

Jadłospis 02-11.03.2026

02.03.2026 Poniedziałek	Podstawowa	Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
<b>Śniadanie</b>	Pasta z ciecierzycy, papryka, masło, chleb pełnoziarnisty, chleb pszenny, herbata, zupa mleczna -wg zapotrzebowania (1,7)	Dżem, bułka ,masło herbata zupa mleczna/ rosół z ryżem- wg zapotrzebowania (1, 7) dzieci -owoc	Pasta z ciecierzycy, papryka, chleb pełnoziarnisty , masło, herbata bez cukru (1, 7)	Dżem, bułka, masło herbata zupa mleczna/rosół z ryżem -wg zapotrzebowania (1, 7)
<b>Obiad</b>	Kapuśniak z ziemniakami, zapiekanka makaronowa z kurczakiem i papryką, kompot z owoców bezpestkowych (1, 7, 9)	Zupa ziemniaczana , zapiekanka makaronowa z kurczakiem i papryką, kompot z owoców bezpestkowych (1, 7, 9)	Kapuśniak z ziemniakami, zapiekanka makaronowa z kurczakiem i papryką, kompot z owoców bezpestkowych niedosłodzany (1,7,9)	Zupa ziemniaczana, makaron z mięsem wołowym, owoc, kompot z owoców bezpestkowych , (1,9)
<b>Kolacja</b>	Szynka, pomidor, chleb pszenny, chleb pełnoziarnisty, masło , herbata (1,7,9,10)	Szynka, pomidor, bułka, masło, herbata, zacierka na mleku / rosół zacierką-wg. zapotrzebowania (1,7,9,10)	Szynka, pomidor, masło , chleb pełnoziarnisty, herbata bez cukru (1,7,9,10)	Szynka, pomidor, bułka , masło , herbata , zacierka na mleku/rosół z zacierką (1,7,9,10)
<b>Dodatek kolacyjny</b>	Babka jogurtowa(1,3,7)	Babka jogurtowa(1,3,7)	Kaszak (1,3,7)	Babka jogurtowa (1,3,7)
<b>Dodatek cukrzycowy</b>			Jajko, ogórek chleb pełnoziarnisty, masło (1,3,7)	
<b>Wartości odżywcze</b>	Kcal - 2291 W – 315 T- 76 B – 86 Bł -38 KT -22 g S-2,6 g	Kcal - 2370 W – 326 T- 79 B – 89 Bł -36 KT -22 g S-2,5 g	Kcal – 2423 W –333 T- 81 B – 91 Bł -42 KT -22 g S-2,5 g	Kcal - 2378 W – 327 T- 66 B – 119 Bł -38 KT -22 g S-2,4 g

Jadłospis 02-11.03.2026

03.03.2026 Wtorek	Podstawowa	Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
<b>Śniadanie</b>	Jajko, szczypior, bułka, masło, herbata, zupa mleczna wg- zapotrzebowania (1,3,7)	Jajko, szczypior, bułka, chleb pełnoziarnisty, masło, herbata, owsianka/rosół z ryżem (1,3,7) dzieci -owoc	Jajko, szczypior, chleb pełnoziarnisty, masło, herbata bez cukru (1,3,7)	Pasta z twarogu, roszpunka, bułka, masło, herbata , owsianka/rosół z ryżem (1,7)
<b>Obiad</b>	Zupa brokułowa, gołąbki w sosie pomidorowym, ziemniaki, sałata z olejem, kompot z owoców bezpestkowych (1,3,7,9)	Zupa brokułowa, gołąbki w sosie pomidorowym, ziemniaki, sałata z olejem, kompot z owoców bezpestkowych (1,3,7,9)	Zupa brokułowa, gołąbki w sosie pomidorowym, ziemniaki, sałata z olejem, kompot z owoców bezpestkowych niedosłodzony (1,3,7,9)	Zupa koperkowa, potrawka z fileta w sosie pietruszkowym, ziemniaki, buraczki, kompot z owoców bezpestkowych (1,7,6,9)
<b>Kolacja</b>	Pasztet , ćwikła, chleb pszenny, chleb pełnoziarnisty, masło, herbata (1,6,7,9,10)	Pasztet , ćwikła, bułka, chleb pełnoziarnisty, masło, herbata, zupa mleczna / rosół z zacierką-wg zapotrzebowania (1,6,7,9,10)	Pasztet , ćwikła, chleb pszenny, chleb pełnoziarnisty, masło, herbata (1,7,9,10)	Wędlina drobiowa, pomidor, bułka , masło, herbata zupa mleczna/rosół z zacierką -wg zapotrzebowania (1,7,9,10)
<b>Dodatek kolacyjny</b>	Owoc	Owoc	Owoc	Owoc
<b>Dodatek cukrzycowy</b>			Wędlina, masło, sałata , chleb pełnoziarnisty (1,6,7,9,10)	
<b>Wartości odżywcze</b>	K-2366 W-325 B-89 T-79 Bł - 42 KT-20 S-2,8	K-2402 W-330 B- 90 T- 80 Bł- 37 KT-21 S-2,8	K-2445 W-336 B-92 T-82 Bł -40 KT-21 S-2,8	K- 2300 W-316 B-115 T-64 Bł 37 KT-21 S-2,8

**Jadłospis 02-11.03.2026**

<b>04.03.2026 Środa</b>	<b>Podstawowa</b>	<b>Łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	<b>Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>
<b>Śniadanie</b>	Parówka drobiowa, ketchup, masło, chleb pszenny, chleb pełnoziarnisty, herbata, zupa mleczna wg- zapotrzebowania (1,7)	Parówka drobiowa, ketchup, masło, bułka, chleb pełnoziarnisty, herbata, rosół grysikowy -wg zapotrzebowania (1,7)	Parówka drobiowa, musztarda, masło, chleb pełnoziarnisty , herbata (1,7)	Szynka, pomidor, masło, bułka , herbata rosół grysikowy -wg zapotrzebowania (1,7)
<b>Obiad</b>	Pomidorowa z makaronem, pieczeń rzymska w sosie koperkowym, ziemniaki, surówka z buraków, kompot z owoców bezpestkowych (1,3,7,9)	Pomidorowa z makaronem, pieczeń rzymska w sosie koperkowym, ziemniaki, surówka z buraków, kompot z owoców bezpestkowych (1,3,7,9)	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym, pieczeń w sosie koperkowym, ziemniaki, surówka z buraków, kompot z owoców bezpestkowych niedosłodzany (1,3,7,9)	Krupnik jęczmienny, udko w jarzynach, ziemniaki, buraczki, kompot z owoców bezpestkowych (1,7,9)
<b>Kolacja</b>	Salatka wielowarzywno-śledziowa, masło, chleb pełnoziarnisty, chleb pszenny, herbata (1,3, 4,7,9,10)	Salatka wielowarzywno-śledziowa, masło, bułka, chleb pszenny, herbata , ryż na mleku/rosół z ryżem-wg zapotrzebowania (1,3, 4, 7,9,10)	Salatka wielowarzywno- śledziowa, masło, chleb pełnoziarnisty , herbata bez cukru (1,3,4, 7,9,10)	Dżem, bułka, masło, herbata , ryż na mleku/rosół ryżem-wg zapotrzebowania (1,7,9)
<b>Dodatek kolacyjny</b>	Kapuśniak (1,3,7)	Kapuśniak (1,3,7)	Kapuśniak (1,3,7)	Babka (1,3,7)
<b>Dodatek cukrzycowy</b>			Ser, chleb pełnoziarnisty , masło, ogórek (1,7,9,10)	
<b>Wartości odżywcze</b>	Kcal – 2370 W – 326 T- 79 B – 89 Bł -37 KT -22 g S-2,5 g	Kcal - 2427 W – 334 T- 81 B – 91 Bł -41 KT -22 g S-2,4 g	Kcal – 2472 W – 340 T- 82 B – 93 Bł -42 g KT -22 g S-2,5 g	Kcal - 2350 W – 323 T- 65 B – 118 Bł -37 KT -22 g S-2,4 g

Jadłospis 02-11.03.2026

05.03.2026 Czwartek	Podstawowa	Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
<b>Śniadanie</b>	Twaróg, rzodkiewka, masło, chleb pszenny, chleb pełnoziarnisty, herbata, zupa mleczna wg- zapotrzebowania (1,7)	Twaróg, roszpunka, masło , bułka, chleb pełnoziarnisty, herbata, zupa mleczna/rosół makaronem-wg zapotrzebowania (1,7) dzieci- owoc	Twaróg , rzodkiewka, chleb pełnoziarnisty, masło, herbata bez cukru (1,7)	Twaróg, roszpunka, bułka, masło, herbata zupa mleczna/rosół z makaronem-wg zapotrzebowania (1,7)
<b>Obiad</b>	Zupa pieczarkowa, gulasz wieprzowo- warzywny, kasza jęczmienna, surówka z ogórka kiszzonego, kompot z owoców bezpestkowych (1,7,9)	Zupa jarzynowa, gulasz wieprzowo- warzywny, kasza jęczmienna, marchewka, kompot z owoców bezpestkowych (1,7,9)	Zupa pieczarkowa, gulasz wieprzowo- warzywny, kasza jęczmienna, surówka z ogórka kiszzonego, kompot z owoców bezpestkowych niedosłodzany (1,7,9)	Zupa jarzynowa, gulasz drobiowy, kasza jęczmienna, marchewka, kompot z owoców bezpestkowych (1,7,9)
<b>Kolacja</b>	Wędlina, pomidor, masło, chleb pszenny, chleb pełnoziarnisty, herbata (1,7,9,10)	Wędlina, pomidor, masło, bułka , chleb pełnoziarnisty herbata manna na mleku/rosół grysikowy -wg zapotrzebowania (1,7,9,10)	Wędlina, pomidor, masło, chleb pełnoziarnisty, herbata bez cukru (1,7,9,10)	Wędlina, pomidor, masło, bułka, herbata, manna na mleku/rosół grysikowy -wg zapotrzebowania (1,7,9,10)
<b>Dodatek kolacyjny</b>	Owoc	Owoc	Owoc	Owoc
<b>Dodatek cukrzycowy</b>			Paszтет, pieczywo pełnoziarniste, masło, rzodkiewka (1,7,9,10)	
<b>Wartości odżywcze</b>	Kcal - 2275 W – 313 T -76 B – 85 Bł -38 g KT -21 g S-2,8 g	Kcal – 2341 W – 322 T -78 B – 88 Bł -40 g KT -21 g S-2,8 g	Kcal - 2420 W – 333 T 81 B –91 Bł -41 g KT -22 g S-2,9 g	Kcal – 2325 W – 330 T - 65 B – 116 Bł -38 g KT -20 g S-2,8 g

Jadłospis 02-11.03.2026

06.03.2026 Piątek	Podstawowa	Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
<b>Śniadanie</b>	Owsianka, dżem, bułka, masło, herbata , zupa mleczna wg- zapotrzebowania (1,7)	Owsianka, dżem, masło, bułka, herbata, rosół z zacierką-wg. zapotrzebowania (1, 7 ) dzieci -owoc	Owsianka, jajko, sałata, masło, chleb pełnoziarnisty, herbata bez cukru (1,3,7)	Owsianka, dżem, masło, bułka, herbata, rosół z zacierką (1, 7,9,10)
<b>Obiad</b>	Zupa ogórkowa, kotlet rybny, ziemniaki, buraczki, kompot z owoców bezpestkowych (1,3,4, 7,9)	Krupnik grysikowy, kotlet rybny, ziemniaki, buraczki, kompot z owoców bezpestkowych (1,3,4,7,9)	Zupa ogórkowa, kotlet rybny, ziemniaki, surówka z buraków, kompot z owoców bezpestkowych niedosłodzony (1, 3, 4,7,9)	Krupnik grysikowy, ryba gotowana, ziemniaki, buraczki, kompot z owoców bezpestkowych (1,3,4,7,9)
<b>Kolacja</b>	Ser żółty, ogórek, masło, chleb pełnoziarnisty, chleb pszenny, herbata, (1,7)	Ser żółty, ogórek, masło, bułka, chleb pełnoziarnisty , herbata, kasza manna mleku/rosół grysikowy - wg zapotrzebowania (1,7)	Ser żółty, ogórek, masło chleb pełnoziarnisty , herbata bez cukru (1,7)	Pasta z twarogu , pomidor , masło, bułka, herbata, kasza manna na mleku/rosół grysikowy- wg zapotrzebowania (1,7)
<b>Dodatek kolacyjny</b>	Kapuśniak (1,3,7)	Kapuśniak(1,3,7)	Kapuśniak (1,3,7)	Babka (1,3,7)
<b>Dodatek cukrzycowy</b>			Wędlina, papryka, masło, chleb pełnoziarnisty (1, 7)	
<b>Wartości odżywcze</b>	Kcal-2239 W - 308 B – 84 T- 75 Bł- 40 KT-22 S-2,7	Kcal-2265 W -311 B – 85 T- 76 Bł- 35 KT-22 S-2,6	Kcal-2342 W -322 B – 88 T- 78 Bł- 38 KT-23 S-2,7	Kcal-2303 W -322 B – 117 T- 65 Bł- 38 KT-22 S-2,6

Jadłospis 02-11.03.2026

07.03.2026 Sobota	Podstawowa	Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
<b>Śniadanie</b>	Galaretką drobiową, sałata, masło, chleb pełnoziarnisty, chleb pszenny, herbata, zupa mleczna- wg zapotrzebowania (1,3,7,9)	Szynka, sałata, masło, bułka, chleb pełnoziarnisty, masło, herbata rosół grysikowy- wg zapotrzebowania (1,7,) dzieci -owoc	Galaretką drobiową, sałata, masło, chleb pełnoziarnisty, herbata bez cukru (1,3,7,9)	Szynka, sałata, bułka, masło , herbata , rosół z ryżem- wg zapotrzebowania (1,7)
<b>Obiad</b>	Barszcz czerwony, zapiekanka po nelsonsku z sosem koperkowym, surówka z kapusty białej, kompot z owoców mieszanych bezpestkowych (1, 3, 6,7,9,10)	Barszcz czerwony, zapiekanka po nelsonsku z sosem koperkowym , surówka z kapusty białej, kompot z owoców mieszanych bezpestkowych (1,3, 6,7,9,10)	Barszcz czerwony, zapiekanka po nelsonsku z sosem koperkowym, surówka z kapusty białej, kompot z owoców mieszanych bezpestkowych bez cukru (1,3,6,7,9,10)	Zupa ziemniaczana, filet drobiowy w sosie koperkowym , ziemniaki , marchewka mini , kompot z owoców mieszanych bezpestkowych (1,7)
<b>Kolacja</b>	Pasta z twarogu, szczypior, masło, chleb pszenny , chleb pełnoziarnisty , herbata (1,7,9,10)	Pasta z twarogu, szczypior, masło, bułka, chleb pełnoziarnisty, manna na mleku na mleku /rosół grysikowy- wg zapotrzebowania (1,7,9,10)	Pasta z twarogu, szczypior, masło, chleb pełnoziarnisty, herbata bez cukru (1,7,9,10)	Pasta z twarogu, pomidor, masło, bułka, herbata, rosół grysikowy/manna na mleku na mleku- wg zapotrzebowania (1,7,9,10)
<b>Dodatek kolacyjny</b>	Owoc	Owoc	Owoc	Owoc
<b>Dodatek cukrzycowy</b>			Pasztet, rzodkiewka, masło, chleb pełnoziarnisty (1,7)	
<b>Wartości odżywcze</b>	Kcal-2276 W -313 B – 85 T- 76 Bł- 37 KT-21 S-2,8	Kcal-2331 W -321 B – 87 T- 78 Bł - 40 KT-21 S-2,8	Kcal-2417 W -332 B – 91 T- 81 Bł- 41 KT-22 S-2,9	Kcal-2325 W -331 B – 105 T- 65 Bł- 38 KT-20 S-2,8

Jadłospis 02-11.03.2026

08.03.2026 Niedziela	Podstawowa	Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
<b>Śniadanie</b>	Jajko, rzodkiewka, masło, chleb pełnoziarnisty, chleb pszenny, herbata, zupa mleczna wg- zapotrzebowania (1,3,7)	Jajko, sałata, bułka, masło, chleb pełnoziarnisty, herbata, (dzieci, owoc) zupa mleczna /rosół z makaronem –wg. zapotrzebowania (1,3,7)	Jajko, rzodkiewka , masło chleb pełnoziarnisty, herbata bez cukru (1,3,7)	Twarożek, masło , sałata, bułka, zupa mleczna/rosół z makaronem herbata – wg. zapotrzebowania (1,7)
<b>Obiad</b>	Pomidorowa z ryżem, kotlet mielony pieczony, ziemniaki, fasolka, kompot z owoców bezpestkowych (1,3,7,9)	Pomidorowa z ryżem, kotlet mielony pieczony, ziemniaki, fasolka, kompot z owoców bezpestkowych (1,3,7,9)	Pomidorowa z ryżem, kotlet mielony pieczony, ziemniaki, fasolka, kompot z owoców bezpestkowych bez cukru (1,3,7,9)	Rosół z zacierką, pulpet drobiowy w sosie pietruszkowym, ziemniaki, buraczki, kompot z owoców bezpestkowych (1,7,9)
<b>Kolacja</b>	Kiełbasa parówkowa papryka, masło, chleb pszenny, chleb pełnoziarnisty, herbata (1,7,9,10)	Kiełbasa parówkowa, papryka, bułka, masło, chleb pełnoziarnisty, herbata, owsianka/ rosół z zacierką-wg. zapotrzebowania (1,7,9,10)	Kiełbasa parówkowa , papryka, masło, chleb pełnoziarnisty, herbata b/cukru (1,7,9,10)	Wędlina z kurczaka, pomidor, bułka , masło , herbata, owsianka/rosół grysikowy-wg. zapotrzebowania (1,7,9,10)
<b>Dodatek kolacyjny</b>	Babka jogurtowa (1,3,7)	Babka jogurtowa (1,3,7)	Kaszak (1,3,7)	Babka jogurtowa (1,3,7)
<b>Dodatek cukrzycowy</b>			Sok pomidorowy	
<b>Wartości odżywcze</b>	K-2261 W-311 B-85 T-75 Bł-38 KT-21 S-2,8	K-2372 W-326 B-89 T-79 Bł-38 KT-21 S-2,8	K-2468 W-339 B-93 T-82 Bł-42 KT-21 S-2,8	K-2405 W-343 B- 108 T-67 Bł -36 KT-21 S-2,0

**Jadłospis 02-11.03.2026**

<b>09.03.2026 Poniedziałek</b>	<b>Podstawowa</b>	<b>Łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	<b>Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>
<b>Śniadanie</b>	Pasztet pieczony, ćwikła, chleb pełnoziarnisty, chleb pszenny, masło herbata, zupa mleczna wg- zapotrzebowania (1,6,7,9,10)	Pasztet pieczony, sałata, chleb pełnoziarnisty bułka, masło, herbata , zupa mleczna/ rosół z makaronem -wg zapotrzebowania (1,6,7,9,10) dzieci -owoc	Pasztet pieczony, ćwikła, chleb pełnoziarnisty, masło herbata b/cukru (1,6,7,9,10)	Szynka gotowana, sałata, bułka , masło herbata, zupa mleczna/rosół z makaronem -wg zapotrzebowania (1,7,9,10)
<b>Obiad</b>	Zupa kalafiorowa, bigos, ziemniaki, jabłko kompot z owoców bezpestkowych (1,7,9)	Zupa kalafiorowa, gulasz drobiowy, ziemniaki, marchewka, kompot z owoców (1,7,9)	Zupa kalafiorowa, bigos, ziemniaki, jabłko, kompot z owoców bezpestkowych niedosłodzany (1,7,9)	Krupnik jęczmienny, gulasz drobiowy, ziemniaki, marchewka , kompot z owoców bezpestkowych (1,7,9)
<b>Kolacja</b>	Salatka makaronowa (makaron, szynka, ogórek, majonez, koperek) chleb pszenny, chleb pełnoziarnisty, herbata (1,3,7,9,10)	Salatka makaronowa (makaron, szynka, ogórek, majonez, koperek) bułka, chleb pełnoziarnisty, herbata, ryż na mleku /rosół z ryżem-wg. zapotrzebowania (1,3,7,9,10)	Salatka makaronowa (makaron, szynka, ogórek, majonez, koperek), chleb pełnoziarnisty, herbata bez cukru (1,3,7,9,10)	Salatka makaronowa (makaron, szynka, jogurt naturalny, koperek) , bułka, herbata , ryż ma mleku /rosół z ryżem- wg. zapotrzebowania (1,7,9,10)
<b>Dodatek kolacyjny</b>	Jogurt (7)	Jogurt (7)	Jogurt (7)	Jogurt(7)
<b>Dodatek cukrzycowy</b>			Wędlina, pomidor, chleb pełnoziarnisty, masło (1,7,9,10)	
<b>Wartości odżywcze</b>	Kcal-2227 W -306 B – 84 T- 74 Bł- 37 KT-21 S-2,4	Kcal-2278 W -313 B – 85 T- 76 Bł- 36 KT-21 S-2,3	Kcal-2387 W -328 B – 90 T- 80 Bł- 39 KT-21 S-2,3	Kcal-2309 W -329 B – 104 T- 64 Bł- 37 KT-20 S-2,2

Jadłospis 02-11.03.2026

10.03.2026 Wtorek	Podstawowa	Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
<b>Śniadanie</b>	Pasta z fasoli, rzodkiewka, masło, chleb pszenny, chleb pełnoziarnisty, herbata, zupa mleczna wg zapotrzebowania (1,7)	Twaróg , sałata, masło, bułka , chleb pełnoziarnisty, herbata, zupa mleczna/rosół z zacierką-wg zapotrzebowania (1,7) dzieci- owoc	Pasta z fasoli, rzodkiewka , chleb pełnoziarnisty, masło, herbata bez cukru (1,7)	Twaróg , masło, sałata bułka, herbata , zupa mleczna/rosół z zacierką-wg. zapotrzebowania (1,7)
<b>Obiad</b>	Barszcz biały, pulpet w sosie pomidorowym, kasza krakowska, surówka z kapusty pekińskiej, kompot z owoców bezpestkowych mieszanych, (1,3,7,9)	Barszcz biały, pulpet w sosie pomidorowym, kasza krakowska, surówka z kapusty pekińskiej, kompot z owoców bezpestkowych mieszanych (1,3,7,9)	Barszcz biały, pulpet w sosie pomidorowym, kasza krakowska, surówka z kapusty pekińskiej, kompot z owoców bezpestkowych mieszanych niedosłodzany, (1,3,7,9)	Krupnik ryżowy, pulpet w sosie pietruszkowym, kasza krakowska, buraczki, kompot z owoców, (1,3,7,9)
<b>Kolacja</b>	Dżem, bułka, masło, herbata (1,6,7,9,10)	Dżem, bułka, masło, bułka, herbata, kasza manna na mleku /rosół grysikowy -wg zapotrzebowania (1,6,7,9,10)	Twarożek, pomidor, chleb pełnoziarnisty, masło herbata bez cukru (1,6,7,9,10)	Dżem, masło, bułka, herbata kasza manna na mleku/rosół grysikowy -wg zapotrzebowania (1,7,9,10)
<b>Dodatek kolacyjny</b>	Owoc	Owoc	Owoc	Owoc
<b>Dodatek cukrzycowy</b>			Ser żółty , masło ,sałata , chleb pełnoziarnisty (1,7)	
<b>Wartości odżywcze</b>	Kcal-2267 W -312 B – 85 T- 76 Bł- 39 KT-21 S-2,8	Kcal-2329 W -330 B –87 T- 78 Bł- 40 KT-21 S-2,8	Kcal-2414 W -332 B – 91 T- 80 Bł- 41 KT-22 S-2,9	Kcal-2309 W -329 B – 104 T- 64 Bł- 38 KT-20 S-2,8

**Jadłospis 02-11.03.2026**

<b>11.03.2026 Środa</b>	<b>Podstawowa</b>	<b>Łatwostrawna</b>	<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	<b>Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>
<b>Śniadanie</b>	Pasta jajeczna(jajko, szynka, szczypior, majonez), papryka, chleb pełnoziarnisty, chleb pszenny, herbata (1,3,7,9,10)	Pasta jajeczna (jajko, szynka, szczypior, majonez), papryka, chleb pełnoziarnisty, bułka, herbata, rosół z zacierką-wg zapotrzebowania (1,3,7,9,10) (dzieci -owoc)	Pasta jajeczna (jajko, szynka, szczypior, majonez) papryka, chleb pełnoziarnisty, herbata bez cukru (1,3,7,9,10)	Twarożek, sałata, masło, bułka, herbata, rosół z zacierką -wg zapotrzebowania (1,7)
<b>Obiad</b>	Rosół z makaronem, udko w jarzynach, ryż z kurkumą, surówka z marchwi i jabłek, kompot z owoców bezpestkowych (1,7,9)	Rosół z makaronem, udko w jarzynach, ryż z kurkumą, surówka z marchwi i jabłek, kompot z owoców bezpestkowych mieszanych, (1,7,9)	Rosół z makaronem pełnoziarnisty, udko w jarzynach, ryż brązowy z kurkumą, surówka z marchwi i jabłek, kompot z owoców bezpestkowych mieszanych bez cukru (1,7,9)	Rosół z makaronem, udko w jarzynach , ryż z kurkumą, marchewka, kompot z owoców bezpestkowych mieszanych (1,7,9)
<b>Kolacja</b>	Pasztet drobiowy, masło, ogórek, chleb pełnoziarnisty, chleb pszenny, masło, herbata (1,3,4,7)	Pasztet drobiowy, ogórek, masło, chleb pełnoziarnisty, bułka, herbata, ryż na mleku/rosół z ryżem -wg zapotrzebowania, (1,3,4,7)	Pasztet drobiowy, ogórek, masło, chleb pełnoziarnisty, herbata bez cukru (1,3,4,7)	Szynka, pomidor, bułka, masło, herbata, ryż na mleku/rosół z ryżem-wg zapotrzebowania (1,7,9,10)
<b>Dodatek kolacyjny</b>	Kaszak (1,3,7)	Kaszak (1,3,7)	Kaszak (1,3,7)	Babka jogurtowa (1,3,7)
<b>Dodatek cukrzycowy</b>			Szynka, chleb pełnoziarnisty, masło, pomidor (1,7)	
<b>Wartości odżywcze</b>	Kcal-2350 W -323 B – 88 T- 78 Bł- 39 KT-22 S-2,5	Kcal-2391 W -329 B – 90 T- 80 Bł- 36 KT-21 S-2,5	Kcal-2442 W -336 B – 92 T- 81 Bł- 42 KT-22 S-2,8	Kcal-2376 W -339 B –107 T- 66 Bł- 36 KT-21 S-2,5

## **NAJCZĘŚCIEJ SPOTYKANE ALERGENY POKARMOWE**

- 1- Gluten**
- 2- Skorupiaki**
- 3- Jaja i produkty pochodne**
- 4- Ryby i produkty pochodne**
- 5- Orzeszki ziemne ( arachidowe) i pochodne**
- 6- Soja i produkty pochodne**
- 7- Mleka i jego przetwory**
- 8- Orzechy**
- 9- Seler**
- 10- Gorczyca i produkty pochodne**
- 11- Ziarno sezamu**
- 12- Dwutlenek siarki**
- 13- Łubin i produkty pochodne**
- 14- Mięczaki i produkty pochodne**

**Zaplanowane posiłki wykonywane są metodą gotowania, duszenia, pieczenia w piecu konwekcyjnym**

**Sporządził**  
**Ewelina Kozyra**

**Zatwierdził**  
**Dorota Pietraszek Bańka**