek	26.09 sobota	27.09 niedziela
Deser czekoladowo - jogurtowy z wiśniami /Alergeny: 7,1,6,9,10/	grejfruty	Smoothie /Alergeny: 12/	Koktajl szpinakowo - bananowy /Alergeny: 7/	Smoothie /Alergeny: 12/	kefir /Alergeny: 7/	Brownie z fasoli /Alergeny: 6,9,3/
Kolacja Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną bez cukru 250ml Ser wiejski /Alergeny: 7/ indyk faszerowany /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Pomidor rukola	Kolacja Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną ser puszysty /Alergeny: 7/ szynka gotowana /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Pomidor Kiełki	Kolacja Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Polędwica sopocka /Alergeny: 1,3,6,7,8,9,10,12/ Herbata z cytryną ser puszysty /Alergeny: 7/ sałata rukola Pomidor	Kolacja Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną polędwica miodowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/ Pomidor Sałata	Kolacja Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Herbata z cytryną masło smietankowe /Alergeny: 7/ Tuńczyk w sosie własnym /Alergeny: 4/ Ser wiejski /Alergeny: 7/ Sałata Pomidor	Kolacja Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Herbata z cytryną bez cukru 250ml masło smietankowe /Alergeny: 7/ Ryba w galarecie /Alergeny: 4,7,3,1,9,10/ ser kanapkowy /Alergeny: 7/ Sałata Pomidor	Kolacja Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ kielbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Ser wiejski /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną bez cukru 250ml Pomidor Sałata
wieczorny posiłek Sok tłoczony 100% /Alergeny: 12/	wieczorny posiłek Smoothie /Alergeny: 12/	wieczorny posiłek sok pomidorowy /Alergeny: 9,10/	wieczorny posiłek jabłko (1 sztuka,120 g)	wieczorny posiłek jabłko (1 sztuka,120 g)	wieczorny posiłek sok kubus /Alergeny: 12/	wieczorny posiłek Nekataryna
1674 Kcal; Tłuszcz 59,51 g, Węglowodany ogółem 187,38 g, Sód 2526,71 mg, Błonnik pokarmowy 16,59 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 23,9 g, w tym cukry 18,37 g, Białko ogółem 91,74 g, sól 1,28 g,	1971 Kcal; Błonnik pokarmowy 30,81 g, Tłuszcz 80,35 g, Węglowodany ogółem 255,4 g, Sód 1986,63 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 21,34 g, sól 0,77 g, w tym cukry 27,23 g, Białko ogółem 88,28 g,	1755 Kcal; Błonnik pokarmowy 19,94 g, Tłuszcz 51,51 g, Węglowodany ogółem 251,1 g, Sód 3269,39 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 18,19 g, sól 1,53 g, w tym cukry 26,8 g, Białko ogółem 66,1 g,	2267 Kcal; Tłuszcz 86,29 g, w tym cukry 29,86 g, Białko ogółem 98,34 g, Błonnik pokarmowy 33,66 g, sól 2,08 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 27,51 g, Węglowodany ogółem 308,91 g, Sód 2782,72 mg,	1673 Kcal; Tłuszcz 56,68 g, Węglowodany ogółem 222,62 g, Sód 1771,61 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 23,66 g, Białko ogółem 84,06 g, w tym cukry 39,95 g, Błonnik pokarmowy 17,59 g, sól 1,91 g,	1711 Kcal; Błonnik pokarmowy 21 g, Tłuszcz 58,81 g, Węglowodany ogółem 218,63 g, Sód 2549,37 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 22,74 g, sól 1,72 g, w tym cukry 55,37 g, Białko ogółem 92,67 g,	1967 Kcal; Błonnik pokarmowy 30,97 g, Tłuszcz 70,59 g, Węglowodany ogółem 250,07 g, Sód 3388,45 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 24,92 g, sól 1,52 g, w tym cukry 34,82 g, Białko ogółem 110,02 g,

Jadłospis**dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów** , okres: 2026-09-21 - 2026-09-30

28.09 poniedziałek	29.09 wtorek	30.09 środa
Śniadanie Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ bułka ze słonecznikiem /Alergeny: 1,3,6/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną bez cukru 250ml kiełbasa żywiecka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ ser koluś /Alergeny: 7/ Pomidor Sałata rzymska	Śniadanie Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ pasta z tuńczyka i oliwek /Alergeny: 4,7,6,9,10,11,12/ Polędwica sopocka /Alergeny: 1,3,6,7,8,9,10,12/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną bez cukru 250ml Sałata Pomidor	Śniadanie Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Herbata z cytryną bez cukru 250ml masło smietankowe /Alergeny: 7/ pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7,1,8,9,10,11,12/ Szynka delikatesowa z fileta /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Pomidor rukola
Drugie śniadanie kefir /Alergeny: 7/	Drugie śniadanie Maślanka /Alergeny: 7/	Drugie śniadanie mus owocowy /Alergeny: 1,8/
Obiad zupa kalafiorowa /Alergeny: 9,1,7,10/ Makaron razowy z sosem bolońskim /Alergeny: 1,3,7,9,10/ Surówka z kapusty pekińskiej /Alergeny: 7,8,10,11/ kompot śliwkowy bez cukru	Obiad Zupa pomidorowa z lanym ciastem /Alergeny: 9,7,1,3,10/ Makaron razowy /Alergeny: 1,3/ Roladki z indyka w sosie szpinakowym /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Buraki z chrzanem /Alergeny: 12,7/ Kompot z czerw. porzeczki bez cukru	Obiad Zupa ziemniaczana /Alergeny: 9,7,1,10/ kasza gryczana /Alergeny: 1,7/ Gulasz z indyka z warzywami /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Surowka wielowarzynna /Alergeny: 9,7/ Kompot z czerw. porzeczki bez cukru Owsianka z bananem i cynamonem /Alergeny: 1,7/
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek

Jadłospis

dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów , okres: 2026-09-21 - 2026-09-30

28.09 poniedziałek	29.09 wtorek	30.09 środa
Zytnie ciasto czekoladowe /Alergeny: 1,7,3,9,8,10,11/	Brownie z fasoli /Alergeny: 6,9,3/	kefir /Alergeny: 7/
Kolacja Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną bez cukru 250ml Pizzerki z cukini /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12,11/ ser puszysty /Alergeny: 7/ Sałata Pomidor	Kolacja Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ ser puszysty /Alergeny: 7/ polędwica z indyka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Herbata z cytryną bez cukru 250ml Sałata Pomidor	Kolacja Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Herbata z cytryną bez cukru 250ml masło smietankowe /Alergeny: 7/ Kiełbasa krakowska /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ ser koluś /Alergeny: 7/ Sałata Pomidor
wieczorny posiłek sok pomidorowy /Alergeny: 9,10/	wieczorny posiłek sok kubus /Alergeny: 12/	wieczorny posiłek Sok tłoczony 100% /Alergeny: 12/
2033 Kcal; Błonnik pokarmowy 27,35 g, Tłuszcz 64,5 g, Węglowodany ogółem 228,37 g, Sód 2719,24 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 16,26 g, sól 1,51 g, w tym cukry 6,76 g, Białko ogółem 76,86 g,	1902 Kcal; Błonnik pokarmowy 30,09 g, Tłuszcz 62,32 g, Węglowodany ogółem 256,43 g, Sód 2278,13 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,7 g, sól 1,89 g, w tym cukry 47,1 g, Białko ogółem 79,11 g,	1886 Kcal; Błonnik pokarmowy 28,78 g, Tłuszcz 53,91 g, Węglowodany ogółem 268,44 g, Sód 2632,94 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 16,54 g, sól 1,51 g, w tym cukry 27,88 g, Białko ogółem 68,76 g,

Jadłospis**dieta bezglutenowa** , okres: 2026-09-21 - 2026-09-29

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	25.09 piątek	26.09 sobota	27.09 niedziela
Śniadanie chleb bezglutenowy masło smietankowe /Alergeny: 7/ Kiełbasa krakowska /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/ Pomidor Herbata z cytryną Ogórek zielony /Alergeny: 7/ Kiełki	Śniadanie chleb bezglutenowy masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną kiełbasa żywiecka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ jajecznica na boczku /Alergeny: 3,7/ Pomidor sałata rukola Powidła /Alergeny: 7,12/ jabłko (1 sztuka,120 g)	Śniadanie chleb bezglutenowy masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną kiełbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Pomidor sałata rukola ser camembert /Alergeny: 7/	Śniadanie chleb bezglutenowy masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pomidor dżem owocowy jajko z majonezem /Alergeny: 3,10/ Polędwica sopocka /Alergeny: 1,3,6,7,8,9,10,12/ sałata rukola	Śniadanie chleb bezglutenowy masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7,1,8,9,10,11,12/ ser pleśniowy blue /Alergeny: 7/ Ogórek zielony /Alergeny: 7/ Pomidor śliwki	Śniadanie chleb bezglutenowy masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną szynka sznurowana /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Pasta z jajka ze szczypiorkiem /Alergeny: 3,10,7/ Pomidor Sałata rzymska serek homogenizowany /Alergeny: 7/	Śniadanie masło smietankowe /Alergeny: 7/ chleb bezglutenowy Herbata z cytryną Kakao /Alergeny: 7/ szynka drobiowa z fileta /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ jajecznica na boczku /Alergeny: 3,7/ Pomidor Ogórek kiszony /Alergeny: 9,10/
Obiad Kura ala flaczki /Alergeny: 9,7,10,1,3,6/ Naleśniki z serem i fruzeliną b/g /Alergeny: 7,3,1,6,9,10,8,12/ Kompot z czarnej porzeczki Sok tłoczony 100% /Alergeny: 12/	Obiad Zupa grochowa /Alergeny: 7,9,1,10,3,6/ Ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ Policzki wieprzowe duszone bezgluten /Alergeny: 7/ kapusta czerwona z wiśniami i cynamonem /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/	Obiad Zupa ogórkowa /Alergeny: 9,7,10,1/ placek ziemniaczany po węgiersku b/g /Alergeny: 7,3,1,9/ Zielona surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem /Alergeny: 1,9,7,3,10/ Kompot śliwkowy jogurt skyr owocowy /Alergeny: 7/	Obiad rosół z lanym ciastem bezglutenowym /Alergeny: 3,9,7,1,10/ ziemniaki z koperkiem gołąbki w sosie pomidorowym bezglutenowe /Alergeny: 1,6,8,9,10,11,7,3/ sałatka szwedzka /Alergeny: 9,10/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Smoothie /Alergeny: 12/	Obiad Zupa brokułowa z papryką i zieleciną /Alergeny: 1,3,7,9,10/ pierogi leniwe bezglutenowe /Alergeny: 7,3/ Surówka z marchwi i jabłka /Alergeny: 7/ brzoskwienie Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/	Obiad zupa z zielonego grozdku /Alergeny: 9,1,7,10,3/ Ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ Pulpety z kurczaka w sosie koperkowym /Alergeny: 3,7/ fasolka szparagowa z wody /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Kompot truskawkowy	Obiad barszcz z makaronem bezglutenowym /Alergeny: 9,7,1,10,3,5,8,11/ ziemniaki z koperkiem kotlet drobiowy panierowany b/g /Alergeny: 3,7/ kalafior gotowany /Alergeny: 7/ Kompot śliwkowy sok pomidorowy /Alergeny: 9,10/
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja

Jadłospis

dieta bezglutenowa , okres: 2026-09-21 - 2026-09-29

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	25.09 piątek	26.09 sobota	27.09 niedziela
chleb bezglutenowy masło smietankowe /Alergeny: 7/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ indyk faszerowany /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Herbata z cytryną sałata rukola papryka świeża /Alergeny: 7/	chleb bezglutenowy masło smietankowe /Alergeny: 7/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ pasztet zapiekany z indykiem i warzywami /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Herbata z cytryną Ogórek kiszony /Alergeny: 9,10/ Kielki	chleb bezglutenowy Herbata z cytryną masło smietankowe /Alergeny: 7/ pasta z sera żółtego i szczypiorku /Alergeny: 7,3,10/ Połędwica sopocka /Alergeny: 1,3,6,7,8,9,10,12/ Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/ papryka świeża /Alergeny: 7/	chleb bezglutenowy masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Ser żółty edamski /Alergeny: 7/ połędwica miódowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Sałata rzodkiewka /Alergeny: 7/	chleb bezglutenowy masło smietankowe /Alergeny: 7/ ser wiejski /Alergeny: 7/ Tuńczyk w sosie własnym /Alergeny: 4/ Herbata z cytryną Sałata Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/	chleb bezglutenowy masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną ser żółty gouda z czarnuszką /Alergeny: 7/ Kiełbasa z rusztu z cebulką /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ keczup /Alergeny: 1,9,10/ papryka świeża /Alergeny: 7/ Sałata	masło smietankowe /Alergeny: 7/ chleb bezglutenowy kiełbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pomidor Ogórek zielony /Alergeny: 7/
wieczorny posiłek Banan	wieczorny posiłek Smoothie /Alergeny: 12/	wieczorny posiłek sok pomidorowy /Alergeny: 9,10/	wieczorny posiłek gruszka	wieczorny posiłek jabłko (1 sztuka,120 g)	wieczorny posiłek sok kubus /Alergeny: 12/	wieczorny posiłek Nekataryna
2437 Kcal; sól 4,42 g, Białko ogółem 96,23 g, Błonnik pokarmowy 15,87 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 18,14 g, Tłuszcz 83,24 g, w tym cukry 36,49 g, Węglowodany ogółem 217,15 g, Sód 1756,02 mg,	2497 Kcal; sól 3,4 g, Białko ogółem 114,43 g, Błonnik pokarmowy 31,03 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 28,43 g, Tłuszcz 100,05 g, w tym cukry 35,12 g, Węglowodany ogółem 300,17 g, Sód 1987,19 mg,	2269 Kcal; sól 3,93 g, Białko ogółem 69,37 g, Błonnik pokarmowy 18,98 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 22,72 g, Tłuszcz 100,55 g, w tym cukry 22,36 g, Węglowodany ogółem 197,57 g, Sód 3857,77 mg,	2215 Kcal; sól 3,49 g, Białko ogółem 78,34 g, Błonnik pokarmowy 25,89 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 17,71 g, Tłuszcz 77,64 g, w tym cukry 32,59 g, Węglowodany ogółem 296,26 g, Sód 2497,34 mg,	1944 Kcal; sól 4,98 g, Białko ogółem 64,15 g, Błonnik pokarmowy 22,39 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,55 g, Tłuszcz 61,36 g, w tym cukry 19,55 g, Węglowodany ogółem 227,94 g, Sód 1557,6 mg,	2422 Kcal; sól 3,37 g, Białko ogółem 114,18 g, Błonnik pokarmowy 27,86 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 23,72 g, Tłuszcz 91,9 g, w tym cukry 48,34 g, Węglowodany ogółem 305,17 g, Sód 3254,63 mg,	2290 Kcal; Tłuszcz 95,22 g, Węglowodany ogółem 267,85 g, Sód 4137,49 mg, Białko ogółem 98,25 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 24 g, w tym cukry 33,47 g, sól 3,36 g, Błonnik pokarmowy 24,57 g,

Jadłospis**dieta bezglutenowa** , okres: 2026-09-21 - 2026-09-29

28.09 poniedziałek	29.09 wtorek
Śniadanie chleb bezglutenowy Herbata z cytryną masło smietankowe /Alergeny: 7/ kełbasa żywiecka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ ser koluś /Alergeny: 7/ papryka świeża /Alergeny: 7/ Ogórek zielony /Alergeny: 7/ Smoothie /Alergeny: 12/	Śniadanie chleb bezglutenowy masło smietankowe /Alergeny: 7/ Pasta z makreli, ogórka i zieleń /Alergeny: 4,7,9,10,3/ Polędwica sopocka /Alergeny: 1,3,6,7,8,9,10,12/ Herbata z cytryną Ogórek kiszony /Alergeny: 9,10/ Pomidor dżem owocowy
Obiad Zupa kalafiorowa zabielana /Alergeny: 7,9,1,10/ makaron z sosem bolońskim /Alergeny: 1,7,9,3/ Surówka z kapusty pekińskiej /Alergeny: 7,8,10,11/ Kompot śliwkowy	Obiad zupa pomidorowa z lanym ciastem bezglutenowa /Alergeny: 9,7,1,10,3/ ziemniaki z koperkiem Roladki z indyka w sosie szpinakowym b/g /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Buraki z chrzanem /Alergeny: 12,7/ Kompot z czarnej porzeczki sok pomidorowy /Alergeny: 9,10/
Kolacja	Kolacja

Jadłospis**dieta bezglutenowa** , okres: 2026-09-21 - 2026-09-29

28.09 poniedziałek	29.09 wtorek
chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Pizzerki z cukini /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12,11/ ser puszysty /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pomidor Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/	chleb bezglutenowy Herbata z cytryną masło smietankowe /Alergeny: 7/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ połędwica z indyka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ papryka świeża /Alergeny: 7/ Sałata
wieczorny posiłek	wieczorny posiłek
banan	jabłko (1 sztuka,120 g)
1914 Kcal; sól 2,06 g, Białko ogółem 60,07 g, Błonnik pokarmowy 24,4 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,47 g, Tłuszcz 51,85 g, w tym cukry 35,41 g, Węglowodany ogółem 283,7 g, Sód 1539,17 mg,	2011 Kcal; sól 3,47 g, Białko ogółem 73,77 g, Błonnik pokarmowy 26,25 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 16,64 g, Tłuszcz 73,58 g, w tym cukry 21,01 g, Węglowodany ogółem 239,64 g, Sód 2717,94 mg,

Jadłospis
dieta wysokobiałkowa, okres: 2026-09-21 - 2026-09-30

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	25.09 piątek	26.09 sobota	27.09 niedziela
Śniadanie Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ bułka ze słonecznikiem /Alergeny: 1,3,6/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Kielbasa krakowska /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/ Pomidor Herbata z cytryną Ogórek zielony /Alergeny: 7/ szczypiorek /Alergeny: 7/	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną jajecznica na boczku /Alergeny: 3,7/ kielbasa żywiecka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Pomidor sałata rukola Powidła /Alergeny: 7,12/	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/ Herbata z cytryną kielbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ ser camembert /Alergeny: 7/ Pomidor sałata rukola	Śniadanie Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,3,6,7,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Herbata z cytryną dżem owocowy jajko z majonezem /Alergeny: 3,10/ pasztet z suszonymi pomidorami /Alergeny: 1,3,6,9,10/ sałata rukola Pomidor	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7,1,8,9,10,11,12/ ser pleśniowy blue /Alergeny: 7/ Ogórek zielony /Alergeny: 7/ Pomidor śliwki	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/ Herbata z cytryną szynka sznurowana /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Pasta z jajka ze szczypiorkiem /Alergeny: 3,10,7/ Pomidor Sałata rzymska	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Kakao /Alergeny: 7/ szynka drobiowa z fileta /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ jajecznica na boczku /Alergeny: 3,7/ Pomidor Ogórek kiszony /Alergeny: 9,10/
Drugie śniadanie banan	Drugie śniadanie Kakaowa owsianka z nasionami chia /Alergeny: 1,7,8,10,11,5,6,12/	Drugie śniadanie budyń na mleku /Alergeny: 1,7,9/	Drugie śniadanie jogurt skyr owocowy /Alergeny: 7/	Drugie śniadanie jogurt skyr owocowy /Alergeny: 7/	Drugie śniadanie napój mleczny proteinowy /Alergeny: 7/	Drugie śniadanie kisiel /Alergeny: 1/
Obiad Kura a la flaczki /Alergeny: 9,7,10,1,3,6/ Kasza pęczak /Alergeny: 1/ gulasz drobiowy w sosie własnym z zieleniną /Alergeny: 1,3,5,8,9,10,11,7/ brokuł gotowany /Alergeny: 7/ Kompot z czarnej porzeczki	Obiad Zupa grochowa /Alergeny: 7,9,1,10,3,6/ Ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ Policzki wieprzowe /Alergeny: 7,1/ kapusta czerwona z wiśniami i cynamonem /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/	Obiad Zupa ogórkowa /Alergeny: 9,7,10,1/ placek ziemniaczany po węgiersku /Alergeny: 7,3,1,9/ Zielona surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem /Alergeny: 1,9,7,3,10/ Kompot śliwkowy jogurt skyr owocowy /Alergeny: 7/	Obiad zupa krem z pieczarek /Alergeny: 7,1,9,10,3,6,11/ ziemniaki z koperkiem Gołąbki z mięsem w sosie pomidorowym /Alergeny: 1,6,8,9,10,11,7,3/ sałatka szwedzka /Alergeny: 9,10/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/ ciasto na maślanie /Alergeny: 7,3,1,8,10,11/	Obiad Zupa brokułowa z papryką i zieleniną /Alergeny: 1,3,7,9,10/ pierogi leniwe (własnej produkcji) /Alergeny: 7,1,3/ Surówka z marchwi i jabłka /Alergeny: 7/ brzoskwinie Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/	Obiad zupa- krem z zielonego groszku /Alergeny: 7,1,9,10,3/ Ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ Pulpety z kurczaka w sosie koperkowym /Alergeny: 3,7/ fasolka szparagowa z wody /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Kompot truskawkowy	Obiad Barszcz z makaronem /Alergeny: 9,7,1,10,3,5,8,11/ ziemniaki z koperkiem Kotlet drobiowy panierowany /Alergeny: 3,1,7/ kalafior z bułką tartą /Alergeny: 1,7/ Kompot śliwkowy Murzynek /Alergeny: 1,7,3/
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek

Jadłospis

dieta wysokobiałkowa, okres: 2026-09-21 - 2026-09-30

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	25.09 piątek	26.09 sobota	27.09 niedziela
Sok tłoczony 100% /Alergeny: 12/	jogurt skyr owocowy /Alergeny: 7/	napój mleczny proteinowy /Alergeny: 7/	kisiel z jabłkiem /Alergeny: 1/	owsianka z owocami proteinowa /Alergeny: 7,1,5,8,11/	Banan	Owsianka z bananem i cynamonem /Alergeny: 1,7/
Kolacja chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ indyk faszerowany /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Herbata z cytryną sałata rukola papryka świeża /Alergeny: 7/	Kolacja chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ pasztet zapiekany z indykiem i warzywami /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Herbata z cytryną Ogórek kiszony /Alergeny: 9,10/ Kielki	Kolacja Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ chleb zwykły /Alergeny: 1/ Herbata z cytryną masło smietankowe /Alergeny: 7/ pasta z sera żółtego i szczypiorku /Alergeny: 7,3,10/ Polędwica sopocka /Alergeny: 1,3,6,7,8,9,10,12/ Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/ papryka świeża /Alergeny: 7/	Kolacja chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Ser żółty edamski /Alergeny: 7/ polędwica miódowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Sałata rzodkiewka /Alergeny: 7/	Kolacja chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ ser wiejski /Alergeny: 7/ Tuńczyk w sosie własnym /Alergeny: 4/ Herbata z cytryną Sałata Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/	Kolacja chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Kielbasa z rusztu z cebulką /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ keczup /Alergeny: 1,9,10/ ser żółty gouda z czarnuszką /Alergeny: 7/ papryka świeża /Alergeny: 7/ Sałata	Kolacja Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ pasta z wędliny /Alergeny: 7,1,3,6,9,10/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pomidor Ogórek zielony /Alergeny: 7/
wieczorny posiłek Owsianka z gruszkami i cynamonem /Alergeny: 1,7,3,6,9,10/	wieczorny posiłek Smoothie /Alergeny: 12/	wieczorny posiłek sok pomidorowy /Alergeny: 9,10/	wieczorny posiłek gruszka	wieczorny posiłek jabłko (1 sztuka,120 g)	wieczorny posiłek sok kubus /Alergeny: 12/	wieczorny posiłek Nekataryna
1922 Kcal; Błonnik pokarmowy 25,36 g, Tłuszcz 59,19 g, Węglowodany ogółem 258,13 g, Sód 2609,68 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 16,64 g, sól 0,76 g, w tym cukry 30,48 g, Białko ogółem 85,83 g,	2565 Kcal; Tłuszcz 106,6 g, Węglowodany ogółem 295,28 g, Sód 2580,64 mg, Błonnik pokarmowy 33,69 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 30,58 g, sól 0,77 g, w tym cukry 39,32 g, Białko ogółem 135,78 g,	2482 Kcal; Tłuszcz 108,02 g, Węglowodany ogółem 246,75 g, Sód 4548,89 mg, Błonnik pokarmowy 21,68 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 26,82 g, sól 0,8 g, w tym cukry 44,24 g, Białko ogółem 103,97 g,	2596 Kcal; Tłuszcz 111,45 g, w tym cukry 18,63 g, Białko ogółem 88,97 g, Błonnik pokarmowy 30,31 g, sól 1,39 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 21,68 g, Węglowodany ogółem 325,45 g, Sód 3237,05 mg,	1939 Kcal; Tłuszcz 56,13 g, Węglowodany ogółem 267,15 g, Sód 2037,3 mg, Błonnik pokarmowy 25,41 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,78 g, sól 2,23 g, w tym cukry 16,98 g, Białko ogółem 81,51 g,	2381 Kcal; Tłuszcz 83,23 g, Węglowodany ogółem 282,9 g, Sód 3787,78 mg, Błonnik pokarmowy 30,03 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 28,59 g, sól 0,77 g, w tym cukry 75,55 g, Białko ogółem 133,47 g,	2604 Kcal; Tłuszcz 120,86 g, Węglowodany ogółem 293,6 g, Sód 4236,09 mg, Błonnik pokarmowy 24,49 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 29,95 g, sól 0,84 g, w tym cukry 33,56 g, Białko ogółem 109,71 g,

Jadłospis**dieta wysokobiałkowa, okres: 2026-09-21 - 2026-09-30**

28.09 poniedziałek	29.09 wtorek	30.09 środa
Śniadanie Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ bułka ze słonecznikiem /Alergeny: 1,3,6/ Herbata z cytryną masło smietankowe /Alergeny: 7/ Frankfurterki /Alergeny: 1,7,12/ keczup /Alergeny: 1,9,10/ ser koluś /Alergeny: 7/ papryka świeża /Alergeny: 7/ Ogórek zielony /Alergeny: 7/	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Pasta z makreli, ogórka i zieleniny /Alergeny: 4,7,9,10,3/ Połudwica sopocka /Alergeny: 1,3,6,7,8,9,10,12/ Herbata z cytryną Ogórek kiszony /Alergeny: 9,10/ Pomidor dżem owocowy	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7,1,8,9,10,11,12/ Szynka delikatesowa z fileta /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Pomidor Ogórek zielony /Alergeny: 7/
Drugie śniadanie sok kubus /Alergeny: 12/	Drugie śniadanie deser mleczny z ryżem i owocami /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/	Drugie śniadanie budyń na mleku /Alergeny: 1,7,9/
Obiad Zupa kalafiorowa zabielana /Alergeny: 7,9,1,10/ makaron z sosem bolońskim /Alergeny: 1,7,9,3/ Surówka z kapusty pekińskiej /Alergeny: 7,8,10,11/ Kompot śliwkowy	Obiad Zupa pomidorowa z lanym ciastem /Alergeny: 9,7,1,3,10/ ziemniaki z koperkiem Roladki z indyka w sosie szpinakowym /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Buraki z chrzanem /Alergeny: 12,7/ Kompot z czerw. porzeczek bez cukru Bułeczki drożdżowe /Alergeny: 1,7,3,12/	Obiad Żurek /Alergeny: 1,3,6,9,10,7,12/ Kopytka własnej produkcji /Alergeny: 1,3,7/ Gulasz z indyka z warzywami /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Surówka z białej kapusty z chrzanem /Alergeny: 12,3,10,7/ Kompot z czarnej porzeczek śliwki
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek

Jadłospis**dieta wysokobiałkowa, okres: 2026-09-21 - 2026-09-30**

28.09 poniedziałek	29.09 wtorek	30.09 środa
Koktajl wysokobiałkowy /Alergeny: 5,8,1,6,7,11/	budyń na mleku /Alergeny: 1,7,9/	jogurt skyr owocowy /Alergeny: 7/
Kolacja chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Pizzerki z cukini /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12,11/ ser puszysty /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pomidor Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/	Kolacja chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Ser żółty edamski /Alergeny: 7/ połudwica z indyka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ papryka świeża /Alergeny: 7/ Sałata	Kolacja Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Kiełbasa krakowska /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Ser żółty salami /Alergeny: 7/ Sałata awokado
wieczorny posiłek sok pomidorowy /Alergeny: 9,10/	wieczorny posiłek sok kubus /Alergeny: 12/	wieczorny posiłek Sok tłoczony 100% /Alergeny: 12/
2476 Kcal; Błonnik pokarmowy 32,6 g, Tłuszcz 107,85 g, Węglowodany ogółem 277,93 g, Sód 3245,62 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 25,16 g, sól 0,91 g, w tym cukry 44,99 g, Białko ogółem 80,19 g,	2430 Kcal; Tłuszcz 93,13 g, Węglowodany ogółem 309,24 g, Sód 3170,46 mg, Błonnik pokarmowy 25,32 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 22,45 g, sól 0,76 g, w tym cukry 53,87 g, Białko ogółem 88,53 g,	2024 Kcal; Tłuszcz 74,98 g, Węglowodany ogółem 247,84 g, Sód 3435,94 mg, Błonnik pokarmowy 21,78 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 17,96 g, sól 0,76 g, w tym cukry 19,37 g, Białko ogółem 79,49 g,

Jadłospis**dieta podstawowa komercja, okres: 2026-09-21 - 2026-09-30**

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	25.09 piątek	26.09 sobota	27.09 niedziela
Śniadanie Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ bułka ze słonecznikiem /Alergeny: 1,3,6/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Kielbasa krakowska /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pomidor Ogórek zielony /Alergeny: 7/ szczypiorek /Alergeny: 7/	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną jajecznica na boczku /Alergeny: 3,7/ kielbasa żywiecka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Pomidor sałata rukola Powidła /Alergeny: 7,12/	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/ Herbata z cytryną ser camembert /Alergeny: 7/ kielbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Pomidor sałata rukola	Śniadanie Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,3,6,7,11/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ pasztet z suszonymi pomidorami /Alergeny: 1,3,6,9,10/ Herbata z cytryną jajko z majonezem /Alergeny: 3,10/ Pomidor sałata rukola dżem owocowy	Śniadanie Zupa mleczna Owsianka /Alergeny: 7,1/ chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną pasta pomidorowa z twarogu /Alergeny: 7,1,9/ ser plesniowy blue /Alergeny: 7/ Ogórek zielony /Alergeny: 7/ Pomidor	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/ Herbata z cytryną szynka sznurowana /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Pasta z jajka ze szczypiorkiem /Alergeny: 3,10,7/ Pomidor Sałata rzymska	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Kakao /Alergeny: 7/ szynka drobiowa z fileta /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ jajecznica na boczku /Alergeny: 3,7/ Pomidor Ogórek kiszony /Alergeny: 9,10/
Obiad Kura a la flaczki /Alergeny: 9,7,10,1,3,6/ Naleśniki z serem i fruzeliną wiśniową /Alergeny: 1,7,3,6,9,10,8,12/ Kompot z czarnej porzeczek	Obiad Zupa grochowa /Alergeny: 7,9,1,10,3,6/ Ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ Policzki wieprzowe /Alergeny: 7,1/ kapusta czerwona z wiśniami i cynamonem /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/	Obiad Zupa ogórkowa /Alergeny: 9,7,10,1/ placek ziemniaczany po węgiersku /Alergeny: 7,3,1,9/ Zielona surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem /Alergeny: 1,9,7,3,10/ Kompot śliwkowy	Obiad zupa krem z pieczarek /Alergeny: 7,1,9,10,3,6,11/ ziemniaki z koperkiem Gołąbki z mięsem w sosie pomidorowym /Alergeny: 1,6,8,9,10,11,7,3/ sałatka szwedzka /Alergeny: 9,10/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/ placek maślankowy /Alergeny: 1,7,3,8,10,11/	Obiad Zupa brokułowa z papryką i zieleciną /Alergeny: 1,3,7,9,10/ pierogi leniwe (własnej produkcji) /Alergeny: 7,1,3/ Surówka z marchwi i jabłka /Alergeny: 7/ brzoskwienie Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/	Obiad zupa- krem z zielonego grozdku /Alergeny: 7,1,9,10,3/ Ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ Pulpety z kurczaka w sosie koperkowym /Alergeny: 3,7/ fasolka szparagowa z wody /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Kompot truskawkowy	Obiad Barszcz z makaronem /Alergeny: 9,7,1,10,3,5,8,11/ ziemniaki z koperkiem Kotlet drobiowy panierowany /Alergeny: 3,1,7/ kalafior z bułką tartą /Alergeny: 1,7/ Kompot śliwkowy
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja

Jadłospis

dieta podstawowa komercja, okres: 2026-09-21 - 2026-09-30

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	25.09 piątek	26.09 sobota	27.09 niedziela
chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ indyk faszerowany /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Herbata z cytryną sałata rukola papryka świeża /Alergeny: 7/	chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ pasztet zapiekany z indykiem i warzywami /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Herbata z cytryną Ogórek kiszony /Alergeny: 9,10/ Kielki	Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ chleb zwykły /Alergeny: 1/ Herbata z cytryną masło smietankowe /Alergeny: 7/ pasta z sera żółtego i szczypiorku /Alergeny: 7,3,10/ Połędwica sopocka /Alergeny: 1,3,6,7,8,9,10,12/ Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/ papryka świeża /Alergeny: 7/	chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Ser żółty edamski /Alergeny: 7/ połędwica miódowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Sałata rzodkiewka /Alergeny: 7/	chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ ser wiejski /Alergeny: 7/ Paprykarz /Alergeny: 1,4,6,9,10,11/ Herbata z cytryną Sałata Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/	chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Kielbasa z rusztu z cebulką /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ keczup /Alergeny: 1,9,10/ ser żółty gouda z czarnuszką /Alergeny: 7/ papryka świeża /Alergeny: 7/ Sałata	Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ pasta z wędliny /Alergeny: 7,1,3,6,9,10/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pomidor Ogórek zielony /Alergeny: 7/
1835 Kcal; Błonnik pokarmowy 15,68 g, Tłuszcz 71,07 g, Węglowodany ogółem 211,45 g, Sód 2299,28 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,49 g, sól 0,76 g, w tym cukry 8,82 g, Białko ogółem 86,75 g,	2037 Kcal; Tłuszcz 94,71 g, Węglowodany ogółem 220,13 g, Sód 2486,79 mg, Błonnik pokarmowy 25,75 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 27,77 g, sól 0,77 g, w tym cukry 11,34 g, Białko ogółem 107,36 g,	2051 Kcal; Tłuszcz 100,86 g, Węglowodany ogółem 219,01 g, Sód 3844,46 mg, Błonnik pokarmowy 18,05 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 24,86 g, sól 0,8 g, w tym cukry 16,47 g, Białko ogółem 57,47 g,	2426 Kcal; Tłuszcz 111,77 g, w tym cukry 14,58 g, Białko ogółem 72,97 g, Błonnik pokarmowy 27,14 g, sól 1,42 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 24,78 g, Węglowodany ogółem 295,17 g, Sód 3210,34 mg,	1630 Kcal; Tłuszcz 57,53 g, Węglowodany ogółem 219,46 g, Sód 2346,32 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 18,67 g, Białko ogółem 49,82 g, w tym cukry 23,14 g, Błonnik pokarmowy 19,1 g, sól 1,64 g,	1953 Kcal; Tłuszcz 79,13 g, Węglowodany ogółem 229,7 g, Sód 3786,78 mg, Błonnik pokarmowy 25,03 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 28,59 g, sól 0,77 g, w tym cukry 19,65 g, Białko ogółem 106,27 g,	1961 Kcal; Tłuszcz 91,18 g, Węglowodany ogółem 211,06 g, Sód 4085,54 mg, Błonnik pokarmowy 20,11 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 23,11 g, sól 0,84 g, w tym cukry 15,97 g, Białko ogółem 98,04 g,

Jadłospis

dieta podstawowa komercja, okres: 2026-09-21 - 2026-09-30

28.09 poniedziałek	29.09 wtorek	30.09 środa
Śniadanie bułka ze słonecznikiem /Alergeny: 1,3,6/ chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Herbata z cytryną masło smietankowe /Alergeny: 7/ Frankfurterki /Alergeny: 1,7,12/ keczup /Alergeny: 1,9,10/ ser koluś /Alergeny: 7/ papryka świeża /Alergeny: 7/ Ogórek zielony /Alergeny: 7/	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Pasta z makreli, ogórka i zieleń /Alergeny: 4,7,9,10,3/ Połędwica sopocka /Alergeny: 1,3,6,7,8,9,10,12/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną dżem owocowy Ogórek kiszony /Alergeny: 9,10/ Pomidor	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Herbata z cytryną masło smietankowe /Alergeny: 7/ Pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7,1,8,9,10,11,12/ Szynka delikatesowa z fileta /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Pomidor Ogórek zielony /Alergeny: 7/
Obiad Zupa kalafiorowa zabielana /Alergeny: 7,9,1,10/ makaron z sosem bolońskim /Alergeny: 1,7,9,3/ Surówka z kapusty pekińskiej /Alergeny: 7,8,10,11/ Kompot śliwkowy	Obiad Zupa pomidorowa z lanym ciastem /Alergeny: 9,7,1,3,10/ ziemniaki z koperkiem Roladki z indyka w sosie szpinakowym /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Buraki z chrzanem /Alergeny: 12,7/ Kompot z czarnej porzeczki Bułeczki drożdżowe /Alergeny: 1,7,3,12/	Obiad Żurek /Alergeny: 1,3,6,9,10,7,12/ Kasza pęczak /Alergeny: 1/ Gulasz mięsny, duszony /Alergeny: 7,1,3,5,8,9,10,11/ brokuł gotowany /Alergeny: 7/ Kompot z czarnej porzeczki
Kolacja	Kolacja	Kolacja

Jadłospis**dieta podstawowa komercja, okres: 2026-09-21 - 2026-09-30**

28.09 poniedziałek	29.09 wtorek	30.09 środa
chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Pizzerki z cukini /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12,11/ ser puszysty /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pomidor Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/	chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Herbata z cytryną masło smietankowe /Alergeny: 7/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ polędwica z indyka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ papryka świeża /Alergeny: 7/ Sałata	Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Kiełbasa krakowska /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ ser żółty gouda z czarnuszką /Alergeny: 7/ awokado Sałata Herbata z cytryną
1895 Kcal; Tłuszcz 69,62 g, Węglowodany ogółem 237,18 g, Sód 2628,22 mg, Błonnik pokarmowy 22,15 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,32 g, w tym cukry 8,99 g, Białko ogółem 69,99 g, sól 0,76 g,	1975 Kcal; Tłuszcz 80,65 g, Węglowodany ogółem 241,06 g, Sód 2898,4 mg, Błonnik pokarmowy 21,57 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 17,63 g, sól 0,76 g, w tym cukry 18,32 g, Białko ogółem 73,56 g,	1414 Kcal; Tłuszcz 56,61 g, Węglowodany ogółem 161,22 g, Sód 3060,34 mg, Błonnik pokarmowy 17,53 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 18,13 g, Białko ogółem 50,27 g, w tym cukry 2,7 g, sól 0,38 g,

Jadłospis

dieta podstawowa dzieci 10-18lat , okres: 2026-09-21 - 2026-09-27

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	26.09 sobota	27.09 niedziela
Śniadanie Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ bułka ze słonecznikiem /Alergeny: 1,3,6/ masło śmietankowe /Alergeny: 7/ Kielbasa krakowska /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/ Pomidor Herbata z cytryną Ogórek zielony /Alergeny: 7/ Kielki	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło śmietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną kielbasa żywiecka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ jajecznica na boczku /Alergeny: 3,7/ Pomidor sałata rukola Powidła /Alergeny: 7,12/	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło śmietankowe /Alergeny: 7/ Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/ Herbata z cytryną kielbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Pomidor sałata rukola ser camembert /Alergeny: 7/	Śniadanie Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,3,6,7,11/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło śmietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną dżem owocowy jajko z majonezem /Alergeny: 3,10/ pasztet z suszonymi pomidorami /Alergeny: 1,3,6,9,10/ Pomidor sałata rukola	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło śmietankowe /Alergeny: 7/ Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/ Herbata z cytryną szynka sznurowana /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Pasta z jajka ze szczypiorkiem /Alergeny: 3,10,7/ Pomidor Sałata rzymska	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło śmietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Kakao /Alergeny: 7/ szynka drobiowa z fileta /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ jajecznica na boczku /Alergeny: 3,7/ Pomidor Ogórek kiszony /Alergeny: 9,10/
Drugie śniadanie Banan	Drugie śniadanie jogurt owocowy /Alergeny: 7/	Drugie śniadanie budyń na mleku /Alergeny: 1,7,9/	Drugie śniadanie kisiel z jabłkiem /Alergeny: 1/	Drugie śniadanie serek homogenizowany /Alergeny: 7/	Drugie śniadanie Banan
Obiad Kura a la flaczki /Alergeny: 9,7,10,1,3,6/ naleśniki z serem i frużeliną wiśniową /Alergeny: 1,7,3,6,9,10,8,12/ Kompot z czarnej porzeczki	Obiad Zupa grochowa /Alergeny: 7,9,1,10,3,6/ Ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ Policzki wieprzowe /Alergeny: 7,1/ kapusta czerwona z wiśniami i cynamonem /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/	Obiad Zupa ogórkowa /Alergeny: 9,7,10,1/ placek ziemniaczany po węgiersku /Alergeny: 7,3,1,9/ Zielona surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem /Alergeny: 1,9,7,3,10/ Kompot śliwkowy	Obiad zupa krem z pieczarek /Alergeny: 7,1,9,10,3,6,11/ ziemniaki z koperkiem Gołąbki z mięsem w sosie pomidorowym /Alergeny: 1,6,8,9,10,11,7,3/ sałatka szwedzka /Alergeny: 9,10/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/	Obiad zupa- krem z zielonego groszku /Alergeny: 7,1,9,10,3/ Ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ Pulpety z kurczaka w sosie koperkowym /Alergeny: 3,7/ fasolka szparagowa z wody /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Kompot truskawkowy	Obiad Barszcz z makaronem /Alergeny: 9,7,1,10,3,5,8,11/ ziemniaki z koperkiem Kotlet drobiowy panierowany /Alergeny: 3,1,7/ kalafior z bułką tartą /Alergeny: 1,7/ Kompot śliwkowy
Podwieczorek Sok tłoczony 100% /Alergeny: 12/	Podwieczorek Banan	Podwieczorek jogurt skyr owocowy /Alergeny: 7/	Podwieczorek ciasto na maślanie /Alergeny: 7,3,1,8,10,11/	Podwieczorek Banan	Podwieczorek Murzynek /Alergeny: 1,7,3/
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja

Jadłospis

dieta podstawowa dzieci 10-18lat , okres: 2026-09-21 - 2026-09-27

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	26.09 sobota	27.09 niedziela
chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło śmietankowe /Alergeny: 7/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ indyk faszerowany /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Herbata z cytryną sałata rukola papryka świeża /Alergeny: 7/	chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło śmietankowe /Alergeny: 7/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ pasztet zapiekany z indykiem i warzywami /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Herbata z cytryną Ogórek kiszony /Alergeny: 9,10/ Kielki	Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ chleb zwykły /Alergeny: 1/ Herbata z cytryną masło śmietankowe /Alergeny: 7/ pasta z sera żółtego i szczypiorku /Alergeny: 7,3,10/ Połędwica sopocka /Alergeny: 1,3,6,7,8,9,10,12/ Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/ papryka świeża /Alergeny: 7/	chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło śmietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Ser żółty edamski /Alergeny: 7/ połędwica miódowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Sałata rzodkiewka /Alergeny: 7/	chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło śmietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną ser żółty gouda z czarnuszką /Alergeny: 7/ Kiełbasa z rusztu z cebulką /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ keczup /Alergeny: 1,9,10/ papryka świeża /Alergeny: 7/ Sałata	chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło śmietankowe /Alergeny: 7/ kiełbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pomidor Ogórek zielony /Alergeny: 7/
wieczorny posiłek	wieczorny posiłek	wieczorny posiłek	wieczorny posiłek	wieczorny posiłek	wieczorny posiłek
Owsianka z gruszkami i cynamonem /Alergeny: 1,7,3,6,9,10/	Smoothie /Alergeny: 12/	sok pomidorowy /Alergeny: 9,10/	gruszka	sok kubus /Alergeny: 12/	Nekataryna
2274 Kcal; Błonnik pokarmowy 20,81 g, Tłuszcz 80,94 g, Węglowodany ogółem 289,63 g, Sód 2480,93 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 16,14 g, sól 0,76 g, w tym cukry 36,77 g, Białko ogółem 102,76 g,	2302 Kcal; Tłuszcz 91,26 g, Węglowodany ogółem 288,29 g, Sód 2557,39 mg, Błonnik pokarmowy 30,4 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 23,87 g, sól 0,77 g, w tym cukry 56,7 g, Białko ogółem 113,87 g,	2230 Kcal; Tłuszcz 98,52 g, Węglowodany ogółem 246,61 g, Sód 4547,99 mg, Błonnik pokarmowy 21,68 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 22,92 g, sól 0,8 g, w tym cukry 28,7 g, Białko ogółem 77,83 g,	2456 Kcal; Tłuszcz 105,45 g, w tym cukry 13,17 g, Białko ogółem 73,43 g, Błonnik pokarmowy 30,31 g, sól 1,39 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 17,78 g, Węglowodany ogółem 319,71 g, Sód 3236,15 mg,	2372 Kcal; Tłuszcz 90,23 g, Węglowodany ogółem 308,26 g, Sód 3857,38 mg, Błonnik pokarmowy 30,03 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 24,69 g, sól 0,77 g, w tym cukry 60,01 g, Białko ogółem 117,68 g,	2445 Kcal; Tłuszcz 112,82 g, Węglowodany ogółem 281,73 g, Sód 4265,78 mg, Błonnik pokarmowy 23,68 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 26,67 g, sól 0,84 g, w tym cukry 36,98 g, Białko ogółem 99,85 g,

Jadłospis**dieta bogatoresztkowa, okres: 2026-09-21 - 2026-09-26**

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	26.09 sobota
Śniadanie Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ bułka ze słonecznikiem /Alergeny: 1,3,6/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Kielbasa krakowska /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/ Pomidor Herbata z cytryną ogórek zielony /Alergeny: 7/ Kielki	Śniadanie Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną kielbasa żywiecka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ jajecznica na boczku /Alergeny: 3,7/ Pomidor /Alergeny: 1,3,6,9,10/ sałata rukola Powidła /Alergeny: 7,12/ jabłko (1 sztuka,120 g)	Śniadanie Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/ kielbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Pomidor sałata rukola ser camembert /Alergeny: 7/ Morele suszone /Alergeny: 12/	Śniadanie Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,3,6,7,11/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną dżem owocowy jajko z majonezem /Alergeny: 3,10/ pasztet z suszonymi pomidorami /Alergeny: 1,3,6,9,10/ Pomidor /Alergeny: 1,3,6,9,10/ sałata rukola Suszone śliwki /Alergeny: 1,5,6,11,12/	Śniadanie Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/ Herbata z cytryną szynka sznurowana /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Pasta z jajka ze szczypiorkiem /Alergeny: 3,10,7/ Pomidor /Alergeny: 1,3,6,9,10/ Sałata rzymska serek homogenizowany /Alergeny: 7/
Obiad Kura a la flaczki /Alergeny: 9,7,10,1,3,6/ naleśniki z serem i fruzeliną wiśniową /Alergeny: 1,7,3,6,9,10,8,12/ Kompot z czarnej porzeczki Sok tłoczony 100% /Alergeny: 12/ Morele suszone /Alergeny: 12/	Obiad Zupa grochowa /Alergeny: 7,9,1,10,3,6/ Ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ Policzki wieprzowe /Alergeny: 7,1/ kapusta czerwona z wiśniami i cynamonem /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Suszone śliwki /Alergeny: 1,5,6,11,12/	Obiad Zupa ogórkowa /Alergeny: 9,7,10,1/ placek ziemniaczany po węgiersku /Alergeny: 7,3,1,9/ Zielona surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem /Alergeny: 1,9,7,3,10/ Kompot śliwkowy jogurt skyr owocowy /Alergeny: 7/	Obiad zupa krem z pieczarek /Alergeny: 7,1,9,10,3,6,11/ ziemniaki z koperkiem Gołąbki z mięsem w sosie pomidorowym /Alergeny: 1,6,8,9,10,11,7,3/ sałatka szwedzka /Alergeny: 9,10/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/ ciasto na maślanie /Alergeny: 7,3,1,8,10,11/	Obiad zupa- krem z zielonego grozdku /Alergeny: 7,1,9,10,3/ Ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ Pulpety z kurczaka w sosie koperkowym /Alergeny: 3,7/ fasolka szparagowa z wody /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Kompot truskawkowy Morele suszone /Alergeny: 12/
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja

Jadłospis**dieta bogatoresztkowa, okres: 2026-09-21 - 2026-09-26**

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	26.09 sobota
Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ indyk faszerowany /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Herbata z cytryną sałata rukola Papryka świeża 60g /Alergeny: 7/	Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ ser żółty edamski /Alergeny: 7/ pasztet zapiekany z indykiem i warzywami /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Herbata z cytryną ogórek kiszony 100 /Alergeny: 9,10/ Kielki	Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Herbata z cytryną masło smietankowe /Alergeny: 7/ pasta z sera żółtego i szczypiorku /Alergeny: 7,3,10/ Polędwica sopocka /Alergeny: 1,3,6,7,8,9,10,12/ Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/ papryka świeża /Alergeny: 7/	chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Ser żółty edamski /Alergeny: 7/ polędwica miódowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Sałata rzodkiewka /Alergeny: 7/	chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną ser żółty gouda z czarnuszką /Alergeny: 7/ Kielbasa z rusztu z cebulką /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ keczup /Alergeny: 1,9,10/ Papryka świeża 60g /Alergeny: 7/ Sałata
wieczorny posiłek Owsianka z gruszkami i cynamonem /Alergeny: 1,7,3,6,9,10/	wieczorny posiłek Smoothie /Alergeny: 12/	wieczorny posiłek sok pomidorowy /Alergeny: 9,10/	wieczorny posiłek gruszka	wieczorny posiłek sok kubus /Alergeny: 12/
2451 Kcal; Błonnik pokarmowy 26,9 g, Tłuszcz 87,66 g, Węglowodany ogółem 318,98 g, Sód 2504,31 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 20,01 g, sól 1,13 g, w tym cukry 25,28 g, Białko ogółem 102,9 g,	2418 Kcal; Błonnik pokarmowy 35,98 g, Tłuszcz 96,16 g, Węglowodany ogółem 313,43 g, Sód 3024,75 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 27,71 g, sól 1,51 g, w tym cukry 24,58 g, Białko ogółem 110,15 g,	2402 Kcal; Błonnik pokarmowy 28,61 g, Tłuszcz 102,36 g, Węglowodany ogółem 286,61 g, Sód 4517,52 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 24,97 g, sól 1,54 g, w tym cukry 22,53 g, Białko ogółem 72,87 g,	2653 Kcal; Tłuszcz 112,23 g, w tym cukry 13,31 g, Białko ogółem 75,11 g, Błonnik pokarmowy 34,97 g, sól 1,39 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 21,68 g, Węglowodany ogółem 353,55 g, Sód 3244 mg,	2478 Kcal; Błonnik pokarmowy 35,23 g, Tłuszcz 96,59 g, Węglowodany ogółem 321,76 g, Sód 3746,76 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 28,49 g, sól 0,76 g, w tym cukry 48,14 g, Białko ogółem 117,82 g,

Jadłospis

dieta bezmleczna, okres: 2026-09-21 - 2026-09-26

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	25.09 piątek	26.09 sobota
Śniadanie Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ bułka ze słonecznikiem /Alergeny: 1,3,6/ Masło roślinne Kielbasa krakowska /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ dżem owocowy Pomidor Herbata z cytryną Ogórek zielony /Alergeny: 7/ Kielki	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Masło roślinne Herbata z cytryną kielbasa żywiecka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ jajecznica na boczku /Alergeny: 3,7/ Pomidor sałata rukola Powidła /Alergeny: 7,12/ jabłko (1 sztuka,120 g)	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Masło roślinne Herbata z cytryną kielbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Pomidor sałata rukola ser camembert /Alergeny: 7/	Śniadanie Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,3,6,7,11/ chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Masło roślinne Herbata z cytryną Pomidor dżem owocowy jajko z majonezem /Alergeny: 3,10/ pasztet z suszonymi pomidorami /Alergeny: 1,3,6,9,10/ sałata rukola	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Masło roślinne Herbata z cytryną Szynka gotowana /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ jajko gotowane /Alergeny: 3/ Ogórek zielony /Alergeny: 7/ Pomidor śliwki	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Masło roślinne Herbata z cytryną szynka sznurowana /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Pasta z jajka ze szczypiorkiem /Alergeny: 3,10,7/ Pomidor Sałata rzymska Banan
Obiad Kura ala flaczki /Alergeny: 9,7,10,1,3,6/ Naleśniki na wodzie z dżemem (b/Lak, b/mleczna) /Alergeny: 1,3,6,9,10/ Kompot z czarnej porzeczki Sok tłoczony 100% /Alergeny: 12/	Obiad Zupa grochowa /Alergeny: 7,9,1,10,3,6/ Ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ Policzki wieprzowe /Alergeny: 7,1/ kapusta czerwona z wiśniami i cynamonem /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/	Obiad Zupa ogórkowa /Alergeny: 9,7,10,1/ placek ziemniaczany po węgiersku /Alergeny: 7,3,1,9/ Zielona surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem /Alergeny: 1,9,7,3,10/ Kompot śliwkowy jogurt skyr owocowy /Alergeny: 7/	Obiad zupa krem z pieczarek /Alergeny: 7,1,9,10,3,6,11/ ziemniaki z koperkiem Gołąbki z mięsem w sosie pomidorowym /Alergeny: 1,6,8,9,10,11,7,3/ sałatka szwedzka /Alergeny: 9,10/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/ ciasto na maślanec /Alergeny: 7,3,1,8,10,11/	Obiad Zupa brokułowa z papryką i zieleniną /Alergeny: 1,3,7,9,10/ Ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ Jajko sadzone z pieca /Alergeny: 7,3/ fasolka szparagowa z wody /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/	Obiad zupa- krem z zielonego groszku /Alergeny: 7,1,9,10,3/ Ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ filetb z kurczaka gotowany /Alergeny: 1,7,9,10/ fasolka szparagowa z wody /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Kompot truskawkowy
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja

Jadłospis

dieta bezmleczna, okres: 2026-09-21 - 2026-09-26

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	25.09 piątek	26.09 sobota
chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Masło roślinne indyk faszerowany /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ jajecznica na parze /Alergeny: 3/ Herbata z cytryną sałata rukola papryka świeża /Alergeny: 7/	chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Masło roślinne ser żółty edamski /Alergeny: 7/ pasztet zapiekany z indykiem i warzywami /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Herbata z cytryną Ogórek kiszony /Alergeny: 9,10/ Kielki	Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ chleb zwykły /Alergeny: 1/ Herbata z cytryną Masło roślinne pasta z sera żółtego i szczypiorku /Alergeny: 7,3,10/ Połędwica sopocka /Alergeny: 1,3,6,7,8,9,10,12/ Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/ papryka świeża /Alergeny: 7/	chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Masło roślinne Herbata z cytryną Paprykarz /Alergeny: 1,4,6,9,10,11/ połędwica miódowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Sałata rzodkiewka /Alergeny: 7/	chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Masło roślinne połędwica Ani /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Paprykarz /Alergeny: 1,4,6,9,10,11/ Herbata z cytryną Sałata Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/	chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ Masło roślinne Herbata z cytryną Paprykarz /Alergeny: 1,4,6,9,10,11/ Kiełbasa z rusztu z cebulką /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ keczup /Alergeny: 1,9,10/ papryka świeża /Alergeny: 7/ Sałata
wieczorny posiłek	wieczorny posiłek	wieczorny posiłek	wieczorny posiłek	wieczorny posiłek	wieczorny posiłek
Banan	Smoothie /Alergeny: 12/	sok pomidorowy /Alergeny: 9,10/	gruszka	jabłko (1 sztuka,120 g)	sok kubus /Alergeny: 12/
2022 Kcal; Błonnik pokarmowy 17,95 g, Tłuszcz 90,02 g, Węglowodany ogółem 261,65 g, Sód 1752,04 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,38 g, sól 0,76 g, w tym cukry 31,22 g, Białko ogółem 61,98 g,	2171 Kcal; Tłuszcz 89,19 g, Węglowodany ogółem 266,77 g, Sód 2498,69 mg, Błonnik pokarmowy 30,65 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 16,07 g, sól 0,77 g, w tym cukry 23,4 g, Białko ogółem 108,17 g,	2011 Kcal; Tłuszcz 90,52 g, Węglowodany ogółem 223,51 g, Sód 4377,79 mg, Błonnik pokarmowy 21,68 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,36 g, sól 0,8 g, w tym cukry 9,6 g, Białko ogółem 63,93 g,	2336 Kcal; Tłuszcz 94,5 g, w tym cukry 14,01 g, Białko ogółem 58,91 g, Błonnik pokarmowy 31,18 g, sól 1,78 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,42 g, Węglowodany ogółem 327,27 g, Sód 3167,7 mg,	1393 Kcal; Tłuszcz 46,71 g, Węglowodany ogółem 215,25 g, Sód 3642,71 mg, Błonnik pokarmowy 24,54 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,29 g, sól 1,15 g, w tym cukry 6,11 g, Białko ogółem 59,41 g,	1853 Kcal; Tłuszcz 57,89 g, Węglowodany ogółem 268,87 g, Sód 3567,01 mg, Błonnik pokarmowy 29,18 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,96 g, sól 1,15 g, w tym cukry 48,29 g, Białko ogółem 83,26 g,

Jadłospis

dieta o zmiennej konsystencji wg IDDSI - twarda, okres: 2026-09-21 - 2026-09-27

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	25.09 piątek	26.09 sobota	27.09 niedziela
Śniadanie Herbata z cytryną Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Kiełbasa krakowska /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ ser biały /Alergeny: 7/ Pomidor ogórek zielony starty na oczkach /Alergeny: 7/	Śniadanie Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ kiełbasa żywiecka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ jajecznica /Alergeny: 3,7/ Herbata z cytryną Pomidor jabłko (1 sztuka,120 g)	Śniadanie Herbata z cytryną Chleb zwykły /Alergeny: 1/ Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ kiełbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/ Pomidor	Śniadanie Herbata z cytryną Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ kiełbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ jajko gotowane /Alergeny: 3/ dżem owocowy Pomidor	Śniadanie Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Zupa mleczna Owsianka /Alergeny: 7,1/ Herbata z cytryną Kakao /Alergeny: 7/ pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7,1,8,9,10,11,12/ ser koluś /Alergeny: 7/ Pomidor banan	Śniadanie Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną szynka sznurowana /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ pasta z jajka /Alergeny: 3,7,10/ Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/ Pomidor serek homogenizowany /Alergeny: 7/	Śniadanie Herbata z cytryną Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ jajecznica /Alergeny: 3,7/ szynka drobiowa z fileta /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Pomidor Ogórek kiszony (starty na grubych oczkach) /Alergeny: 9,10/ Kakao /Alergeny: 7/
Drugie śniadanie banan	Drugie śniadanie Kakaowa owsianka z nasionami chia /Alergeny: 1,7,8,10,11,5,6,12/	Drugie śniadanie kefir /Alergeny: 7/	Drugie śniadanie jogurt skyr owocowy /Alergeny: 7/	Drugie śniadanie kefir /Alergeny: 7/	Drugie śniadanie Koktajl szpinakowo - bananowy /Alergeny: 7/	Drugie śniadanie Maślanka /Alergeny: 7/
Obiad Kura ala flaczki /Alergeny: 9,7,10,1,3,6/ naleśniki z serem i fruzeliną wiśniową /Alergeny: 1,7,3,6,9,10,8,12/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Sok tłoczony 100% /Alergeny: 12/	Obiad Zupa ziemniaczana /Alergeny: 9,7,1,10/ ziemniaki z koperkiem pulpet gotowany /Alergeny: 7,1,3/ sos koperkowy /Alergeny: 7,1/ Buraki konserwowe Kompot z czarnej porzeczki	Obiad Krupnik z kaszy jęczmiennej /Alergeny: 1,7,9,10/ ziemniaki z koperkiem Pulpet drobiowy w sosie cytrynowym /Alergeny: 1,3,7/ brokuł gotowany /Alergeny: 7/ Kompot śliwkowy jogurt skyr owocowy /Alergeny: 7/	Obiad Krupnik z kaszy jęczmiennej /Alergeny: 1,7,9,10/ ziemniaki z koperkiem sos pomidorowy /Alergeny: 7,1,9/ Pulpet gotowany z szynki /Alergeny: 7,3,1/ marchew gotowana /Alergeny: 7/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/ ciasto na maślanie /Alergeny: 7,3,1,8,10,11/	Obiad Zupa brokułowa z ziemniakami i zieleniną /Alergeny: 9,7,1,10/ pierogi leniwe /Alergeny: 7,1,3/ Surówka z marchwi i jabłka /Alergeny: 7/ brzoskwienie Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/	Obiad Zupa wiedeńska /Alergeny: 9,7,1,10/ Ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ Pulpety z kurczaka w sosie koperkowym /Alergeny: 3,7/ brokuł gotowany /Alergeny: 7/ Kompot truskawkowy	Obiad Barszcz z makaronem /Alergeny: 9,7,1,10,3,5,8,11/ ziemniaki z koperkiem Sos chrzanowy /Alergeny: 1,12,7/ filet z kurczaka gotowany /Alergeny: 1,7,9,10/ Bukiet jarzyn polany masłem /Alergeny: 1,7/ Kompot śliwkowy
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek

Jadłospis

dieta o zmiennej konsystencji wg IDDSI - twarda, okres: 2026-09-21 - 2026-09-27

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	25.09 piątek	26.09 sobota	27.09 niedziela
jogurt skyr owocowy /Alergeny: 7/	mus owocowy /Alergeny: 1,8/	kisiel z jabłkiem /Alergeny: 1/	Koktajl szpinakowo - bananowy /Alergeny: 7/	Smoothie /Alergeny: 12/	banan	Murzynek /Alergeny: 1,7,3/
Kolacja Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Ser wiejski /Alergeny: 7/ indyk faszerowany /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Pomidor	Kolacja Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną ser puszysty /Alergeny: 7/ pasztet zapiekany z indykiem i warzywami /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Ogórek kiszony (starty na grubych oczkach) /Alergeny: 9,10/ Pomidor	Kolacja Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Polędwica sopocka ser puszysty /Alergeny: 1,3,6,7,8,9,10,12/ Herbata z cytryną ser puszysty /Alergeny: 7/ Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/ Pomidor	Kolacja Herbata z cytryną Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ polędwica miódowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/ rzodkiewka starta /Alergeny: 7/ Pomidor	Kolacja Herbata z cytryną Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło śmietankowe /Alergeny: 7/ Tuńczyk w sosie własnym /Alergeny: 4/ Ser wiejski /Alergeny: 7/ Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/ Pomidor	Kolacja Chleb zwykły /Alergeny: 1/ Herbata z cytryną masło smietankowe /Alergeny: 7/ Ryba w galarecie /Alergeny: 4,7,3,1,9,10/ ser kanapkowy /Alergeny: 7/ Pomidor	Kolacja Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ kiełbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Ser wiejski /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Pomidor Ogórek zielony /Alergeny: 7/
wieczorny posiłek Owsianka z bananem i cynamonem /Alergeny: 1,7/	wieczorny posiłek Smoothie /Alergeny: 12/	wieczorny posiłek sok pomidorowy /Alergeny: 9,10/	wieczorny posiłek gruszka	wieczorny posiłek jabłko (1 sztuka,120 g)	wieczorny posiłek sok kubus /Alergeny: 12/	wieczorny posiłek Nekataryna
2218 Kcal; Sód 1806,72 mg, Węglowodany ogółem 281,22 g, Tłuszcz 75,59 g, Błonnik pokarmowy 16,15 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 18,95 g, Białko ogółem 104,77 g, w tym cukry 39,1 g,	2345 Kcal; Tłuszcz 90,01 g, Węglowodany ogółem 317,38 g, Sód 2145,49 mg, Błonnik pokarmowy 33,04 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 25,08 g, Białko ogółem 96,71 g, w tym cukry 38,21 g, sól 0,02 g,	1728 Kcal; Sód 3308,89 mg, Węglowodany ogółem 240,99 g, Tłuszcz 45,31 g, Błonnik pokarmowy 21,43 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 17,95 g, Białko ogółem 85,96 g, w tym cukry 19,08 g, sól 0,01 g,	2192 Kcal; Sód 3006,89 mg, Węglowodany ogółem 295,84 g, Tłuszcz 79,83 g, Błonnik pokarmowy 24,96 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 25,28 g, Białko ogółem 93,63 g, w tym cukry 28,17 g, sól 0,03 g,	2159 Kcal; Tłuszcz 55,74 g, Węglowodany ogółem 316,41 g, Sód 1750,34 mg, Błonnik pokarmowy 20,79 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 21,87 g, Białko ogółem 91,53 g, w tym cukry 58,63 g, sól 0,79 g,	2110 Kcal; Tłuszcz 72,86 g, Węglowodany ogółem 290,48 g, Sód 2308,16 mg, Błonnik pokarmowy 23,67 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 23,48 g, Białko ogółem 96,8 g, w tym cukry 70,62 g, sól 0,22 g,	2204 Kcal; Sód 3659,19 mg, Węglowodany ogółem 270,86 g, Tłuszcz 87,9 g, Błonnik pokarmowy 23,05 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 29,66 g, Białko ogółem 99,61 g, w tym cukry 33,45 g, sól 0,02 g,

Jadłospis

dzienna szkoła, okres: 2026-09-21 - 2026-09-25

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	25.09 piątek
Śniadanie bułka ze słonecznikiem /Alergeny: 1,3,6/ masło śmietankowe /Alergeny: 7/ Kielbasa krakowska /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/ Pomidor Herbata z cytryną Ogórek zielony /Alergeny: 7/ Kielki	Śniadanie chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło śmietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną kielbasa żywiecka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ jajecznica ze szczypiorkiem 1,5 szt /Alergeny: 3,7/ Pomidor sałata rukola jabłko (1 sztuka,120 g)	Śniadanie Herbata z cytryną Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/ chleb zwykły /Alergeny: 1/ Chleb razowy /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11/ masło śmietankowe /Alergeny: 7/ kielbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ ser camembert /Alergeny: 7/ Pomidor sałata rukola	Śniadanie Herbata z cytryną Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,3,6,7,11/ masło śmietankowe /Alergeny: 7/ Pomidor dżem owocowy jajko gotowane /Alergeny: 3/ pasztet z suszonymi pomidorami /Alergeny: 1,3,6,9,10/ sałata rukola	Śniadanie Herbata z cytryną Zupa mleczna Owsianka /Alergeny: 7,1/ chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7,1,8,9,10,11,12/ Ser koluś plastry /Alergeny: 7/ Ogórek zielony /Alergeny: 7/ Pomidor
Obiad Kura a la flaczki /Alergeny: 9,7,10,1,3,6/ Naleśniki z serem i frużeliną wiśniową /Alergeny: 1,7,3,6,9,10,8,12/ Kompot z czarnej porzeczki	Obiad Zupa grochowa /Alergeny: 7,9,1,10,3,6/ ziemniaki puree z chrzanem /Alergeny: 12/ Policzki wieprzowe /Alergeny: 7,1/ Kapusta czerwona z wisniami i cynamonem /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/	Obiad Zupa ogórkowa /Alergeny: 7,1,9,10/ Placek ziemniaczany po węgiersku /Alergeny: 7,3,1,9/ Zielona surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem /Alergeny: 1,9,7,3,10/ Kompot śliwkowy	Obiad zupa krem z pieczarek /Alergeny: 7,1,9,10,3,6,11/ ziemniaki z koperkiem Gołąbki z mięsem w sosie pomidorowym /Alergeny: 1,6,8,9,10,11,7,3/ sałatka szwedzka /Alergeny: 9,10/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/	Obiad Zupa brokułowa z ziemniakami i zieleciną /Alergeny: 9,7,1,10/ pierogi leniwe (własnej produkcji) /Alergeny: 7,1,3/ Surówka z marchwi i jabłka /Alergeny: 7/ brzoskwienie Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/
1276 Kcal; Tłuszcz 45,2 g, Węglowodany ogółem 151 g, Sód 1422,35 mg, Błonnik pokarmowy 11,05 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,47 g, w tym cukry 7,77 g, Białko ogółem 64,42 g,	1270 Kcal; Tłuszcz 59,36 g, Węglowodany ogółem 144,8 g, Sód 1359,63 mg, Błonnik pokarmowy 17,59 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,65 g, sól 0,38 g, w tym cukry 4,71 g, Białko ogółem 67,21 g,	1187 Kcal; Sód 1546,88 mg, Węglowodany ogółem 130,9 g, Tłuszcz 58,22 g, Błonnik pokarmowy 11,31 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 16,19 g, Białko ogółem 31,43 g, w tym cukry 14,64 g, sól 0,4 g,	1194 Kcal; Sód 2095,25 mg, Węglowodany ogółem 163,7 g, Tłuszcz 51,52 g, Błonnik pokarmowy 18,92 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,5 g, w tym cukry 11,02 g, Białko ogółem 39,15 g, sól 0,61 g,	1019 Kcal; Sód 853,73 mg, Węglowodany ogółem 137,98 g, Tłuszcz 31,96 g, Błonnik pokarmowy 8,83 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 13,49 g, Białko ogółem 40,44 g, w tym cukry 20,54 g, sól 0,01 g,

Jadłospis

dieta papkowata - mix, okres: 2026-09-21 - 2026-09-22

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek
Śniadanie Herbata z cytryną budyń 20 g /Alergeny: 1,7,9/ mleko wysokobiałkowe 1,5% 250 ml /Alergeny: 7/ maliny mrożone 30 g masło smietankowe /Alergeny: 7/ jogurt naturalny /Alergeny: 7/	Śniadanie masło smietankowe /Alergeny: 7/ kiełbasa żywiecka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ jajecznica /Alergeny: 3,7/ Herbata z cytryną jabłko pieczone
Drugie śniadanie banan	Drugie śniadanie Kakaowa owsianka z nasionami chia /Alergeny: 1,7,8,10,11,5,6,12/
Obiad Kura a la flaczki /Alergeny: 9,7,10,1,3,6/ ziemniaki-puree /Alergeny: 7/ gulasz drobiowy w sosie własnym z zieleciną /Alergeny: 1,3,5,8,9,10,11,7/ Brokuł gotowany /Alergeny: 7/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/ mus owocowy /Alergeny: 1,8/	Obiad Zupa ziemniaczana /Alergeny: 9,7,1,10/ ziemniaki z koperkiem pulpet gotowany /Alergeny: 7,1,3/ sos koperkowy /Alergeny: 7,1/ Buraki konserwowe Kompot z czarnej porzeczki
Podwieczorek jogurt skyr owocowy /Alergeny: 7/	Podwieczorek napój mleczny proteinowy /Alergeny: 7/
Kolacja	Kolacja

Jadłospis

dieta papkowata - mix, okres: 2026-09-21 - 2026-09-22

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek
Herbata z cytryną Zupa brokułowa z ziemniakami i zieleciną /Alergeny: 9,7,1,10/ masło śmietankowe /Alergeny: 7/ Oliwa z oliwek 15 ml filet z kurczaka świeży 70 g	Herbata z cytryną kasza jaglana 40 g /Alergeny: 1/ masło śmietankowe /Alergeny: 7/ mleko 2,0% UHT 250 ml /Alergeny: 7/ daktyle suszone 10,0005 g /Alergeny: 5,12/ orzechy włoskie 10 g /Alergeny: 5,8/ mus owocowy /Alergeny: 1,8/
wieczorny posiłek	wieczorny posiłek
Owsianka z bananem i cynamonem /Alergeny: 1,7/	Smoothie /Alergeny: 12/
1816 Kcal; Sód 1643,74 mg, Węglowodany ogółem 235,08 g, Tłuszcz 54,19 g, Błonnik pokarmowy 19,32 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 20,39 g, Białko ogółem 94,74 g, sól 0,25 g, w tym cukry 51,07 g,	2358 Kcal; Tłuszcz 89,32 g, Węglowodany ogółem 284,27 g, Sód 1372,62 mg, Białko ogółem 118,8 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 22,57 g, w tym cukry 64,35 g, Błonnik pokarmowy 30,52 g, sól 0,01 g,

Jadłospis

dieta o zmiennej konsystencji wg IDSSI - miękka, okres: 2026-09-21 - 2026-09-25

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	25.09 piątek
Śniadanie Herbata z cytryną Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Kielbasa krakowska /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ ser biały /Alergeny: 7/ Pomidor ogórek zielony starty na oczkach /Alergeny: 7/	Śniadanie Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ kielbasa żywiecka /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ jajecznica /Alergeny: 3,7/ Herbata z cytryną Pomidor jabłko pieczone	Śniadanie Herbata z cytryną Chleb zwykły /Alergeny: 1/ Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ kielbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/ Pomidor	Śniadanie Herbata z cytryną Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ kielbasa szynkowa wieprzowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,12/ pasta z jajka /Alergeny: 3,7,10/ dżem owocowy Pomidor	Śniadanie Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Zupa mleczna Owsianka /Alergeny: 7,1/ Herbata z cytryną Kakao /Alergeny: 7/ pasta z sera puszystego z suszonymi pomidorami /Alergeny: 7,1,8,9,10,11,12/ ser kanapkowy /Alergeny: 7/ Pomidor banan
Drugie śniadanie banan	Drugie śniadanie Kakaowa owsianka z nasionami chia /Alergeny: 1,7,8,10,11,5,6,12/	Drugie śniadanie kefir /Alergeny: 7/	Drugie śniadanie jogurt skyr owocowy /Alergeny: 7/	Drugie śniadanie kefir /Alergeny: 7/
Obiad Kura ala flaczki /Alergeny: 9,7,10,1,3,6/ kasza jęczmienna na sypko /Alergeny: 7,1/ gulasz drobiowy w sosie własnym z zieleniną /Alergeny: 1,3,5,8,9,10,11,7/ Brokuł gotowany /Alergeny: 7/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/ Sok tłoczony 100% /Alergeny: 12/	Obiad Zupa ziemniaczana /Alergeny: 9,7,1,10/ ziemniaki z koperkiem pulpet gotowany /Alergeny: 7,1,3/ sos koperkowy /Alergeny: 7,1/ Buraki konserwowe Kompot z czarnej porzeczki	Obiad Krupnik z kaszy jęczmiennej /Alergeny: 1,7,9,10/ ziemniaki z koperkiem Pulpet drobiowy w sosie cytrynowym /Alergeny: 1,3,7/ brokuł gotowany /Alergeny: 7/ Kompot śliwkowy jogurt skyr owocowy /Alergeny: 7/	Obiad Krupnik z kaszy jęczmiennej /Alergeny: 1,7,9,10/ ziemniaki z koperkiem sos pomidorowy /Alergeny: 7,1,9/ Pulpet gotowany z szynki /Alergeny: 7,3,1/ marchew gotowana /Alergeny: 7/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/ mus owocowy /Alergeny: 1,8/	Obiad Zupa brokułowa z ziemniakami i zieleniną /Alergeny: 9,7,1,10/ jajko gotowane /Alergeny: 3/ jajko gotowane /Alergeny: 3/ sos koperkowy /Alergeny: 7,1/ Bukiet jarzyn polany masłem /Alergeny: 1,7/ Kompot wiśniowy /Alergeny: 1,6,7,9,10/
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek

Jadłospis

dieta o zmiennej konsystencji wg IDSSI - miękka, okres: 2026-09-21 - 2026-09-25

21.09 poniedziałek	22.09 wtorek	23.09 środa	24.09 czwartek	25.09 piątek
jogurt skyr owocowy /Alergeny: 7/	mus owocowy /Alergeny: 1,8/	kisiel z jabłkiem /Alergeny: 1/	Koktajl szpinakowo - bananowy /Alergeny: 7/	Smoothie /Alergeny: 12/
Kolacja Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną Ser wiejski /Alergeny: 7/ indyk faszerowany /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Pomidor	Kolacja Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Herbata z cytryną ser puszysty /Alergeny: 7/ pasztet zapiekany z indykiem i warzywami /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Ogórek kiszony (starty na grubych oczkach) /Alergeny: 9,10/ Pomidor	Kolacja Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ Polędwica sopocka /Alergeny: 1,3,6,7,8,9,10,12/ Herbata z cytryną ser puszysty /Alergeny: 7/ Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/ Pomidor	Kolacja Herbata z cytryną Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło smietankowe /Alergeny: 7/ polędwica miódowa /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/ Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/ rzodkiewka starta /Alergeny: 7/ Pomidor	Kolacja Herbata z cytryną Chleb zwykły /Alergeny: 1/ masło śmietankowe /Alergeny: 7/ Paprykarz /Alergeny: 1,4,6,9,10,11/ Ser wiejski /Alergeny: 7/ Ogórek konserwowy /Alergeny: 1,10/ Pomidor
wieczorny posiłek Owsianka z bananem i cynamonem /Alergeny: 1,7/	wieczorny posiłek Smoothie /Alergeny: 12/	wieczorny posiłek sok pomidorowy /Alergeny: 9,10/	wieczorny posiłek gruszka	wieczorny posiłek jabłko pieczone
1785 Kcal; Sód 1972,48 mg, Węglowodany ogółem 244,67 g, Tłuszcz 47,86 g, Błonnik pokarmowy 20,75 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 15,55 g, Białko ogółem 96,44 g, w tym cukry 30,27 g,	2335 Kcal; Tłuszcz 89,93 g, Węglowodany ogółem 314,96 g, Sód 2145,09 mg, Błonnik pokarmowy 32,64 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 25,08 g, Białko ogółem 96,71 g, w tym cukry 38,21 g, sól 0,02 g,	1728 Kcal; Sód 3308,89 mg, Węglowodany ogółem 240,99 g, Tłuszcz 45,31 g, Błonnik pokarmowy 21,43 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 17,95 g, Białko ogółem 85,96 g, w tym cukry 19,08 g, sól 0,01 g,	1977 Kcal; Sód 3067,01 mg, Węglowodany ogółem 284,7 g, Tłuszcz 62,01 g, Błonnik pokarmowy 24,74 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 22,87 g, Białko ogółem 92,69 g, w tym cukry 38,31 g, sól 0,01 g,	1827 Kcal; Tłuszcz 69,95 g, Węglowodany ogółem 247,42 g, Sód 1982,54 mg, Błonnik pokarmowy 20,01 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 25,77 g, Białko ogółem 64,94 g, w tym cukry 56,58 g, sól 0,62 g,

Lista alergenów występujących w danym jadłospisie:

- 1 - Zboża (zawierające gluten)
- 3 - Jaja
- 4 - Ryby
- 5 - Orzeszki ziemne
- 6 - Soja
- 7 - Mleko wraz z laktozą

Jadłospis

dieta o zmiennej konsystencji wg IDSSI - miękka, okres: 2026-09-21 - 2026-09-25

8 - Orzechy

9 - Seler

10 - Gorczyca

11 - Szezam

12 - Dwutlenek siarki