Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-16 do dnia 2026-11-29 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2026-11-16 poniedziałek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana)I 300 ml (***MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (***MLEKO***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt		ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, ogórki kiszone, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA***) WIEPRZOWINA PO WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, koncentrat pomidorowy) 120 g (***GLUTEN***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) POMIDOR 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 098,1** **Białko ogółem [g] 95,1** **Tłuszcz [g] 70,8** **Węglowodany ogółem [g] 273,9** **Sód [mg] 3 731,9** **Błonnik pokarmowy [g] 27,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,8** **suma cukrów prostych [g] 56**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana)I 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (***GLUTEN, SOJA***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 300 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) MIÓD 25g 1 szt MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 80 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 104,5** **Białko ogółem [g] 80,2** **Tłuszcz [g] 62,1** **Węglowodany ogółem [g] 315,5** **Sód [mg] 2 307,9** **Błonnik pokarmowy [g] 27,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3** **suma cukrów prostych [g] 93,7**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, ogórki kiszone, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA***) WIEPRZOWINA PO WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, koncentrat pomidorowy) 120 g (***GLUTEN***) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA b/cukru (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) POMIDOR 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 903** **Białko ogółem [g] 91,3** **Tłuszcz [g] 62,9** **Węglowodany ogółem [g] 250,5** **Sód [mg] 3 271,1** **Błonnik pokarmowy [g] 35,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,3** **suma cukrów prostych [g] 36,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-16 poniedziałek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (***GLUTEN, SOJA***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) POMIDOR 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 734,1** **Białko ogółem [g] 83,3** **Tłuszcz [g] 52,8** **Węglowodany ogółem [g] 244,9** **Sód [mg] 2 833** **Błonnik pokarmowy [g] 21,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,3** **suma cukrów prostych [g] 43**
	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana)I 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (***GLUTEN, SOJA***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 300 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 80 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 908,6** **Białko ogółem [g] 89,7** **Tłuszcz [g] 47,6** **Węglowodany ogółem [g] 288** **Sód [mg] 2 808** **Błonnik pokarmowy [g] 26** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,5** **suma cukrów prostych [g] 67,1**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana)I 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 200 g (***GLUTEN, SOJA***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 300 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA RZEŹNIKA (wp. parzony, wędzony, w osłonce niejadalnej) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 80 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 186,2** **Białko ogółem [g] 100,7** **Tłuszcz [g] 72** **Węglowodany ogółem [g] 300,2** **Sód [mg] 2 847,5** **Błonnik pokarmowy [g] 28,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,2** **suma cukrów prostych [g] 74,3**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ I (mleko 2%, kasza kukurydziana) 500 ml (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	PAPKA ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, wp, ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka) 500 ml (***SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 779,2** **Białko ogółem [g] 93,1** **Tłuszcz [g] 73,3** **Węglowodany ogółem [g] 193** **Sód [mg] 516** **Błonnik pokarmowy [g] 21,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3** **suma cukrów prostych [g] 67,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-16 do dnia 2026-11-29 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-16 poniedziałek	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 900,7** **Białko ogółem [g] 117,7** **Tłuszcz [g] 22,3** **Węglowodany ogółem [g] 308,8** **Sód [mg] 3 438,5** **Błonnik pokarmowy [g] 20** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,2** **suma cukrów prostych [g] 83,4**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza kukurydziana, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, wp, ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	**Energia [kcal] 1 974,6** **Białko ogółem [g] 103,5** **Tłuszcz [g] 85,4** **Węglowodany ogółem [g] 202,8** **Sód [mg] 515,8** **Błonnik pokarmowy [g] 24,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,7** **suma cukrów prostych [g] 53,6**
2026-11-17 wtorek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA TWAROGOWA Z MAKRELĄ (ser biały, makrela wędzona, zielona pietruszka) 50 g (***RYBA, MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***MLEKO, SELER***) KOTLET MIELONY PIECZONY (łopatka wp., cebula, jajka kl.M, bułka tarta, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA (marchew, seler, olej rzepakowy) 200 g (***SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 50 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	GRUSZKA (140g) 1 szt	**Energia [kcal] 2 039** **Białko ogółem [g] 80,6** **Tłuszcz [g] 75,3** **Węglowodany ogółem [g] 267,1** **Sód [mg] 3 576,2** **Błonnik pokarmowy [g] 32,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,4** **suma cukrów prostych [g] 41,1**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA TWAROGOWA Z MAKRELĄ (ser biały, makrela wędzona, zielona pietruszka) 50 g (***RYBA, MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) KETCHUP 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***MLEKO, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 50 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 80 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM (145g) 1 szt	**Energia [kcal] 1 984,9** **Białko ogółem [g] 82,8** **Tłuszcz [g] 57,5** **Węglowodany ogółem [g] 294,6** **Sód [mg] 2 923,7** **Błonnik pokarmowy [g] 27,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,3** **suma cukrów prostych [g] 48,7**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA TWAROGOWA Z MAKRELĄ (ser biały, makrela wędzona, zielona pietruszka) 50 g (***RYBA, MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***MLEKO, SELER***) KOTLET MIELONY PIECZONY (łopatka wp., cebula, jajka kl.M, bułka tarta, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA b/cukru (marchew, seler, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (***SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 50 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 883,7** **Białko ogółem [g] 80,5** **Tłuszcz [g] 74,4** **Węglowodany ogółem [g] 226,1** **Sód [mg] 3 931,3** **Błonnik pokarmowy [g] 33** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,5** **suma cukrów prostych [g] 24,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-17 wtorek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA TWAROGOWA Z MAKRELĄ (ser biały, makrela wędzona, zielona pietruszka) 50 g (***RYBA, MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***MLEKO, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 50 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 80 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 4 [Por] x 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 942,2** **Białko ogółem [g] 99,1** **Tłuszcz [g] 66,9** **Węglowodany ogółem [g] 252,2** **Sód [mg] 3 114,7** **Błonnik pokarmowy [g] 24,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,8** **suma cukrów prostych [g] 48,5**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) PASTA TWAROGOWA Z MAKRELĄ (ser biały, makrela wędzona, zielona pietruszka) 50 g (***RYBA, MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***MLEKO, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 80 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM (145g) 1 szt	**Energia [kcal] 1 796,9** **Białko ogółem [g] 91,4** **Tłuszcz [g] 38,9** **Węglowodany ogółem [g] 290,5** **Sód [mg] 2 905,1** **Błonnik pokarmowy [g] 28,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 12,8** **suma cukrów prostych [g] 39,2**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA TWAROGOWA Z MAKRELĄ (ser biały, makrela wędzona, zielona pietruszka) 50 g (***RYBA, MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***MLEKO, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 150 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 50 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 80 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM (145g) 1 szt	**Energia [kcal] 2 148,4** **Białko ogółem [g] 101** **Tłuszcz [g] 68,4** **Węglowodany ogółem [g] 302,6** **Sód [mg] 2 816,7** **Błonnik pokarmowy [g] 28,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,1** **suma cukrów prostych [g] 49,9**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI OWSIANYMI I (mleko 2%, płatki owsiane) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS Z GRUSZKI 150 g	PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, włoszczyzna, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MAŚLANKA 200 ml (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 808,1** **Białko ogółem [g] 84,8** **Tłuszcz [g] 79,8** **Węglowodany ogółem [g] 202,6** **Sód [mg] 574,6** **Błonnik pokarmowy [g] 22,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,1** **suma cukrów prostych [g] 35,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-16 do dnia 2026-11-29 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-17 wtorek	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 100 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 919** **Białko ogółem [g] 126,1** **Tłuszcz [g] 25,1** **Węglowodany ogółem [g] 297,5** **Sód [mg] 3 538,6** **Błonnik pokarmowy [g] 18,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,4** **suma cukrów prostych [g] 74,8**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, włoszczyzna, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS Z GRUSZKI 150 g	**Energia [kcal] 1 787,4** **Białko ogółem [g] 93,5** **Tłuszcz [g] 82,1** **Węglowodany ogółem [g] 181,5** **Sód [mg] 500** **Błonnik pokarmowy [g] 24,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,6** **suma cukrów prostych [g] 19,7**
2026-11-18 środa	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (***MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) POMIDOR 50 g SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 50 g (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 1 966,4** **Białko ogółem [g] 86,3** **Tłuszcz [g] 42** **Węglowodany ogółem [g] 306,3** **Sód [mg] 2 885,6** **Błonnik pokarmowy [g] 31,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,6** **suma cukrów prostych [g] 66,9**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) KETCHUP 20 g MIÓD 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zielona pietruszka) 80 g (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 117,6** **Białko ogółem [g] 89,1** **Tłuszcz [g] 42** **Węglowodany ogółem [g] 344,7** **Sód [mg] 3 096,5** **Błonnik pokarmowy [g] 24,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,1** **suma cukrów prostych [g] 75,9**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) POMIDOR 50 g SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	POMARAŃCZA (150g) 1 szt	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zioła) 80 g (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 1 997,9** **Białko ogółem [g] 98,4** **Tłuszcz [g] 43,8** **Węglowodany ogółem [g] 298,9** **Sód [mg] 3 073** **Błonnik pokarmowy [g] 39** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,2** **suma cukrów prostych [g] 63,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-18 środa	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 120 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) POMIDOR 50 g SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 120 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zioła) 80 g (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 1 991,4** **Białko ogółem [g] 94,7** **Tłuszcz [g] 42,6** **Węglowodany ogółem [g] 307,7** **Sód [mg] 3 214** **Błonnik pokarmowy [g] 27** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,8** **suma cukrów prostych [g] 65,5**
	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	RYŻ NA WYWARZE JARZYNOWYM (ryż biały, marchew, pietruszka, seler) 300 ml (***SELER***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) MARMOLADA 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (***GLUTEN***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zioła) 80 g (***MLEKO***) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 1 902,3** **Białko ogółem [g] 92,8** **Tłuszcz [g] 24,8** **Węglowodany ogółem [g] 330,5** **Sód [mg] 2 887,3** **Błonnik pokarmowy [g] 25** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 8,4** **suma cukrów prostych [g] 90,8**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzna, koperek, mąka, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 150 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zioła) 100 g (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 259,5** **Białko ogółem [g] 118,8** **Tłuszcz [g] 54,7** **Węglowodany ogółem [g] 319,3** **Sód [mg] 3 309,4** **Błonnik pokarmowy [g] 23,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,9** **suma cukrów prostych [g] 68,3**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z RYŻEM BIAŁYM (ryż, mleko) 500 ml (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 887,7** **Białko ogółem [g] 87,7** **Tłuszcz [g] 83,3** **Węglowodany ogółem [g] 202,7** **Sód [mg] 604,7** **Błonnik pokarmowy [g] 13,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3** **suma cukrów prostych [g] 78,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-16 do dnia 2026-11-29 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-18 środa	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (***SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 873,7** **Białko ogółem [g] 116,3** **Tłuszcz [g] 21,9** **Węglowodany ogółem [g] 303,5** **Sód [mg] 2 627,4** **Błonnik pokarmowy [g] 19,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 5,9** **suma cukrów prostych [g] 82,7**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 792,2** **Białko ogółem [g] 99,6** **Tłuszcz [g] 85,2** **Węglowodany ogółem [g] 162,4** **Sód [mg] 524,6** **Błonnik pokarmowy [g] 16,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25** **suma cukrów prostych [g] 42,9**
2026-11-19 czwartek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA Z CIECIERZYCY Z SUSZONYMI POMIDORAMI 50 g (***SELER, SO2***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej rzepakowy) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (***SOJA***) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt CUKIER 5 g HERBATA (250ml) 1 szt JABŁKO (120g) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 065,4** **Białko ogółem [g] 74** **Tłuszcz [g] 66** **Węglowodany ogółem [g] 284,5** **Sód [mg] 2 873,4** **Błonnik pokarmowy [g] 33,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,7** **suma cukrów prostych [g] 55,7**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) KETCHUP 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (***SOJA***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 034,8** **Białko ogółem [g] 82,3** **Tłuszcz [g] 53,5** **Węglowodany ogółem [g] 301,9** **Sód [mg] 2 844,4** **Błonnik pokarmowy [g] 27,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,9** **suma cukrów prostych [g] 69,6**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA Z CIECIERZYCY Z SUSZONYMI POMIDORAMI 50 g (***SELER, SO2***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA FASOLOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasola Jaś, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,kiełbasa domow,mąka, cebula) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM b/cukru (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej rzepakowy) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (***SOJA***) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 974,7** **Białko ogółem [g] 75** **Tłuszcz [g] 66,3** **Węglowodany ogółem [g] 263,1** **Sód [mg] 2 736,7** **Błonnik pokarmowy [g] 40,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,5** **suma cukrów prostych [g] 33**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-19 czwartek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt MUS OWOCOWY (100g) 1 szt	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (***SOJA***) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 852,8** **Białko ogółem [g] 79** **Tłuszcz [g] 51,4** **Węglowodany ogółem [g] 262,8** **Sód [mg] 2 844,5** **Błonnik pokarmowy [g] 27,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,4** **suma cukrów prostych [g] 53,9**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt KETCHUP 20 g SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 100 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (***SOJA***) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 768,7** **Białko ogółem [g] 74,1** **Tłuszcz [g] 30,6** **Węglowodany ogółem [g] 291** **Sód [mg] 2 521,6** **Błonnik pokarmowy [g] 23,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 10,4** **suma cukrów prostych [g] 67,8**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 100 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 100 g (***SOJA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 000,4** **Białko ogółem [g] 90,4** **Tłuszcz [g] 57** **Węglowodany ogółem [g] 268** **Sód [mg] 3 084** **Błonnik pokarmowy [g] 22,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,4** **suma cukrów prostych [g] 44,7**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 200 g	PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, makaron zacierka, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 834,6** **Białko ogółem [g] 88,5** **Tłuszcz [g] 71,7** **Węglowodany ogółem [g] 222,6** **Sód [mg] 571,5** **Błonnik pokarmowy [g] 15,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,4** **suma cukrów prostych [g] 88**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-16 do dnia 2026-11-29 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-19 czwartek	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z ĆWIARTKI Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ zmielona (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 2 359,2** **Białko ogółem [g] 138,5** **Tłuszcz [g] 68,6** **Węglowodany ogółem [g] 308,8** **Sód [mg] 2 892,3** **Błonnik pokarmowy [g] 20** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,8** **suma cukrów prostych [g] 83,4**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, makaron zacierka, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS OWOCOWY (100g) 1 szt	**Energia [kcal] 1 827** **Białko ogółem [g] 93,9** **Tłuszcz [g] 79,3** **Węglowodany ogółem [g] 196,6** **Sód [mg] 577,2** **Błonnik pokarmowy [g] 16,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,2** **suma cukrów prostych [g] 36**
2026-11-20 piątek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (***JAJA, GORCZYCA***) PAPRYKA KONSERWOWA 50 g (***GORCZYCA***) POMARAŃCZA (150g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA MINESTRONE (ziemniaki, włoszczyzna, kapusta biała, kalafior, fasolka, brokuł, przecier pomidorowy) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka,jaja,mąka,bułka tarta) 80 g (***GLUTEN, JAJA, RYBA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona pietruszka) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 50 g (***MLEKO***) MARMOLADA 30 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK ŚMIETANKOWY (20g) 1 szt (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 104** **Białko ogółem [g] 73,6** **Tłuszcz [g] 72,1** **Węglowodany ogółem [g] 301,5** **Sód [mg] 2 435,4** **Błonnik pokarmowy [g] 32,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,2** **suma cukrów prostych [g] 74,3**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA KONSERWOWA (wieprzowa, parzony, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJA, SELER***) MIÓD 25g 1 szt MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) MARMOLADA 30 g MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFELEK ŚMIETANKOWY (20g) 1 szt (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 122,3** **Białko ogółem [g] 81,2** **Tłuszcz [g] 52** **Węglowodany ogółem [g] 328,1** **Sód [mg] 2 273,8** **Błonnik pokarmowy [g] 24,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22** **suma cukrów prostych [g] 69,8**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (***JAJA, GORCZYCA***) POMARAŃCZA (150g) 1 szt PAPRYKA KONSERWOWA 50 g (***GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, MLEKO, SEZAM***)	ZUPA MINESTRONE (ziemniaki, włoszczyzna, kapusta biała, kalafior, fasolka, brokuł, przecier pomidorowy) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona, pietruszka, ksylitol) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 256,8** **Białko ogółem [g] 94,9** **Tłuszcz [g] 86** **Węglowodany ogółem [g] 285,5** **Sód [mg] 2 959,6** **Błonnik pokarmowy [g] 40,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,1** **suma cukrów prostych [g] 41,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-20 piątek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (***JAJA, GORCZYCA***) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (angielka 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 014,7** **Białko ogółem [g] 90,8** **Tłuszcz [g] 70,8** **Węglowodany ogółem [g] 253,6** **Sód [mg] 2 542,2** **Błonnik pokarmowy [g] 22,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,4** **suma cukrów prostych [g] 33,5**
	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt MIÓD 25g 1 szt SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 827,4** **Białko ogółem [g] 83,4** **Tłuszcz [g] 26,8** **Węglowodany ogółem [g] 317,3** **Sód [mg] 2 283,3** **Błonnik pokarmowy [g] 24,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 10,5** **suma cukrów prostych [g] 63**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (***JAJA, GORCZYCA***) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g MUS Z GRUSZKI 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (angielka 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 150 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 422,2** **Białko ogółem [g] 118,4** **Tłuszcz [g] 79,8** **Węglowodany ogółem [g] 313,2** **Sód [mg] 2 726,8** **Błonnik pokarmowy [g] 26** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35** **suma cukrów prostych [g] 44,5**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z RYŻEM BIAŁYM (ryż, mleko) 500 ml (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza jęczmienna, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK WIEJSKI (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 868,8** **Białko ogółem [g] 90,2** **Tłuszcz [g] 80,4** **Węglowodany ogółem [g] 200,5** **Sód [mg] 880,1** **Błonnik pokarmowy [g] 14,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,2** **suma cukrów prostych [g] 64,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-20 piątek	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 250 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 921,6** **Białko ogółem [g] 116,4** **Tłuszcz [g] 23,8** **Węglowodany ogółem [g] 311** **Sód [mg] 2 613,5** **Błonnik pokarmowy [g] 20,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,1** **suma cukrów prostych [g] 83,7**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza jęczmienna, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 842,3** **Białko ogółem [g] 92,4** **Tłuszcz [g] 81,8** **Węglowodany ogółem [g] 188,1** **Sód [mg] 470,5** **Błonnik pokarmowy [g] 17,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,3** **suma cukrów prostych [g] 51,5**
2026-11-21 sobota	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDĄ (ogórek kiszony, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) BIAŃKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SELER, GORCZYCA***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 044** **Białko ogółem [g] 86,6** **Tłuszcz [g] 56,5** **Węglowodany ogółem [g] 301,4** **Sód [mg] 3 997** **Błonnik pokarmowy [g] 25,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,9** **suma cukrów prostych [g] 67,2**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) BIAŃKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SELER, GORCZYCA***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 079,1** **Białko ogółem [g] 85,5** **Tłuszcz [g] 45,6** **Węglowodany ogółem [g] 335,3** **Sód [mg] 2 709,8** **Błonnik pokarmowy [g] 23,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,8** **suma cukrów prostych [g] 90,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-21 sobota	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL B/CUKRU (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI (buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola Jaś, marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDĄ (ogórek kiszony, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g (***GORCZYCA***)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM***)	**Energia [kcal] 2 046,6** **Białko ogółem [g] 84,6** **Tłuszcz [g] 63,4** **Węglowodany ogółem [g] 287,6** **Sód [mg] 5 024,8** **Błonnik pokarmowy [g] 32,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30** **suma cukrów prostych [g] 34,3**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 80 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL B/CUKRU (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI (buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola Jaś, marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) SAŁATA LODOWA 10 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 073,2** **Białko ogółem [g] 93,6** **Tłuszcz [g] 56,6** **Węglowodany ogółem [g] 310,8** **Sód [mg] 4 036,1** **Błonnik pokarmowy [g] 25** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,4** **suma cukrów prostych [g] 49,8**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY 80 g SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SELER, GORCZYCA***) SAŁATA LODOWA 10 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 810,2** **Białko ogółem [g] 90,8** **Tłuszcz [g] 24,3** **Węglowodany ogółem [g] 315,8** **Sód [mg] 2 560,7** **Błonnik pokarmowy [g] 22,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 10,5** **suma cukrów prostych [g] 78,7**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 150 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SELER, GORCZYCA***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt SAŁATA LODOWA 10 g	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 098,7** **Białko ogółem [g] 106,6** **Tłuszcz [g] 54,3** **Węglowodany ogółem [g] 304,8** **Sód [mg] 2 785,9** **Błonnik pokarmowy [g] 22,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,7** **suma cukrów prostych [g] 80,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-16 do dnia 2026-11-29 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-21 sobota	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 839,6** **Białko ogółem [g] 92,3** **Tłuszcz [g] 89,2** **Węglowodany ogółem [g] 172,1** **Sód [mg] 535** **Błonnik pokarmowy [g] 15,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,9** **suma cukrów prostych [g] 41,1**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 100 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 959,8** **Białko ogółem [g] 126,5** **Tłuszcz [g] 25,4** **Węglowodany ogółem [g] 308** **Sód [mg] 2 719,8** **Błonnik pokarmowy [g] 20** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,5** **suma cukrów prostych [g] 83,3**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS Z GRUSZKI 150 g	**Energia [kcal] 1 827,5** **Białko ogółem [g] 94,7** **Tłuszcz [g] 81,5** **Węglowodany ogółem [g] 188,9** **Sód [mg] 481,7** **Błonnik pokarmowy [g] 24,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,2** **suma cukrów prostych [g] 30,2**
2026-11-22 niedziela	Jan_dieta podstawowa (D01)	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 30 g (***GLUTEN, SOJA***) SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (***MLEKO***)		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA Z BURACZKA (burak, jabłko, olej rzepakowy, cukier) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (***MLEKO***) POMIDOR 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 111,4** **Białko ogółem [g] 84,4** **Tłuszcz [g] 80** **Węglowodany ogółem [g] 251,4** **Sód [mg] 3 176** **Błonnik pokarmowy [g] 25,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,2** **suma cukrów prostych [g] 67,3**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 30 g (***GLUTEN, SOJA***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (***MLEKO***)		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) KETCHUP 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 915** **Białko ogółem [g] 75,4** **Tłuszcz [g] 51,8** **Węglowodany ogółem [g] 276** **Sód [mg] 3 104,6** **Błonnik pokarmowy [g] 21,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,9** **suma cukrów prostych [g] 80,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-22 niedziela	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 30 g (***GLUTEN, SOJA***) SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z SEREM BIAŁYM (ser biały półtłusty 30g, chleb graham 30g, masło10g) 1 Por (***GLUTEN, MLEKO, SEZAM***)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 100 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (***MLEKO***) POMIDOR 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 222,4** **Białko ogółem [g] 94,9** **Tłuszcz [g] 84,8** **Węglowodany ogółem [g] 252,9** **Sód [mg] 3 257,7** **Błonnik pokarmowy [g] 30,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,8** **suma cukrów prostych [g] 33,8**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 30 g (***GLUTEN, SOJA***) MUS OWOCOWY (100g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWARÓŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (***MLEKO***) SZPINAK BABY 2 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 065** **Białko ogółem [g] 85,2** **Tłuszcz [g] 59,3** **Węglowodany ogółem [g] 284,6** **Sód [mg] 2 602,2** **Błonnik pokarmowy [g] 20,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,8** **suma cukrów prostych [g] 56,7**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) RUKOLA 4 g MUS OWOCOWY (100g) 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (***MLEKO***)		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 120 g (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) TWARÓŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 50 g (***MLEKO***) DŻEM OWOCOWY 25g 2 szt SZPINAK BABY 2 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	**Energia [kcal] 1 803,5** **Białko ogółem [g] 71,9** **Tłuszcz [g] 29,6** **Węglowodany ogółem [g] 299,4** **Sód [mg] 2 287,7** **Błonnik pokarmowy [g] 20,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 10,3** **suma cukrów prostych [g] 81,6**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) MUS OWOCOWY (100g) 1 szt KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (***MLEKO***)	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 150 g (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWARÓŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 100 g (***MLEKO***) SZPINAK BABY 2 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 282,3** **Białko ogółem [g] 100,5** **Tłuszcz [g] 67,7** **Węglowodany ogółem [g] 299,7** **Sód [mg] 2 839,4** **Błonnik pokarmowy [g] 21,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,8** **suma cukrów prostych [g] 69**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-16 do dnia 2026-11-29 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-22 niedziela	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SERDUSZKO PUDDING 125G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 051,2** **Białko ogółem [g] 88,4** **Tłuszcz [g] 97,5** **Węglowodany ogółem [g] 220,2** **Sód [mg] 909,3** **Błonnik pokarmowy [g] 18,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,9** **suma cukrów prostych [g] 64**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z ĆWIARTKI Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 2 378,3** **Białko ogółem [g] 136,7** **Tłuszcz [g] 70,9** **Węglowodany ogółem [g] 309,8** **Sód [mg] 2 873,6** **Błonnik pokarmowy [g] 20** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,9** **suma cukrów prostych [g] 83,3**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	**Energia [kcal] 1 954,9** **Białko ogółem [g] 86,9** **Tłuszcz [g] 96,4** **Węglowodany ogółem [g] 200,2** **Sód [mg] 584,3** **Błonnik pokarmowy [g] 18,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,1** **suma cukrów prostych [g] 48,9**
2026-11-23 poniedziałek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) SOS BOLOŃSKI Z WARZYWAMI DUSZONY (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 120 g (***GLUTEN***) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SURÓWKA COLESLAW DROBNO SIEKANA (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 200 g (***JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (***MLEKO***) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz.,fasola czerwona,groszek zielony,ciecierzyca,ziel. pietruszka,olej rzepakowy) 50 g (***GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 126,3** **Białko ogółem [g] 94,2** **Tłuszcz [g] 52,8** **Węglowodany ogółem [g] 329,6** **Sód [mg] 2 923** **Błonnik pokarmowy [g] 41,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,3** **suma cukrów prostych [g] 81,1**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) KETCHUP 20 g MIÓD 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (***GLUTEN, SOJA***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (***MLEKO***) GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM (145g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 135,7** **Białko ogółem [g] 90** **Tłuszcz [g] 46,9** **Węglowodany ogółem [g] 350,6** **Sód [mg] 2 527,1** **Błonnik pokarmowy [g] 24,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,5** **suma cukrów prostych [g] 86,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-23 poniedziałek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) SOS BOLOŃSKI Z WARZYWAMI DUSZONY (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 120 g (***GLUTEN***) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SURÓWKA COLESŁAW DROBNO SIEKANA B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g (***JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (***MLEKO***) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz.,fasola czerwona,groszek zielony,ciecierzyca,ziel. pietruszka,olej rzepakowy) 50 g (***GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL B/CUKRU (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 938,7** **Białko ogółem [g] 98,8** **Tłuszcz [g] 52,4** **Węglowodany ogółem [g] 275,9** **Sód [mg] 2 696** **Błonnik pokarmowy [g] 42,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,8** **suma cukrów prostych [g] 40,7**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (***GLUTEN, SOJA***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (***MLEKO***) RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 1 815,3** **Białko ogółem [g] 91,6** **Tłuszcz [g] 45,1** **Węglowodany ogółem [g] 268,6** **Sód [mg] 2 306,9** **Błonnik pokarmowy [g] 19,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,8** **suma cukrów prostych [g] 65**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 120 g (***GLUTEN, SOJA***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (***MLEKO***) RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 1 837,8** **Białko ogółem [g] 95,6** **Tłuszcz [g] 31,4** **Węglowodany ogółem [g] 302,2** **Sód [mg] 2 385,4** **Błonnik pokarmowy [g] 21,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 12,2** **suma cukrów prostych [g] 81,1**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g (***GLUTEN, SOJA***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (***MLEKO***) RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 057,4** **Białko ogółem [g] 103,6** **Tłuszcz [g] 52,5** **Węglowodany ogółem [g] 304,1** **Sód [mg] 2 431,5** **Błonnik pokarmowy [g] 21,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5** **suma cukrów prostych [g] 82,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-16 do dnia 2026-11-29 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-23 poniedziałek	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI OWSIANYMI I (mleko 2%, płatki owsiane) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 855,8** **Białko ogółem [g] 93,6** **Tłuszcz [g] 88** **Węglowodany ogółem [g] 181,4** **Sód [mg] 509,4** **Błonnik pokarmowy [g] 16,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,7** **suma cukrów prostych [g] 50,3**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 916,7** **Białko ogółem [g] 125,7** **Tłuszcz [g] 21,1** **Węglowodany ogółem [g] 307,1** **Sód [mg] 2 750,1** **Błonnik pokarmowy [g] 20** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 5,1** **suma cukrów prostych [g] 83,5**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, płatki owsiane, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	**Energia [kcal] 1 719,8** **Białko ogółem [g] 97,2** **Tłuszcz [g] 86,7** **Węglowodany ogółem [g] 146,1** **Sód [mg] 498,8** **Błonnik pokarmowy [g] 19,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,8** **suma cukrów prostych [g] 22**
2026-11-24 wtorek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (***MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 80 g (***RYBA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda) 200 g (***SELER, GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (***MLEKO***) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 070,5** **Białko ogółem [g] 83,3** **Tłuszcz [g] 65,9** **Węglowodany ogółem [g] 293,2** **Sód [mg] 3 317,9** **Błonnik pokarmowy [g] 29,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,9** **suma cukrów prostych [g] 57,7**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 70 g (***RYBA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 30 g (***MLEKO***) KETCHUP 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 056** **Białko ogółem [g] 82,8** **Tłuszcz [g] 47,5** **Węglowodany ogółem [g] 341,1** **Sód [mg] 2 486,5** **Błonnik pokarmowy [g] 28,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,3** **suma cukrów prostych [g] 80,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-24 wtorek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 80 g (***RYBA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA b/cukru (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda,ksylitol) 200 g (***SELER, GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) SER BIAŁY POŁTŁUSTY KRAJANKA 50 g (***MLEKO***) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 926,4** **Białko ogółem [g] 79,7** **Tłuszcz [g] 64,4** **Węglowodany ogółem [g] 263,9** **Sód [mg] 2 836,2** **Błonnik pokarmowy [g] 34,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27** **suma cukrów prostych [g] 50,2**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 120 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 100 g (***RYBA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, brokuł, marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 120 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) SER BIAŁY POŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 912,9** **Białko ogółem [g] 90,9** **Tłuszcz [g] 48,7** **Węglowodany ogółem [g] 295,2** **Sód [mg] 2 268,8** **Błonnik pokarmowy [g] 29,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,9** **suma cukrów prostych [g] 41,4**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ANGIELKA 120 g (***GLUTEN, JAJA***) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 80 g (***RYBA***) MIÓD 25g 1 szt SAŁATA LODOWA 10 g MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, brokuł, marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 80 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	POMIDOR 50 g ANGIELKA 120 g (***GLUTEN, JAJA***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) SER BIAŁY POŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 828,8** **Białko ogółem [g] 85,3** **Tłuszcz [g] 26,4** **Węglowodany ogółem [g] 329** **Sód [mg] 2 178,1** **Błonnik pokarmowy [g] 28,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 10,3** **suma cukrów prostych [g] 59,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-24 wtorek	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 150 g (***RYBA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, brokuł, marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 120 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, MLEKO***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 211,7** **Białko ogółem [g] 105,7** **Tłuszcz [g] 54,7** **Węglowodany ogółem [g] 343,3** **Sód [mg] 2 545,1** **Błonnik pokarmowy [g] 31,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,9** **suma cukrów prostych [g] 69,2**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (płatki ryżowe, mleko) 500 ml (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	PAPKA ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, brokuł, włoszczyzna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 771,2** **Białko ogółem [g] 85,9** **Tłuszcz [g] 82,1** **Węglowodany ogółem [g] 180,5** **Sód [mg] 582,5** **Błonnik pokarmowy [g] 18,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,5** **suma cukrów prostych [g] 68,5**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 919,8** **Białko ogółem [g] 115,9** **Tłuszcz [g] 24,6** **Węglowodany ogółem [g] 309,8** **Sód [mg] 2 599,8** **Błonnik pokarmowy [g] 20** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,3** **suma cukrów prostych [g] 83,3**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA PŁATKI RYŻOWE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka wp., marchew, seler, pietruszka, płatki ryżowe) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, brokuł, włoszczyzna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA MARCHWIOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	**Energia [kcal] 1 757,8** **Białko ogółem [g] 96,9** **Tłuszcz [g] 84,6** **Węglowodany ogółem [g] 160** **Sód [mg] 530,6** **Błonnik pokarmowy [g] 20,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,6** **suma cukrów prostych [g] 52,1**
2026-11-25 środa	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (***MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g RUKOLA 2 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI drobnotarta (marchew, olej rzepakowy, cukier, sok z cytryny) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g MIX SAŁAT (rukola, roszponka, szpinak baby) 10 g	ŚLIWKI 3 szt	**Energia [kcal] 2 196,2** **Białko ogółem [g] 87** **Tłuszcz [g] 73,1** **Węglowodany ogółem [g] 279,3** **Sód [mg] 2 968,4** **Błonnik pokarmowy [g] 37,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25** **suma cukrów prostych [g] 47,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-25 środa	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) MIÓD 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 332,2** **Białko ogółem [g] 89,8** **Tłuszcz [g] 69,8** **Węglowodany ogółem [g] 318,9** **Sód [mg] 3 268,3** **Błonnik pokarmowy [g] 24,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30** **suma cukrów prostych [g] 43,1**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt RUKOLA 2 g	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI b/c drobnotarta (marchew, olej rzepakowy, sok z cytryny, ksylitol) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 50 g HERBATA (250ml) 1 szt MIX SAŁAT (rukola, roszponka, szpinak baby) 10 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM***)	**Energia [kcal] 2 272,9** **Białko ogółem [g] 94,9** **Tłuszcz [g] 83,1** **Węglowodany ogółem [g] 265** **Sód [mg] 3 447,7** **Błonnik pokarmowy [g] 40,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,6** **suma cukrów prostych [g] 26,7**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 100 g (***SOJA, GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt SZPINAK BABY 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) MIX SAŁAT (rukola, roszponka, szpinak baby) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 075,2** **Białko ogółem [g] 89,5** **Tłuszcz [g] 68,2** **Węglowodany ogółem [g] 259,4** **Sód [mg] 3 441** **Błonnik pokarmowy [g] 21,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,5** **suma cukrów prostych [g] 25,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-25 środa	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SELER, GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt SZPINAK BABY 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g MIX SAŁAT (rukola, roszponka, szpinak baby) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 075,1** **Białko ogółem [g] 89,1** **Tłuszcz [g] 50,5** **Węglowodany ogółem [g] 299,6** **Sód [mg] 2 957,1** **Błonnik pokarmowy [g] 24,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,5** **suma cukrów prostych [g] 41,5**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) SZPINAK BABY 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 80 g MIX SAŁAT (rukola, roszponka, szpinak baby) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	ŚLIWKI 3 szt	**Energia [kcal] 2 117** **Białko ogółem [g] 89,5** **Tłuszcz [g] 63,4** **Węglowodany ogółem [g] 283,9** **Sód [mg] 2 751,7** **Błonnik pokarmowy [g] 26,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26** **suma cukrów prostych [g] 46,3**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 500 ml (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczy, kon. pomidorowy, mąka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	BUDYŃ (mleko 2%, budyń waniliowy) 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 858,7** **Białko ogółem [g] 84** **Tłuszcz [g] 78,9** **Węglowodany ogółem [g] 206,6** **Sód [mg] 599,3** **Błonnik pokarmowy [g] 15,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,8** **suma cukrów prostych [g] 48,5**
	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA KRUPNIK Z RYŻU (marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 400 ml (***SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 100 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 892,9** **Białko ogółem [g] 127** **Tłuszcz [g] 22,5** **Węglowodany ogółem [g] 297,2** **Sód [mg] 3 567,2** **Błonnik pokarmowy [g] 19,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,1** **suma cukrów prostych [g] 74,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-25 środa	Dieta papkowata (D11)	PAPKA KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, kasza kukurydziana, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczy, kon. pomidorowy, mąka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z RYŻU Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 853,2** **Białko ogółem [g] 93,8** **Tłuszcz [g] 79** **Węglowodany ogółem [g] 197** **Sód [mg] 547,4** **Błonnik pokarmowy [g] 18,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21** **suma cukrów prostych [g] 44,5**
2026-11-26 czwartek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) MARMOLADA 30 g SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY (ziemniaki,kapusta biała,kiełbasa wp.,marchew,seler,pietruszka,przecier pomidorowy) 400 ml (***GLUTEN, SOJA, SELER***) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 120 g (***GLUTEN, SELER***) RYŻ WIELOZIARNSTY GOTOWANY (ryż brazowy, ryż biały) 200 g SURÓWKA COLESLAW (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, cukier) 200 g (***JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) 50 g (***GLUTEN, SOJA, SELER***) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 30 g (***SOJA, SELER***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 245,6** **Białko ogółem [g] 85,6** **Tłuszcz [g] 83,4** **Węglowodany ogółem [g] 296,3** **Sód [mg] 3 896** **Błonnik pokarmowy [g] 30,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,3** **suma cukrów prostych [g] 64,3**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) MARMOLADA 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM (145g) 1 szt		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 120 g (***GLUTEN, SELER***) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) DUBOIS NIE KROIĆ 50 g (***GLUTEN, SOJA, SELER***) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 30 g (***SOJA, SELER***) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 100 g SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 296** **Białko ogółem [g] 81,2** **Tłuszcz [g] 65,8** **Węglowodany ogółem [g] 349** **Sód [mg] 2 701,2** **Błonnik pokarmowy [g] 29** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,5** **suma cukrów prostych [g] 85,6**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SER TOPIONY 17,5g 1 szt (***MLEKO***) SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	ZUPA KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY (ziemniaki,kapusta biała,kiełbasa wp.,marchew,seler,pietruszka,przecier pomidorowy) 400 ml (***GLUTEN, SOJA, SELER***) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 120 g (***GLUTEN, SELER***) RYŻ WIELOZIARNSTY GOTOWANY (ryż brazowy, ryż biały) 200 g SURÓWKA COLESLAW B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g (***JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) 50 g (***GLUTEN, SOJA, SELER***) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 30 g (***SOJA, SELER***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 167,5** **Białko ogółem [g] 83,4** **Tłuszcz [g] 85,7** **Węglowodany ogółem [g] 273,6** **Sód [mg] 3 952,4** **Błonnik pokarmowy [g] 35,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,9** **suma cukrów prostych [g] 26,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-26 czwartek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) KIEŁKI 4 g RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 150 g (***GLUTEN, SELER***) RYŻ WIELOZIARNSTY GOTOWANY (ryż brazowy, ryż biały) 200 g SAŁATA Z MAŚLANKĄ 50/50g 1 Por (***MLEKO***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) 50 g (***GLUTEN, SOJA, SELER***) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 30 g (***SOJA, SELER***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 002,6** **Białko ogółem [g] 80,5** **Tłuszcz [g] 70,3** **Węglowodany ogółem [g] 269,1** **Sód [mg] 2 957** **Błonnik pokarmowy [g] 17,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,3** **suma cukrów prostych [g] 27,1**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) MARMOLADA 50 g KIEŁKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM (145g) 1 szt		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 g (***GLUTEN***) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 80 g (***SOJA, SELER***) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 100 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 100** **Białko ogółem [g] 86,8** **Tłuszcz [g] 43,6** **Węglowodany ogółem [g] 345,4** **Sód [mg] 2 761,9** **Błonnik pokarmowy [g] 27,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15** **suma cukrów prostych [g] 84**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) KIEŁKI 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	MUS OWOCOWY (100g) 1 szt	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (***GLUTEN***) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASZTET DZIDUNIA (wieprzowo-drobiowy, pieczony, drobno rozdrobniony) 100 g (***GLUTEN, SOJA, SELER***) SZYNKA Z NOVE (szynka wp, wędzona, parzona) 30 g (***SOJA, SELER***) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 100 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 319,3** **Białko ogółem [g] 102** **Tłuszcz [g] 78** **Węglowodany ogółem [g] 305,1** **Sód [mg] 3 285,3** **Błonnik pokarmowy [g] 26,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,6** **suma cukrów prostych [g] 60,7**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z MAKARONEM (mleko 2%, makaron) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS OWOCOWY (100g) 1 szt	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 831,6** **Białko ogółem [g] 92,7** **Tłuszcz [g] 89,2** **Węglowodany ogółem [g] 168,3** **Sód [mg] 533** **Błonnik pokarmowy [g] 16,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,9** **suma cukrów prostych [g] 57,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-16 do dnia 2026-11-29 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-26 czwartek	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 100 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 959,8** **Białko ogółem [g] 126,5** **Tłuszcz [g] 25,4** **Węglowodany ogółem [g] 308** **Sód [mg] 3 539,8** **Błonnik pokarmowy [g] 20** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,5** **suma cukrów prostych [g] 83,3**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM I ŁOPATKĄ (łopatka, makaron, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS Z GRUSZKI 150 g	**Energia [kcal] 1 827,5** **Białko ogółem [g] 94,7** **Tłuszcz [g] 81,5** **Węglowodany ogółem [g] 188,9** **Sód [mg] 481,7** **Błonnik pokarmowy [g] 24,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,2** **suma cukrów prostych [g] 30,2**
2026-11-27 piątek	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (***JAJA, GORCZYCA***) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) MORSZCZUK PANIEROWANY PIECZONY (filet z morszczuka,jaja,mąka,bułka tarta) 80 g (***GLUTEN, JAJA, RYBA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona pietruszka) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	JABŁKO (120g) 1 szt CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (***MLEKO***) POMIDOR 60 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g	CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 100 g	**Energia [kcal] 2 111** **Białko ogółem [g] 88,5** **Tłuszcz [g] 77,3** **Węglowodany ogółem [g] 280,2** **Sód [mg] 2 710,3** **Błonnik pokarmowy [g] 44,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23** **suma cukrów prostych [g] 45,9**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) JAJKA GOTOWANE klasy M (1 szt - 55g) 2 szt (***JAJA***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (***MLEKO***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 1 932,8** **Białko ogółem [g] 75,8** **Tłuszcz [g] 45,6** **Węglowodany ogółem [g] 311,2** **Sód [mg] 2 016** **Błonnik pokarmowy [g] 26,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,5** **suma cukrów prostych [g] 90**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (***JAJA, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona, pietruszka, ksylitol) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (***MLEKO***) POMIDOR 60 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g	CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 100 g	**Energia [kcal] 2 074,4** **Białko ogółem [g] 88,9** **Tłuszcz [g] 77,9** **Węglowodany ogółem [g] 265,9** **Sód [mg] 2 509,7** **Błonnik pokarmowy [g] 46,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,5** **suma cukrów prostych [g] 36,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-27 piątek	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 100 g (***JAJA, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 80 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (***MLEKO***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g POMIDOR 60 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 1 853,1** **Białko ogółem [g] 77,4** **Tłuszcz [g] 52,2** **Węglowodany ogółem [g] 281,1** **Sód [mg] 1 691** **Błonnik pokarmowy [g] 24** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,4** **suma cukrów prostych [g] 54**
	Jan_dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 80 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 100 g (***MLEKO***) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 1 817,5** **Białko ogółem [g] 85,1** **Tłuszcz [g] 26,1** **Węglowodany ogółem [g] 325,3** **Sód [mg] 1 799,6** **Błonnik pokarmowy [g] 29,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 8,8** **suma cukrów prostych [g] 95,8**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 150 g (***JAJA, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g RUKOLA 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 150 g (***RYBA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (***MLEKO***) MIÓD 25g 1 szt SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 171,5** **Białko ogółem [g] 110,7** **Tłuszcz [g] 71** **Węglowodany ogółem [g] 288,8** **Sód [mg] 2 161,9** **Błonnik pokarmowy [g] 25,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,1** **suma cukrów prostych [g] 57,5**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 500 ml (***GLUTEN, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	SOCZEK B/CUKRU 200ml 1 szt	PAPKA ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKĄ (łopatka, kasza jęczmienna, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK WIEJSKI (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 877,2** **Białko ogółem [g] 94,2** **Tłuszcz [g] 88,4** **Węglowodany ogółem [g] 187,7** **Sód [mg] 1 285,1** **Błonnik pokarmowy [g] 18** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,4** **suma cukrów prostych [g] 32,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-27 piątek	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 859,9** **Białko ogółem [g] 117,3** **Tłuszcz [g] 22** **Węglowodany ogółem [g] 298,3** **Sód [mg] 2 617,4** **Błonnik pokarmowy [g] 18,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,1** **suma cukrów prostych [g] 74,9**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM Z ŁOPATKĄ (łopatka, płatki jęczmienne, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, kasza jęczmienna, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 957,2** **Białko ogółem [g] 100,9** **Tłuszcz [g] 87,7** **Węglowodany ogółem [g] 202,9** **Sód [mg] 955,2** **Błonnik pokarmowy [g] 21,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,3** **suma cukrów prostych [g] 49,3**
2026-11-28 sobota	Jan_dieta podstawowa (D01)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) STEK WP. Z CEBULKĄ PIECZONY (łopatka wp., cebula, mąka pszenna) 100 g (***JAJA***) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA b/cukru (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (***MLEKO***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 115,4** **Białko ogółem [g] 83,7** **Tłuszcz [g] 70,7** **Węglowodany ogółem [g] 295,3** **Sód [mg] 2 852,3** **Błonnik pokarmowy [g] 32,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,3** **suma cukrów prostych [g] 46,2**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, przecier pomidorowy) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 031,7** **Białko ogółem [g] 85,7** **Tłuszcz [g] 50,1** **Węglowodany ogółem [g] 314,5** **Sód [mg] 3 145,3** **Błonnik pokarmowy [g] 26,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,2** **suma cukrów prostych [g] 54,5**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzyśw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SEZAM***)	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) STEK WP. Z CEBULKĄ PIECZONY (łopatka wp., cebula, mąka pszenna) 100 g (***JAJA***) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (***MLEKO***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 098** **Białko ogółem [g] 89,3** **Tłuszcz [g] 77** **Węglowodany ogółem [g] 266,9** **Sód [mg] 3 747,6** **Błonnik pokarmowy [g] 36,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,5** **suma cukrów prostych [g] 28,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-28 sobota	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER***)	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, przecier pomidorowy) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 929** **Białko ogółem [g] 87,4** **Tłuszcz [g] 51,2** **Węglowodany ogółem [g] 285,8** **Sód [mg] 3 681,8** **Błonnik pokarmowy [g] 23,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,7** **suma cukrów prostych [g] 36**
	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 g (***GLUTEN***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 824,4** **Białko ogółem [g] 86,5** **Tłuszcz [g] 30,7** **Węglowodany ogółem [g] 305,2** **Sód [mg] 3 108,2** **Błonnik pokarmowy [g] 25,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 9,5** **suma cukrów prostych [g] 54,2**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (angielka 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER***)	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PULPET WP. DUSZONY W SOSIE POMIDOROWYM (łopatka wp., jajka, mąka pszenna, angielka, przecier pomidorowy) 150 g (***GLUTEN, JAJA***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 100 g (***SOJA, MLEKO, SELER***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 270,8** **Białko ogółem [g] 107,5** **Tłuszcz [g] 60,3** **Węglowodany ogółem [g] 330,9** **Sód [mg] 3 845,3** **Błonnik pokarmowy [g] 24,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31** **suma cukrów prostych [g] 51,3**
	Jan_płynna wzmocniona (D12)	PAPKA Z ZUPY MLECZNEJ Z RYŻEM BIAŁYM (ryż, mleko) 500 ml (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS VEGE (100g) 1 szt (***GLUTEN***)	PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 821,4** **Białko ogółem [g] 92,3** **Tłuszcz [g] 86,2** **Węglowodany ogółem [g] 174,3** **Sód [mg] 542,2** **Błonnik pokarmowy [g] 15,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,1** **suma cukrów prostych [g] 62,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-28 sobota	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z FILETA Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 100 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 1 879** **Białko ogółem [g] 115,5** **Tłuszcz [g] 24,3** **Węglowodany ogółem [g] 299,3** **Sód [mg] 2 598,7** **Błonnik pokarmowy [g] 18,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,2** **suma cukrów prostych [g] 74,8**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA RYŻ NA WYWARZE Z ŁOPATKĄ (łopatka, marchew, seler, pietruszka, ryż biały) 500 ml (***SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI I ŁOPATKĄ (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA ZUPA ZIEMNIACZANA Z ŁOPATKĄ wzmocniona (łopatka, ziemniaki, włoszczyzna, mąka pszenna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 150 g	**Energia [kcal] 1 784,9** **Białko ogółem [g] 95** **Tłuszcz [g] 83,6** **Węglowodany ogółem [g] 171,6** **Sód [mg] 499,6** **Błonnik pokarmowy [g] 19,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,1** **suma cukrów prostych [g] 50,3**
2026-11-29 niedziela	Jan_dieta podstawowa (D01)	CHAŁKA 100G 0,2 szt (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 100 g (***MLEKO***) KREM ORZECHOWO-KAKAOWY 20G 1 szt (***MLEKO***) JABŁKO (120g) 1 szt KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa)I 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB PSZENNY I RAZOWY 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 149,8** **Białko ogółem [g] 89,9** **Tłuszcz [g] 59,5** **Węglowodany ogółem [g] 304** **Sód [mg] 2 236** **Błonnik pokarmowy [g] 23,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,6** **suma cukrów prostych [g] 105,7**
	Jan_dieta łatwostrawna (D02)	CHAŁKA 100G 0,2 szt (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 100 g (***MLEKO***) KREM ORZECHOWO-KAKAOWY 20G 1 szt (***MLEKO***) MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa)I 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 239,3** **Białko ogółem [g] 89,8** **Tłuszcz [g] 58,9** **Węglowodany ogółem [g] 326,6** **Sód [mg] 2 259** **Błonnik pokarmowy [g] 21,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3** **suma cukrów prostych [g] 114,3**
	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. (D03)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 960,3** **Białko ogółem [g] 93,5** **Tłuszcz [g] 65,7** **Węglowodany ogółem [g] 238,5** **Sód [mg] 3 984,3** **Błonnik pokarmowy [g] 31** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,3** **suma cukrów prostych [g] 40,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-29 niedziela	Jan_dieta z ogr. łatwoprzysw. węg. ŁATWOSTR.	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 896,4** **Białko ogółem [g] 95** **Tłuszcz [g] 50,4** **Węglowodany ogółem [g] 256,5** **Sód [mg] 3 704,9** **Błonnik pokarmowy [g] 21,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,3** **suma cukrów prostych [g] 44,8**
	Jan_dieta latwostrawna z ogr. tłuszczu (D05)	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa)I 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 809,3** **Białko ogółem [g] 86,2** **Tłuszcz [g] 32,2** **Węglowodany ogółem [g] 282,1** **Sód [mg] 3 144** **Błonnik pokarmowy [g] 21,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 11,6** **suma cukrów prostych [g] 67,4**
	Jan_dieta bogatobiałkowa (D07)	CHAŁKA 100G 0,2 szt (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WANILIOWY HOMOGENIZOWANY 100 g (***MLEKO***) KREM ORZECHOWO-KAKAOWY 20G 1 szt (***MLEKO***) KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa)I 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 100 g	ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 80 g (***GLUTEN, JAJA***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 253,6** **Białko ogółem [g] 98** **Tłuszcz [g] 65,6** **Węglowodany ogółem [g] 302,2** **Sód [mg] 2 419,5** **Błonnik pokarmowy [g] 20,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,1** **suma cukrów prostych [g] 101,3**
	Jan_plynna wzmocniona (D12)	PAPKA PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM (płatki jęczmienne, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 150 g	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 941,7** **Białko ogółem [g] 74** **Tłuszcz [g] 91,9** **Węglowodany ogółem [g] 219** **Sód [mg] 827,2** **Błonnik pokarmowy [g] 20,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25** **suma cukrów prostych [g] 52,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-29 niedziela	Dieta w biegunce STAŁA	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) MIĘSO MIELONE Z ĆWIARTKI Z KURCZAKA 200 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY PRZETARTE 250 g MARCHEW GOTOWANA B/DODATKU TŁUSZCZU (marchew) 200 g HERBATA (250ml) 1 szt	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 100 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt	SUCHARY PORCJA 4 szt (***GLUTEN***) KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 2 315,3** **Białko ogółem [g] 147,9** **Tłuszcz [g] 64,8** **Węglowodany ogółem [g] 295,5** **Sód [mg] 3 861,5** **Błonnik pokarmowy [g] 18,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,5** **suma cukrów prostych [g] 75,1**
	Dieta papkowata (D11)	PAPKA PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZYNOWYM (płatki jęczmienne, włoszczyzna) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt		PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	PAPKA KASZA MANNA NA WYWARZE JARZYNOWYM Z KURCZAKIEM (ćwiartka z kurczaka, włoszczyzna, kasza manna, zielona pietruszka) 500 ml (***GLUTEN, SELER***) HERBATA (250ml) 1 szt	MUS BRZOSKWINIOWY (brzoskwinie w syropie) 200 g	**Energia [kcal] 1 786,5** **Białko ogółem [g] 63,4** **Tłuszcz [g] 85,4** **Węglowodany ogółem [g] 205,7** **Sód [mg] 794,2** **Błonnik pokarmowy [g] 20,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,8** **suma cukrów prostych [g] 34,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone