

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.06.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	~	galaretką drobiową 50g *(soj, oz, ryb), polędwica z majerankiem, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Ryż na mleku, Sałata	zupa biały barszcz 400ml, bigos *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kompot	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 80g, Marchew - 20g, Żelatyna - 4g, Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, polędwica z majerankiem - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Ziemniaki, średnio - 200g, kiełbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Pietruszka, korzeń - 25g, Marchew - 50g, Pietruszka, liście - 2g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 2g, Wieprzowina, łopatka - 60g, Woda - 400ml, Kapusta biała - 300g, Kiełbasa podwawelska - 30g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soy - Soja, oz - Orzeszki ziemne, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2007,89 kCal
Witamina C	275,58 mg
Witamina B12	5,00 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	2,61 mg
Niacyna	18,95 mg
Witamina B2	2,53 mg
Witamina B1	1,74 mg
Witamina E	14,40 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,01 mg
Skrobia	157,34 mg
Sól	6538,01 mg
Mangan	5,63 mg
Miedź	1,52 mg
Cynk	13,95 mg
Żelazo	12,39 mg
Magnez	391,54 mg
Fosfor	1745,56 mg
Wapń	1263,80 mg
Potas	4803,02 mg
Sód	2613,31 mg
Błonnik pokarmowy	32,51 g
Cukry proste	21,58 g
Węglowodany	269,87 g
Cholesterol	384,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,90 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,66 g
Tłuszcze nienasycone	36,48 g
Tłuszcze nasycone	24,57 g
Tłuszcze	66,10 g
Białka	109,39 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.06.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	↪	Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Ryż na mleku, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa biały barszcz 400ml, surówka z marchewki tartej, Kompot, pierogi leniwe *(glu, jaj, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	↻	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Ziemniaki, średnio - 200g, kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Marchew - 170g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Olej rzepakowy - 10g, Woda - 250ml, Mieszanek owocowa, mrożona - 50g, Cukier - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 80g, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 400g, Skrobia ziemniaczana - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	serek wiejski z dodatkiem owocowym - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2203,72 kCal
Witamina C	133,13 mg
Witamina B12	2,24 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	2,52 mg
Niacyna	14,87 mg
Witamina B2	1,68 mg
Witamina B1	1,13 mg
Witamina E	12,89 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,41 mg
Skrobia	226,17 mg
Sól	5523,04 mg
Mangan	3,38 mg
Miedź	1,44 mg
Cynk	7,67 mg
Żelazo	9,56 mg
Magnez	324,48 mg
Fosfor	1234,33 mg
Wapń	884,87 mg
Potas	4702,22 mg
Sód	2208,64 mg
Błonnik pokarmowy	27,60 g
Cukry proste	37,16 g
Węglowodany	334,31 g
Cholesterol	65,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,04 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,62 g
Tłuszcze nienasycone	38,25 g
Tłuszcze nasycone	23,04 g
Tłuszcze	63,97 g
Białka	86,55 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.06.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	→	Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Ryż na mleku, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	kanapka z pomidorem	zupa biały barszcz 400ml, bigos *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kompot	Jabłko	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, Sałata - 5g	Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Mąka pszenna, typ 550 - 10g, Marchew - 20g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 200g, kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 30g, Cebula - 15g, Wieprzowina, łopatka - 60g, Woda - 400ml, Olej rzepakowy - 5g, Kapusta biała - 300g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 15g, Kielbasa podwawelska - 30g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g	Jabłko - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x5)(5):
Kalorie	2059,83 kCal
Witamina C	298,59 mg
Witamina B12	2,91 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	2,42 mg
Niacyna	17,07 mg
Witamina B2	2,06 mg
Witamina B1	1,74 mg
Witamina E	17,65 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,15 mg
Skrobia	173,04 mg
Sól	7488,66 mg
Mangan	8,47 mg
Miedź	1,63 mg
Cynk	14,11 mg
Żelazo	13,33 mg
Magnez	412,73 mg
Fosfor	1558,83 mg
Wapń	1117,91 mg
Potas	4756,45 mg
Sód	2993,28 mg
Błonnik pokarmowy	41,10 g
Cukry proste	31,84 g
Węglowodany	303,04 g
Cholesterol	118,85 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,32 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,17 g
Tłuszcze nienasycone	37,83 g
Tłuszcze nasycone	22,76 g
Tłuszcze	64,08 g
Białka	88,22 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.06.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x3)(3):	J	zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa biały barszcz 400ml, bigos *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Kompot	szynka biała *(gor, glu), Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jabłko
	G	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 170g, Chleb wiejski - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Olej rzepakowy - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 25g, Pietruszka, korzeń - 25g, Marchew - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 2g, Wieprzowina, łopatka - 65g, Woda - 400ml, Kapusta biała - 300g, Kielbasa podwawelska - 30g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Chleb wiejski - 75g	szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 100g, Jaja gotowane - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x3)(3):
Kalorie	2045,80 kCal
Witamina C	279,50 mg
Witamina B12	1,24 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	2,49 mg
Niacyna	22,05 mg
Witamina B2	1,29 mg
Witamina B1	1,77 mg
Witamina E	21,32 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,69 mg
Skrobia	204,52 mg
Sól	6570,42 mg
Mangan	4,40 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	10,54 mg
Żelazo	13,10 mg
Magnez	337,63 mg
Fosfor	1022,14 mg
Wapń	429,02 mg
Potas	4878,19 mg
Sód	2626,46 mg
Błonnik pokarmowy	34,81 g
Cukry proste	33,17 g
Węglowodany	296,60 g
Cholesterol	237,85 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,85 g
Tłuszcze jednonienasycone	26,70 g
Tłuszcze nienasycone	49,22 g
Tłuszcze nasycone	15,01 g
Tłuszcze	68,30 g
Białka	76,32 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.06.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	→	Chleb wiejski *(glu), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Ryż na mleku, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa biały barszcz 400ml, surówka z marchewki tartej, Kompot, pierogi leniwe *(glu, jaj, mle)	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, Chleb wiejski - 50g, Kajzerki - 55g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Marchew - 190g, Seler korzeniowy *(sel) - 45g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 200g, kiełbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Olej rzepakowy - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 400g, Skrobia ziemniaczana - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Cukier - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 80g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	serek wiejski z dodatkiem owocowym - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2384,57 kCal
Witamina C	140,59 mg
Witamina B12	3,63 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,73 mg
Niacyna	15,34 mg
Witamina B2	2,26 mg
Witamina B1	1,24 mg
Witamina E	13,79 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,90 mg
Skrobia	230,09 mg
Sól	6634,24 mg
Mangan	3,47 mg
Miedź	1,55 mg
Cynk	9,47 mg
Żelazo	11,17 mg
Magnez	364,93 mg
Fosfor	1546,88 mg
Wapń	1180,82 mg
Potas	5190,07 mg
Sód	2652,59 mg
Błonnik pokarmowy	28,96 g
Cukry proste	32,78 g
Węglowodany	342,47 g
Cholesterol	257,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,91 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,42 g
Tłuszcze nienasycone	43,36 g
Tłuszcze nasycone	26,89 g
Tłuszcze	73,98 g
Białka	101,64 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.06.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ryż na mleku, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa biały barszcz 400ml, Kompot, Marchew, gotowana w wodzie, pierogi leniwe *(glu, jaj, mle)	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Ziemniaki, średnio - 200g, kiełbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Marchew - 70g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 45g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Cukier - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 80g, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 400g, Skrobia ziemniaczana - 30g, Marchew, gotowana w wodzie - 1	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	serek wiejski z dodatkiem owocowym - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2223,12 kCal
Witamina C	108,09 mg
Witamina B12	2,99 µg
Foliany	0,31 mg
Witamina B6	2,50 mg
Niacyna	14,35 mg
Witamina B2	1,97 mg
Witamina B1	1,16 mg
Witamina E	9,00 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,21 mg
Skrobia	238,21 mg
Sól	6142,14 mg
Mangan	3,47 mg
Miedź	1,45 mg
Cynk	8,31 mg
Żelazo	9,46 mg
Magnez	345,28 mg
Fosfor	1428,83 mg
Wapń	1139,62 mg
Potas	4629,57 mg
Sód	2455,74 mg
Błonnik pokarmowy	27,74 g
Cukry proste	29,45 g
Węglowodany	344,93 g
Cholesterol	77,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,62 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,30 g
Tłuszcze nienasycone	30,94 g
Tłuszcze nasycone	24,40 g
Tłuszcze	57,75 g
Białka	94,68 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.06.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Banan, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, Kompot, Kotlet mielony, surówka z czerwonej kapusty, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Mielonka (Luncheon meat), Papryka czerwona, Sałata, sałatka makaronowa I	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 4g, Banan - 120g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kasza manna *(glu) - 15g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 60g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 15g, Bułka tarta *(glu) - 5g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Olej rzepakowy - 7g, Cebula - 50g, Musztarda - 1g, Kapusta czerwona - 90g, Jabłko - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 40g, Papryka czerwona - 65g, Ogórek - 25g, Majonez domowy z olejem rzepakowym *(jaj) - 5g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 20g, Koper ogrodowy - 3g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mielonka (Luncheon meat) - 30g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2388,53 kCal
Witamina C	269,35 mg
Witamina B12	3,56 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	3,66 mg
Niacyna	22,02 mg
Witamina B2	2,44 mg
Witamina B1	2,03 mg
Witamina E	14,54 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,86 mg
Skrobia	213,03 mg
Sól	3865,85 mg
Mangan	6,08 mg
Miedź	1,86 mg
Cynk	13,09 mg
Żelazo	12,77 mg
Magnez	443,97 mg
Fosfor	1673,04 mg
Wapń	1152,22 mg
Potas	5782,62 mg
Sód	1517,21 mg
Błonnik pokarmowy	34,49 g
Cukry proste	48,65 g
Węglowodany	368,46 g
Cholesterol	184,85 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,87 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,31 g
Tłuszcze nienasycone	37,77 g
Tłuszcze nasycone	23,29 g
Tłuszcze	65,14 g
Białka	98,38 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.06.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	Kiwi
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki owsiane - 25g, Woda - 50ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 4g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Marchew - 100g, Ziemniaki, średnio - 500g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, Kasza manna *(glu) - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Fasola szparagowa - 120g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Schab w sosie własnym, pieczony - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Jabłko - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Kiwi - 70g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2167,62 kCal
Witamina C	223,95 mg
Witamina B12	3,32 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,24 mg
Niacyna	25,62 mg
Witamina B2	2,22 mg
Witamina B1	2,17 mg
Witamina E	15,05 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,40 mg
Skrobia	203,69 mg
Sól	3862,42 mg
Mangan	4,36 mg
Miedź	1,77 mg
Cynk	10,82 mg
Żelazo	13,19 mg
Magnez	412,21 mg
Fosfor	1658,29 mg
Wapń	957,71 mg
Potas	5817,59 mg
Sód	1543,48 mg
Błonnik pokarmowy	31,59 g
Cukry proste	29,01 g
Węglowodany	309,99 g
Cholesterol	133,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,89 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,85 g
Tłuszcze nienasycone	39,40 g
Tłuszcze nasycone	20,49 g
Tłuszcze	63,77 g
Białka	103,52 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.06.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	→	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Szczypiorek, twaróg z zieleniną	kisiel 300ml	zupa grysikowa 400ml, pulpet gotowany w sosie koperkowym, Kompot, surówka z czerwonej kapusty, Ziemniaki gotowane	kanapka z ogórkiem	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata, sałatka makaronowa I	serek wiejski lekki *(mle)
	↺	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 4g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Szczypiorek - 10g	Kisiel w proszku - 30g, Woda - 300ml	Pietruszka, liście - 3g, Kasza manna *(glu) - 15g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 120g, Pietruszka, korzeń - 25g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 5g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kapusta czerwona - 60g, Cebula - 30g, Jabłko - 50g, Musztarda - 1g, Olej rzepakowy - 2g	Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ogórek - 25g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Ogórek - 25g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 15g, Koper ogrodowy - 3g, Papryka czerwona - 65g, Makaron dwujajeczny z semoliny - 40g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x5)(5):
Kalorie	2376,50 kCal
Witamina C	255,49 mg
Witamina B12	4,05 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,32 mg
Niacyna	20,78 mg
Witamina B2	2,54 mg
Witamina B1	1,98 mg
Witamina E	13,65 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,09 mg
Skrobia	228,14 mg
Sól	3972,55 mg
Mangan	7,89 mg
Miedź	1,97 mg
Cynk	14,96 mg
Żelazo	14,78 mg
Magnez	460,95 mg
Fosfor	1856,96 mg
Wapń	1111,30 mg
Potas	5590,85 mg
Sód	1940,84 mg
Błonnik pokarmowy	38,19 g
Cukry proste	23,31 g
Węglowodany	361,23 g
Cholesterol	346,85 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,01 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,24 g
Tłuszcze nienasycone	32,36 g
Tłuszcze nasycone	24,37 g
Tłuszcze	62,59 g
Białka	110,97 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.06.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa grysikowa 400ml, pulpet gotowany w sosie koperkowym, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Kasza manna *(glu) - 15g, Ziemniaki, średnio - 450g, Marchew - 90g, Seler korzeniowy *(sel) - 80g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 3g, Olej rzepakowy - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem - 400g	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2331,12 kCal
Witamina C	162,36 mg
Witamina B12	5,11 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,14 mg
Niacyna	20,85 mg
Witamina B2	3,12 mg
Witamina B1	2,05 mg
Witamina E	11,42 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,34 mg
Skrobia	207,07 mg
Sól	5420,49 mg
Mangan	4,10 mg
Miedź	1,67 mg
Cynk	14,26 mg
Żelazo	13,80 mg
Magnez	438,47 mg
Fosfor	1948,12 mg
Wapń	2299,09 mg
Potas	5861,40 mg
Sód	2496,22 mg
Błonnik pokarmowy	29,28 g
Cukry proste	17,41 g
Węglowodany	320,09 g
Cholesterol	332,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,88 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,56 g
Tłuszcze nienasycone	34,32 g
Tłuszcze nasycone	25,04 g
Tłuszcze	64,89 g
Białka	130,61 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.06.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x3)(3):	→	zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Mielonka (Luncheon meat), Pomidor, Sałata	zupa grysikowa 400ml, pulpet gotowany w sosie koperkowym, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	Kiwi
	G	Pietruszka, liście - 4g, Olej rzepakowy - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, Ryż biały - 15g, Marchew - 30g, Woda - 250ml, Pietruszka, korzeń - 20g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mielonka (Luncheon meat) - 50g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 3g, Olej rzepakowy - 5g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 40g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Koper ogrodowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mr	Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 30g, Sałata - 10g	Kiwi - 75g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x3)(3):
Kalorie	2032,88 kCal
Witamina C	248,07 mg
Witamina B12	2,07 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	3,55 mg
Niacyna	26,70 mg
Witamina B2	1,64 mg
Witamina B1	1,95 mg
Witamina E	16,78 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,62 mg
Skrobia	222,28 mg
Sól	4407,66 mg
Mangan	3,78 mg
Miedź	1,95 mg
Cynk	11,82 mg
Żelazo	14,87 mg
Magnez	395,23 mg
Fosfor	1231,73 mg
Wapń	360,86 mg
Potas	6124,85 mg
Sód	1713,08 mg
Błonnik pokarmowy	31,97 g
Cukry proste	21,24 g
Węglowodany	300,29 g
Cholesterol	399,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,61 g
Tłuszcze jednonienasycone	28,24 g
Tłuszcze nienasycone	45,46 g
Tłuszcze nasycone	13,91 g
Tłuszcze	64,10 g
Białka	76,88 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.06.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	płatki owsiane na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, pulpet gotowany w sosie koperkowym, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	zupa warzywna	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel)	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 4g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Marchew - 60g, Ziemniaki, średnio - 500g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 3g, Kasza manna *(glu) - 25g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Koper ogrodowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Ziemniaki, średnio - 100g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2148,12 kCal
Witamina C	168,14 mg
Witamina B12	3,27 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,23 mg
Niacyna	21,77 mg
Witamina B2	2,21 mg
Witamina B1	1,93 mg
Witamina E	10,21 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,44 mg
Skrobia	219,48 mg
Sól	4123,87 mg
Mangan	4,48 mg
Miedź	1,72 mg
Cynk	11,72 mg
Żelazo	12,47 mg
Magnez	406,56 mg
Fosfor	1573,64 mg
Wapń	1062,36 mg
Potas	5551,29 mg
Sód	1977,88 mg
Błonnik pokarmowy	29,93 g
Cukry proste	15,55 g
Węglowodany	312,78 g
Cholesterol	150,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,19 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,10 g
Tłuszcze nienasycone	28,16 g
Tłuszcze nasycone	23,36 g
Tłuszcze	57,25 g
Białka	109,59 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	↪	Makaron na mleku 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	surówka z warzyw mieszanych, Kasza gryczana, gotowana, kisiel 300ml, Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Kabanosy dębowe, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Banan
	↻	Makaron bezjajeczny *(glu) - 35g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Kapusta biała - 90g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Cebula - 10g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 7g, Olej rzepakowy - 10g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 120g, Ziemniaki, średnio - 200g, Pietruszka, korzeń - 15g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Kalafior, mrożony - 30g, Kasza gryczana, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kabanosy dębowe - 100g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Banan - 180g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2275,51 kCal
Witamina C	148,52 mg
Witamina B12	2,35 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	2,60 mg
Niacyna	12,30 mg
Witamina B2	1,78 mg
Witamina B1	1,27 mg
Witamina E	12,38 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,85 mg
Skrobia	186,91 mg
Sól	7999,36 mg
Mangan	5,82 mg
Miedź	1,47 mg
Cynk	9,69 mg
Żelazo	10,95 mg
Magnez	453,33 mg
Fosfor	1346,77 mg
Wapń	976,73 mg
Potas	4480,02 mg
Sód	3198,14 mg
Błonnik pokarmowy	29,61 g
Cukry proste	27,71 g
Węglowodany	326,48 g
Cholesterol	64,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,92 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,55 g
Tłuszcze nienasycone	42,82 g
Tłuszcze nasycone	24,19 g
Tłuszcze	71,79 g
Białka	94,57 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	Makaron na mleku 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), marchewka gotowana, kisiel 300ml, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Woda - 100ml, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 50g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 120g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Marchew - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Olej rzepakowy - 10g, Pietruszka, korzeń - 15g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Koper ogrodowy - 2g, Kalafior, mrożony - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2064,81 kCal
Witamina C	148,73 mg
Witamina B12	2,80 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	3,14 mg
Niacyna	19,10 mg
Witamina B2	2,01 mg
Witamina B1	1,33 mg
Witamina E	13,26 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,77 mg
Skrobia	185,89 mg
Sól	5887,31 mg
Mangan	3,28 mg
Miedź	1,53 mg
Cynk	9,35 mg
Żelazo	10,83 mg
Magnez	369,58 mg
Fosfor	1430,12 mg
Wapń	925,03 mg
Potas	5423,32 mg
Sód	2209,09 mg
Błonnik pokarmowy	26,97 g
Cukry proste	13,94 g
Węglowodany	304,96 g
Cholesterol	203,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,71 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,75 g
Tłuszcze nienasycone	36,72 g
Tłuszcze nasycone	18,69 g
Tłuszcze	60,29 g
Białka	89,95 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	J	Makaron na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	kanapka z papryką	Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), surówka z warzyw mieszanych, kisiel 300ml, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Jabłko	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	kanapka z wędliną
	G	Woda - 100ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 30g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 50g	Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Sałata - 2g, Papryka czerwona - 25g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 150g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Kapusta biała - 60g, Marchew - 50g, Cebula - 10g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 7g, Olej rzepakowy - 10g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g	Jabłko - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 20g, Chleb żytni razowy *(glu) - 60g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2311,30 kCal
Witamina C	210,48 mg
Witamina B12	2,46 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	3,27 mg
Niacyna	20,60 mg
Witamina B2	1,96 mg
Witamina B1	1,52 mg
Witamina E	16,57 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,63 mg
Skrobia	219,40 mg
Sól	7233,51 mg
Mangan	8,04 mg
Miedź	1,83 mg
Cynk	13,49 mg
Żelazo	13,85 mg
Magnez	443,24 mg
Fosfor	1673,56 mg
Wapń	728,69 mg
Potas	5508,38 mg
Sód	2747,15 mg
Błonnik pokarmowy	38,54 g
Cukry proste	23,47 g
Węglowodany	353,57 g
Cholesterol	226,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,95 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,76 g
Tłuszcze nienasycone	39,97 g
Tłuszcze nasycone	18,70 g
Tłuszcze	64,27 g
Białka	98,60 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	J	zupa warzywna, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), marchewka gotowana, kisiel 300ml, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Banan
	G	Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 70g, Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 30g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 200g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 50g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 150g, Jaja kurze całe *(jaj) - 30g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Pietruszka, liście - 6g, Marchew - 210g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 15g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 40g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, korzeń - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Koper ogrodowy - 6g, Olej rzepakowy - 10g	Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 200g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Banan - 200g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2091,80 kCal
Witamina C	180,00 mg
Witamina B12	1,08 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,88 mg
Niacyna	22,45 mg
Witamina B2	1,47 mg
Witamina B1	1,28 mg
Witamina E	17,39 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,61 mg
Skrobia	191,19 mg
Sól	5442,17 mg
Mangan	4,25 mg
Miedź	1,82 mg
Cynk	9,07 mg
Żelazo	12,51 mg
Magnez	408,66 mg
Fosfor	1130,13 mg
Wapń	289,83 mg
Potas	6013,71 mg
Sód	2030,64 mg
Błonnik pokarmowy	32,37 g
Cukry proste	30,30 g
Węglowodany	322,20 g
Cholesterol	234,35 mg
Tłuszcze wielonienasycone	18,58 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,16 g
Tłuszcze nienasycone	44,00 g
Tłuszcze nasycone	11,17 g
Tłuszcze	60,53 g
Białka	80,70 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	Makaron na mleku 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), marchewka gotowana, kisiel 300ml, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem
	G	Woda - 100ml, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 50g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 150g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Marchew - 250g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 15g, Koper ogrodowy - 2g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g	Kasza manna *(glu) - 30g, Syrop truskawkowy - 30g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem - 400g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2405,01 kCal
Witamina C	141,35 mg
Witamina B12	5,14 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	3,52 mg
Niacyna	20,79 mg
Witamina B2	3,16 mg
Witamina B1	1,63 mg
Witamina E	10,76 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,83 mg
Skrobia	214,98 mg
Sól	6903,91 mg
Mangan	3,48 mg
Miedź	1,66 mg
Cynk	12,89 mg
Żelazo	11,99 mg
Magnez	466,08 mg
Fosfor	2062,87 mg
Wapń	2434,43 mg
Potas	6512,02 mg
Sód	2710,69 mg
Błonnik pokarmowy	29,27 g
Cukry proste	14,04 g
Węglowodany	369,43 g
Cholesterol	249,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,09 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,37 g
Tłuszcze nienasycone	30,28 g
Tłuszcze nasycone	21,21 g
Tłuszcze	56,67 g
Białka	119,19 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	→	Makaron na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), marchewka gotowana, kisiel 300ml, Ziemniaki, gotowane w wodzie, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)
	↺	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Woda - 100ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, szynka wyborna - 50g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 150g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Marchew - 220g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, Koper ogrodowy - 2g, Pietruszka, korzeń - 15g, Kalafior, mrożony - 50g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Pietruszka, liście - 6g, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 200g	Syrop truskawkowy - 30g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, Kasza manna *(glu) - 50g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2303,20 kCal
Witamina C	133,47 mg
Witamina B12	3,85 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	2,98 mg
Niacyna	18,47 mg
Witamina B2	2,40 mg
Witamina B1	1,37 mg
Witamina E	9,04 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,24 mg
Skrobia	221,49 mg
Sól	6108,14 mg
Mangan	3,36 mg
Miedź	1,52 mg
Cynk	10,38 mg
Żelazo	10,76 mg
Magnez	393,72 mg
Fosfor	1687,01 mg
Wapń	1142,31 mg
Potas	5274,52 mg
Sód	2297,33 mg
Błonnik pokarmowy	27,23 g
Cukry proste	10,35 g
Węglowodany	360,25 g
Cholesterol	275,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,34 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,76 g
Tłuszcze nienasycone	29,35 g
Tłuszcze nasycone	20,18 g
Tłuszcze	54,70 g
Białka	106,02 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.06.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	↪	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Szynka bankietowa *(soj)	schab duszony w sosie własnym, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane, Zupa z młodej kapusty z koperkiem	Krakowska parzona, marmolada wieloowocowa, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	↻	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Marchew - 50g, Szynka bankietowa - 1g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 5g, Mąka pszenna, typ 550 - 10g, Woda - 350ml, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 500g, Kapusta biała - 80g, Marchew - 40g, Pietruszka, korzeń - 20g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Koper ogrodowy - 10g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Krakowska parzona - 40g, marmolada wieloowocowa - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2179,75 kCal
Witamina C	182,20 mg
Witamina B12	3,73 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	3,37 mg
Niacyna	26,08 mg
Witamina B2	2,36 mg
Witamina B1	2,25 mg
Witamina E	12,01 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,15 mg
Skrobia	176,02 mg
Sól	5403,80 mg
Mangan	4,64 mg
Miedź	1,55 mg
Cynk	11,50 mg
Żelazo	12,91 mg
Magnez	406,35 mg
Fosfor	1746,80 mg
Wapń	975,30 mg
Potas	5389,35 mg
Sód	2159,80 mg
Błonnik pokarmowy	32,21 g
Cukry proste	36,60 g
Węglowodany	307,79 g
Cholesterol	135,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,26 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,69 g
Tłuszcze nienasycone	34,19 g
Tłuszcze nasycone	22,96 g
Tłuszcze	62,49 g
Białka	115,24 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.06.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Woda - 50ml, polędwica miodowa Ł - 50g, Chleb wiejski - 75g, Jabłko - 150g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	mieszanka warzywna - 30g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 8g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ryż biały - 30g, Bułka tarta *(glu) - 5g, Wieprzowina, łopatką - 110g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2035,37 kCal
Witamina C	220,03 mg
Witamina B12	3,34 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,00 mg
Niacyna	22,41 mg
Witamina B2	2,11 mg
Witamina B1	1,90 mg
Witamina E	12,28 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,65 mg
Skrobia	197,23 mg
Sól	5145,24 mg
Mangan	3,81 mg
Miedź	1,53 mg
Cynk	11,16 mg
Żelazo	12,33 mg
Magnez	382,42 mg
Fosfor	1497,07 mg
Wapń	1001,59 mg
Potas	5558,00 mg
Sód	1696,37 mg
Błonnik pokarmowy	29,77 g
Cukry proste	24,81 g
Węglowodany	302,64 g
Cholesterol	140,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,09 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,81 g
Tłuszcze nienasycone	31,36 g
Tłuszcze nasycone	21,80 g
Tłuszcze	57,57 g
Białka	90,22 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.06.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	→	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Jabłko	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	kanapka z ogórkiem	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Marchew - 50g, polędwica miodowa Ł - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Jabłko - 120g	Marchew - 40g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, mieszanka warzywna - 25g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, łopatka - 110g, Ryż biały - 15g, Bułka tarta *(glu) - 20g	Ogórek - 20g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Sałata - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x5)(5):
Kalorie	2254,57 kCal
Witamina C	243,76 mg
Witamina B12	4,45 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	3,25 mg
Niacyna	22,00 mg
Witamina B2	2,36 mg
Witamina B1	1,96 mg
Witamina E	13,77 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,47 mg
Skrobia	209,51 mg
Sól	6236,05 mg
Mangan	7,10 mg
Miedź	1,78 mg
Cynk	14,03 mg
Żelazo	14,55 mg
Magnez	462,03 mg
Fosfor	1792,47 mg
Wapń	1155,48 mg
Potas	5833,68 mg
Sód	2132,58 mg
Błonnik pokarmowy	39,10 g
Cukry proste	22,72 g
Węglowodany	335,71 g
Cholesterol	155,95 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,14 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,29 g
Tłuszcze nienasycone	35,89 g
Tłuszcze nasycone	24,80 g
Tłuszcze	65,54 g
Białka	99,08 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.06.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x3)(3):	J	połudwica miodowa regionalna *(soj), zupa warzywna, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Mus owocowy Marakuja Cytryna Tymbark
	G	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 70g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, połędwica miodowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	mieszanka warzywna - 30g, Marchew - 20g, Pietruszka, liście - 6g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Pietruszka, korzeń - 15g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, łopatka - 110g, Ryż biały - 25g, Bułka tarta *(glu) - 15g, Bułka czerstwa *(glu) - 15g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 20g	szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Banan - 30g, Jabłko - 164g, Cytryna - 6g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x3)(3):
Kalorie	2015,07 kCal
Witamina C	255,26 mg
Witamina B12	0,77 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,53 mg
Niacyna	27,08 mg
Witamina B2	1,21 mg
Witamina B1	1,92 mg
Witamina E	15,68 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,24 mg
Skrobia	225,74 mg
Sól	4761,07 mg
Mangan	4,32 mg
Miedź	1,80 mg
Cynk	10,06 mg
Żelazo	13,27 mg
Magnez	387,93 mg
Fosfor	1049,40 mg
Wapń	265,90 mg
Potas	6227,61 mg
Sód	1830,60 mg
Błonnik pokarmowy	34,14 g
Cukry proste	32,82 g
Węglowodany	325,79 g
Cholesterol	67,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,92 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,92 g
Tłuszcze nienasycone	36,33 g
Tłuszcze nasycone	11,66 g
Tłuszcze	52,19 g
Białka	75,77 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.06.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem	marmolada wieloowocowa, szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Kajzerki, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, polędwica miodowa Ł - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kajzerki - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	mieszanka warzywna - 35g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 450ml, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, łopatka - 110g, Ryż biały - 15g, Bułka tarta *(glu) - 15g	Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem - 375g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, marmolada wieloowocowa - 40g, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 50g, Kajzerki - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2390,55 kCal
Witamina C	200,22 mg
Witamina B12	5,20 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,22 mg
Niacyna	22,88 mg
Witamina B2	2,62 mg
Witamina B1	2,01 mg
Witamina E	12,17 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,17 mg
Skrobia	219,66 mg
Sól	6458,40 mg
Mangan	3,68 mg
Miedź	1,59 mg
Cynk	12,30 mg
Żelazo	12,81 mg
Magnez	429,80 mg
Fosfor	1815,20 mg
Wapń	2116,00 mg
Potas	6010,70 mg
Sód	2221,45 mg
Błonnik pokarmowy	30,69 g
Cukry proste	37,44 g
Węglowodany	357,20 g
Cholesterol	167,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,02 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,18 g
Tłuszcze nienasycone	35,68 g
Tłuszcze nasycone	26,39 g
Tłuszcze	66,69 g
Białka	107,33 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.06.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	płatki jęczmienne na mleku 300ml, polędwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	zupa jarzynowa 400ml, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zraz mięsno-ryżowy w sosie	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Woda - 50ml, polędwica miodowa Ł - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	mieszanka warzywna - 40g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Marchew - 70g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Brokuły, mrożone - 180g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Bułka tarta *(glu) - 15g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Wieprzowina, łopatka - 110g, Ryż biały - 25g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2140,67 kCal
Witamina C	217,09 mg
Witamina B12	3,85 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	3,09 mg
Niacyna	21,93 mg
Witamina B2	2,37 mg
Witamina B1	1,91 mg
Witamina E	10,93 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,92 mg
Skrobia	196,69 mg
Sól	5889,29 mg
Mangan	3,97 mg
Miedź	1,47 mg
Cynk	11,56 mg
Żelazo	12,05 mg
Magnez	410,42 mg
Fosfor	1664,87 mg
Wapń	1212,39 mg
Potas	5650,65 mg
Sód	1849,72 mg
Błonnik pokarmowy	29,78 g
Cukry proste	13,34 g
Węglowodany	315,76 g
Cholesterol	146,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,06 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,23 g
Tłuszcze nienasycone	32,44 g
Tłuszcze nasycone	22,66 g
Tłuszcze	59,37 g
Białka	98,74 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Pomidor, Sałata, Ser, edamski tłusty	zupa zaciekowa z fasolą, buraczki duszone, gołąbek w sosie, Kompot, Ziemniaki gotowane	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Ryż biały - 25g, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 200g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser, edamski tłusty - 40g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Fasola biała, nasiona suche - 20g, Pietruszka, liście - 7g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Burak - 120g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Kapusta biała - 200g, Ryż biały - 30g, Koper ogrodowy - 3g, Mintaj, świeży - 90g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 5g	serek wiejski z truskawkami *(mle) - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2346,72 kCal
Witamina C	252,00 mg
Witamina B12	6,20 µg
Foliany	0,62 mg
Witamina B6	2,88 mg
Niacyna	17,09 mg
Witamina B2	2,08 mg
Witamina B1	1,50 mg
Witamina E	14,87 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,50 mg
Skrobia	220,33 mg
Sól	5364,51 mg
Mangan	5,84 mg
Miedź	1,81 mg
Cynk	12,48 mg
Żelazo	15,22 mg
Magnez	449,55 mg
Fosfor	1864,26 mg
Wapń	1420,90 mg
Potas	5880,62 mg
Sód	2083,61 mg
Błonnik pokarmowy	34,93 g
Cukry proste	36,12 g
Węglowodany	362,58 g
Cholesterol	385,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,28 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,21 g
Tłuszcze nienasycone	34,88 g
Tłuszcze nasycone	25,40 g
Tłuszcze	64,30 g
Białka	105,96 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa zacierkowa, Kompot, potrawka rybna *(ryb), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Banan, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	Napój mleczny jogurtowy
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 17g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 40g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, miruna ryba - 90g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 45g, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Banan - 200g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 30g, Sałata - 10g	Napój mleczny jogurtowy - 250g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2394,79 kCal
Witamina C	194,26 mg
Witamina B12	4,32 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,74 mg
Niacyna	18,38 mg
Witamina B2	2,83 mg
Witamina B1	1,44 mg
Witamina E	12,05 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,09 mg
Skrobia	203,89 mg
Sól	3950,67 mg
Mangan	4,29 mg
Miedź	1,80 mg
Cynk	10,73 mg
Żelazo	13,01 mg
Magnez	458,66 mg
Fosfor	1833,15 mg
Wapń	1277,94 mg
Potas	6634,07 mg
Sód	1630,17 mg
Błonnik pokarmowy	35,17 g
Cukry proste	35,44 g
Węglowodany	386,55 g
Cholesterol	322,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,32 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,85 g
Tłuszcze nienasycone	28,80 g
Tłuszcze nasycone	21,24 g
Tłuszcze	54,24 g
Białka	102,95 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Jabłko	zupa zacierkowa, gołąbek w sosie, Kompot, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Ryż biały - 25g, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Jabłko - 120g	Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 7g, Koper ogrodowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 40g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Mintaj, świeży - 90g, Ryż biały - 30g, Kapusta biała - 200g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	kiełbasa szynkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 2g, Sałata - 2g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x5)(5):
Kalorie	2381,59 kCal
Witamina C	252,09 mg
Witamina B12	7,70 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	3,10 mg
Niacyna	17,22 mg
Witamina B2	3,10 mg
Witamina B1	1,62 mg
Witamina E	15,51 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,93 mg
Skrobia	227,18 mg
Sól	4805,72 mg
Mangan	7,06 mg
Miedź	1,80 mg
Cynk	15,50 mg
Żelazo	14,95 mg
Magnez	496,58 mg
Fosfor	2255,16 mg
Wapń	1418,12 mg
Potas	6358,83 mg
Sód	1920,03 mg
Błonnik pokarmowy	42,17 g
Cukry proste	31,81 g
Węglowodany	366,57 g
Cholesterol	542,52 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,93 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,86 g
Tłuszcze nienasycone	31,94 g
Tłuszcze nasycone	22,36 g
Tłuszcze	59,05 g
Białka	112,97 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	~	polędwica z majerankiem, zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	zupa zacierkowa, Kompot, potrawka rybna *(ryb), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)
	G	Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 10g, Ryż biały - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, Olej rzepakowy - 10g, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Olej rzepakowy - 10g, Marchew - 60g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 17g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 40g, Jaja kurze całe *(jaj) - 25g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, miruna ryba - 90g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 45g, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Chleb wiejski - 100g, Jaja gotowane - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 30g, Sałata - 10g	Chleb wiejski *(glu) - 25g, kielbasa szynkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Sałata - 10g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2081,24 kCal
Witamina C	237,06 mg
Witamina B12	1,04 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	3,16 mg
Niacyna	22,15 mg
Witamina B2	1,28 mg
Witamina B1	1,36 mg
Witamina E	18,47 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,31 mg
Skrobia	240,31 mg
Sól	5071,97 mg
Mangan	4,09 mg
Miedź	1,87 mg
Cynk	8,66 mg
Żelazo	14,90 mg
Magnez	382,31 mg
Fosfor	1139,40 mg
Wapń	334,29 mg
Potas	6024,62 mg
Sód	2079,27 mg
Błonnik pokarmowy	35,79 g
Cukry proste	23,34 g
Węglowodany	319,69 g
Cholesterol	270,25 mg
Tłuszcze wielonienasycone	17,17 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,31 g
Tłuszcze nienasycone	50,18 g
Tłuszcze nasycone	11,89 g
Tłuszcze	66,01 g
Białka	80,12 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	h	zupa mleczna z ryżem 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata, Ser twarogowy chudy	zupa zacierkowa, Kompot, potrawka rybna *(ryb), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Pomidor, Sałata	Napój mleczny jogurtowy
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 5g, Ser twarogowy chudy - 70g	Olej rzepakowy - 10g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 17g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 25g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, miruna ryba - 90g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 25g, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Napój mleczny jogurtowy - 250g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2351,14 kCal
Witamina C	203,28 mg
Witamina B12	5,10 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	3,04 mg
Niacyna	17,10 mg
Witamina B2	2,95 mg
Witamina B1	1,38 mg
Witamina E	13,86 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,76 mg
Skrobia	192,23 mg
Sól	4499,12 mg
Mangan	3,22 mg
Miedź	1,64 mg
Cynk	10,83 mg
Żelazo	12,55 mg
Magnez	399,71 mg
Fosfor	1930,95 mg
Wapń	1452,49 mg
Potas	6021,17 mg
Sód	1849,42 mg
Błonnik pokarmowy	30,10 g
Cukry proste	18,71 g
Węglowodany	341,08 g
Cholesterol	356,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,25 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,74 g
Tłuszcze nienasycone	37,89 g
Tłuszcze nasycone	22,66 g
Tłuszcze	65,08 g
Białka	110,09 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa zacierkowa, Kompot, potrawka rybna *(ryb), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel)	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Ryż biały - 25g, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 17g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Koncentrat pomidorowy, 30% - 45g, miruna ryba - 90g, mieszanka warzywna - 180g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 100g, Jaja gotowane - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g	serek wiejski z truskawkami *(mle) - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2233,74 kCal
Witamina C	177,27 mg
Witamina B12	3,75 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	2,80 mg
Niacyna	16,93 mg
Witamina B2	2,37 mg
Witamina B1	1,32 mg
Witamina E	10,66 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,99 mg
Skrobia	208,36 mg
Sól	5490,02 mg
Mangan	3,67 mg
Miedź	1,55 mg
Cynk	9,96 mg
Żelazo	12,30 mg
Magnez	370,26 mg
Fosfor	1646,60 mg
Wapń	1193,89 mg
Potas	5395,02 mg
Sód	2186,67 mg
Błonnik pokarmowy	33,59 g
Cukry proste	37,20 g
Węglowodany	329,52 g
Cholesterol	313,65 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,27 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,11 g
Tłuszcze nienasycone	28,50 g
Tłuszcze nasycone	23,06 g
Tłuszcze	55,16 g
Białka	115,02 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.06.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Kielbasa podwawelska, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata, Ser topiony, edamski	zupa brokułowa 400ml, Wątróbka duszona, Kompot, surówka z młodej kapusty *(gor, sel), Ziemniaki gotowane	kielbasa żywiecka, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata, twaróg z zieleniną	Kiwi
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Kielbasa podwawelska - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g, Ser topiony, edamski - 17g	Brokuły, mrożone - 35g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 80g, Woda - 500ml, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Koper ogrodowy - 4g, Wątroba wieprzowa - 120g, Cebula - 45g, Olej rzepakowy - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kapusta biała - 90g, Kukurydza, konserwowa - 20g, ocet - 1g, Cukier - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 40g, Koper ogrodowy - 4g, kielbasa żywiecka - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 5g	Kiwi - 80g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2073,92 kCal
Witamina C	306,87 mg
Witamina B12	32,36 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	3,63 mg
Niacyna	37,05 mg
Witamina B2	5,32 mg
Witamina B1	1,54 mg
Witamina E	14,24 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	17,62 mg
Skrobia	188,64 mg
Sól	5120,81 mg
Mangan	4,83 mg
Miedź	2,25 mg
Cynk	15,46 mg
Żelazo	31,10 mg
Magnez	382,34 mg
Fosfor	1788,74 mg
Wapń	859,43 mg
Potas	5355,79 mg
Sód	2046,45 mg
Błonnik pokarmowy	31,89 g
Cukry proste	22,76 g
Węglowodany	287,11 g
Cholesterol	534,59 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,71 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,34 g
Tłuszcze nienasycone	40,91 g
Tłuszcze nasycone	22,62 g
Tłuszcze	67,35 g
Białka	95,38 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.06.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	Kasza manna na mleku, szynka z kotła, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa brokułowa 400ml, gulasz z podrobów wieprzowych, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Skyr owocowy *(mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Marchew - 50g, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Brokuły, mrożone - 35g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 100g, Woda - 600ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Koper ogrodowy - 2g, ozory wieprzowe - 120g, Pietruszka, liście - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 30g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	skyr owocowy *(mle) - 1g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2022,89 kCal
Witamina C	211,11 mg
Witamina B12	2,15 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	2,63 mg
Niacyna	15,43 mg
Witamina B2	1,67 mg
Witamina B1	1,25 mg
Witamina E	10,48 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,14 mg
Skrobia	185,14 mg
Sól	5447,77 mg
Mangan	3,25 mg
Miedź	1,38 mg
Cynk	7,15 mg
Żelazo	13,79 mg
Magnez	341,51 mg
Fosfor	1132,10 mg
Wapń	937,44 mg
Potas	5101,52 mg
Sód	2309,67 mg
Błonnik pokarmowy	27,48 g
Cukry proste	21,23 g
Węglowodany	271,45 g
Cholesterol	192,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,92 g
Tłuszcze jednonienasycone	12,27 g
Tłuszcze nienasycone	23,09 g
Tłuszcze nasycone	23,99 g
Tłuszcze	63,40 g
Białka	104,09 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.06.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	szynka z kotła, zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	zupa brokułowa 400ml, gulasz z podrobów wieprzowych, Kompot, surówka z młodej kapusty *(gor, sel), Ziemniaki gotowane	kanapka z serem żółtym	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta mięsno-jarzynowa, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj)	Jabłko
	↺	Woda - 250ml, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 100g, Ryż biały - 15g, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Ziemniaki, średnio - 540g, Marchew - 80g, Woda - 600ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Koper ogrodowy - 4g, Brokuły, mrożone - 35g, ozory wieprzowe - 120g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, liście - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kapusta biała - 90g, Olej rzepakowy - 5g, Cebula - 15g, Kukurydza, konserwowa - 20g, ocet - 1g, Cukier - 2g, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 1g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ser, edamski tłusty - 15g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Noga (udo) kurczaka - 60g, mieszanka warzywna - 20g, Schab Wiśniowy *(soj) - 30g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2305,33 kCal
Witamina C	307,77 mg
Witamina B12	2,11 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	3,60 mg
Niacyna	20,27 mg
Witamina B2	1,80 mg
Witamina B1	1,47 mg
Witamina E	16,98 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,99 mg
Skrobia	206,44 mg
Sól	7116,90 mg
Mangan	7,21 mg
Miedź	1,90 mg
Cynk	11,74 mg
Żelazo	17,75 mg
Magnez	472,37 mg
Fosfor	1557,84 mg
Wapń	948,79 mg
Potas	6536,52 mg
Sód	2976,33 mg
Błonnik pokarmowy	44,90 g
Cukry proste	31,32 g
Węglowodany	332,25 g
Cholesterol	220,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,47 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,71 g
Tłuszcze nienasycone	33,12 g
Tłuszcze nasycone	22,92 g
Tłuszcze	73,71 g
Białka	98,21 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.06.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	J	szynka z kotła, zupa warzywna, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa brokułowa 400ml, schab duszony w sosie własnym, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, schab wiśniowy *(soj)	Banan
	G	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 70g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Pietruszka, korzeń - 15g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Koper ogrodowy - 2g, Brokuły, mrożone - 35g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 20g, Woda - 500ml, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 140g, Olej rzepakowy - 10g, Kalafior, mrożony - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Schab Wiśniowy *(soj) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Banan - 200g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2033,59 kCal
Witamina C	246,89 mg
Witamina B12	0,98 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	4,34 mg
Niacyna	32,63 mg
Witamina B2	1,25 mg
Witamina B1	2,40 mg
Witamina E	17,39 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,96 mg
Skrobia	210,83 mg
Sól	5430,82 mg
Mangan	4,37 mg
Miedź	1,79 mg
Cynk	8,25 mg
Żelazo	12,71 mg
Magnez	425,16 mg
Fosfor	1099,65 mg
Wapń	238,94 mg
Potas	6495,02 mg
Sód	2169,87 mg
Błonnik pokarmowy	31,47 g
Cukry proste	31,20 g
Węglowodany	311,06 g
Cholesterol	59,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,57 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,72 g
Tłuszcze nienasycone	42,19 g
Tłuszcze nasycone	10,60 g
Tłuszcze	56,55 g
Białka	85,89 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.06.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	Kasza manna na mleku, szynka z kotła, surówka z marchewki tartej, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa brokułowa 400ml, gulasz z podrobów wieprzowych, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Skyr owocowy *(mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Marchew - 50g, szynka z kotła - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Brokuły, mrożone - 35g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 120g, Woda - 600ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, ozory wieprzowe - 120g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Pietruszka, liście - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Schab Wiśniowy *(soj) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	skyr owocowy *(mle) - 1g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2189,69 kCal
Witamina C	194,53 mg
Witamina B12	3,32 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	2,85 mg
Niacyna	15,49 mg
Witamina B2	2,38 mg
Witamina B1	1,39 mg
Witamina E	8,71 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,35 mg
Skrobia	192,26 mg
Sól	6970,47 mg
Mangan	3,34 mg
Miedź	1,40 mg
Cynk	9,37 mg
Żelazo	14,46 mg
Magnez	402,11 mg
Fosfor	1492,15 mg
Wapń	1395,09 mg
Potas	5691,92 mg
Sód	2918,67 mg
Błonnik pokarmowy	30,20 g
Cukry proste	19,81 g
Węglowodany	300,34 g
Cholesterol	198,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,88 g
Tłuszcze jednonienasycone	11,29 g
Tłuszcze nienasycone	21,07 g
Tłuszcze nasycone	23,96 g
Tłuszcze	61,55 g
Białka	122,27 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.06.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	Kasza manna na mleku, szynka z kotła, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	zupa brokułowa 400ml, gulasz z podrobów wieprzowych, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Skyr owocowy *(mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Brokuły, mrożone - 35g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 100g, Pietruszka, korzeń - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Koper ogrodowy - 2g, Woda - 600ml, ozory wieprzowe - 120g, Pietruszka, liście - 2g, Kalafior, mrożony - 180g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	skyr owocowy *(mle) - 1g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2164,94 kCal
Witamina C	209,91 mg
Witamina B12	3,32 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	2,65 mg
Niacyna	15,18 mg
Witamina B2	2,31 mg
Witamina B1	1,39 mg
Witamina E	8,16 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,15 mg
Skrobia	193,57 mg
Sól	6650,37 mg
Mangan	3,32 mg
Miedź	1,32 mg
Cynk	8,97 mg
Żelazo	14,08 mg
Magnez	386,81 mg
Fosfor	1438,85 mg
Wapń	1345,24 mg
Potas	5379,42 mg
Sód	2790,62 mg
Błonnik pokarmowy	26,28 g
Cukry proste	18,11 g
Węglowodany	293,64 g
Cholesterol	198,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	8,76 g
Tłuszcze jednonienasycone	11,23 g
Tłuszcze nienasycone	20,89 g
Tłuszcze nasycone	23,94 g
Tłuszcze	61,22 g
Białka	121,49 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.06.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	surówka z marchwi i jabłka, Barszcz czerwony czysty 400ml, Kompot, kotlet pożarski *(glu, jaj, mle), Ryż biały, gotowany	połudwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Marchew - 170g, Jabłko - 30g, jogurt typ grecki *(mle) - 10ml, ocet - 2g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Ziemniaki, średnio - 200g, Koper ogrodowy - 2g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 1g, Boćwina - 40g, Burak - 80g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 120g, Bułka tarta *(glu) - 20g, Olej rzepakowy - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 20g, Ryż biały, gotowany - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, połędwica miodowa Ł - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2182,22 kCal
Witamina C	118,38 mg
Witamina B12	3,66 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	2,35 mg
Niacyna	15,13 mg
Witamina B2	2,42 mg
Witamina B1	1,12 mg
Witamina E	12,50 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,72 mg
Skrobia	177,73 mg
Sól	5699,09 mg
Mangan	4,97 mg
Miedź	1,59 mg
Cynk	11,92 mg
Żelazo	12,93 mg
Magnez	355,82 mg
Fosfor	1665,61 mg
Wapń	999,86 mg
Potas	4600,62 mg
Sód	1822,59 mg
Błonnik pokarmowy	30,40 g
Cukry proste	16,96 g
Węglowodany	303,82 g
Cholesterol	224,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,74 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,87 g
Tłuszcze nienasycone	38,81 g
Tłuszcze nasycone	22,95 g
Tłuszcze	65,91 g
Białka	108,58 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.06.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	↵	polędwica z majerankiem, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kurczak w sosie, ryż gotowany, marchewka gotowana, Barszcz czerwony czysty 400ml, Kompot	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Banan
	↻	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Noga (udo) kurczaka - 220g, Marchew - 200g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 3g, Ryż biały - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, ocet - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Ziemniaki, średnio - 150g, Koper ogrodowy - 2g, Woda - 450ml, Boćwina - 40g, Burak - 80g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Banan - 160g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2395,30 kCal
Witamina C	144,39 mg
Witamina B12	3,57 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	3,19 mg
Niacyna	18,71 mg
Witamina B2	2,42 mg
Witamina B1	1,27 mg
Witamina E	11,89 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,25 mg
Skrobia	226,47 mg
Sól	5430,30 mg
Mangan	5,16 mg
Miedź	1,82 mg
Cynk	12,79 mg
Żelazo	13,50 mg
Magnez	409,60 mg
Fosfor	1706,39 mg
Wapń	1095,02 mg
Potas	5389,17 mg
Sód	2170,61 mg
Błonnik pokarmowy	31,41 g
Cukry proste	26,92 g
Węglowodany	363,38 g
Cholesterol	295,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,58 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,69 g
Tłuszcze nienasycone	43,15 g
Tłuszcze nasycone	23,27 g
Tłuszcze	71,91 g
Białka	104,71 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.06.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	J	polędwica z majerankiem, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata	kanapka z pomidorem	kurczak w sosie, Barszcz czerwony czysty 400ml, kalafior gotowany, Kompot, Ryż biały, gotowany	Jabłko	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, Sałata - 5g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Noga (udo) kurczaka - 220g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 3g, ocet - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Ziemniaki, średnio - 200g, Koper ogrodowy - 2g, Woda - 500ml, Boćwina - 40g, Burak - 80g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ryż biały, gotowany - 150g	Jabłko - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2162,80 kCal
Witamina C	235,10 mg
Witamina B12	3,20 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	2,77 mg
Niacyna	17,86 mg
Witamina B2	2,21 mg
Witamina B1	1,27 mg
Witamina E	12,57 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,41 mg
Skrobia	173,55 mg
Sól	6099,30 mg
Mangan	7,12 mg
Miedź	1,71 mg
Cynk	13,51 mg
Żelazo	15,36 mg
Magnez	401,60 mg
Fosfor	1669,09 mg
Wapń	1034,32 mg
Potas	4962,57 mg
Sód	2522,01 mg
Błonnik pokarmowy	38,34 g
Cukry proste	29,55 g
Węglowodany	296,03 g
Cholesterol	322,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,14 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,59 g
Tłuszcze nienasycone	44,03 g
Tłuszcze nasycone	22,39 g
Tłuszcze	72,22 g
Białka	116,33 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.06.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	↪	polędwica z majerankiem, zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kurczak w sosie, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), Kompot, Ryż biały, gotowany	szynka biała *(gor, glu), Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	Banan
	↻	Olej rzepakowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 200g, Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Noga (udo) kurczaka - 220g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Marchew - 200g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Olej rzepakowy - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Boćwina - 40g, Burak - 80g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Ryż biały, gotowany - 150g	szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	Banan - 200g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2132,11 kCal
Witamina C	187,27 mg
Witamina B12	0,88 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	3,73 mg
Niacyna	23,61 mg
Witamina B2	1,46 mg
Witamina B1	1,24 mg
Witamina E	16,02 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,57 mg
Skrobia	195,94 mg
Sól	4912,47 mg
Mangan	5,03 mg
Miedź	2,05 mg
Cynk	10,39 mg
Żelazo	14,59 mg
Magnez	434,06 mg
Fosfor	1215,11 mg
Wapń	362,32 mg
Potas	6153,35 mg
Sód	1963,11 mg
Błonnik pokarmowy	35,87 g
Cukry proste	32,42 g
Węglowodany	333,04 g
Cholesterol	185,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,83 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,78 g
Tłuszcze nienasycone	40,61 g
Tłuszcze nasycone	12,98 g
Tłuszcze	67,47 g
Białka	81,40 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.06.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	polędwica z majerankiem, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	kurczak w sosie, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), Kompot, Ryż biały, gotowany	budyń *(mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica z majerankiem - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 5g	Noga (udo) kurczaka - 220g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Boćwina - 40g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Ryż biały, gotowany - 150g	Budyń w proszku - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 100ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2354,08 kCal
Witamina C	134,69 mg
Witamina B12	4,08 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	2,69 mg
Niacyna	18,32 mg
Witamina B2	2,43 mg
Witamina B1	1,24 mg
Witamina E	12,02 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,74 mg
Skrobia	189,01 mg
Sól	6127,96 mg
Mangan	3,69 mg
Miedź	1,64 mg
Cynk	12,03 mg
Żelazo	14,38 mg
Magnez	368,03 mg
Fosfor	1670,58 mg
Wapń	1193,71 mg
Potas	5007,05 mg
Sód	2533,88 mg
Błonnik pokarmowy	26,87 g
Cukry proste	19,92 g
Węglowodany	319,90 g
Cholesterol	479,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,01 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,04 g
Tłuszcze nienasycone	46,35 g
Tłuszcze nasycone	25,35 g
Tłuszcze	77,88 g
Białka	123,34 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.06.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	polędwica z majerankiem, Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	kurczak w sosie, marchewka gotowana, barszcz czerwony *(glu, sel, mle), Kompot, Ryż biały, gotowany	budyń *(mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	SKYR naturalny *(mle)
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Noga (udo) kurczaka - 220g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Marchew - 280g, Pietruszka, korzeń - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Boćwina - 40g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Ryż biały, gotowany - 150g	Budyń w proszku - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 100ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2135,93 kCal
Witamina C	110,61 mg
Witamina B12	3,44 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	2,56 mg
Niacyna	17,45 mg
Witamina B2	2,16 mg
Witamina B1	1,17 mg
Witamina E	9,71 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	5,42 mg
Skrobia	182,17 mg
Sól	5731,16 mg
Mangan	3,69 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	10,90 mg
Żelazo	12,58 mg
Magnez	357,93 mg
Fosfor	1545,58 mg
Wapń	1172,21 mg
Potas	4760,05 mg
Sód	2375,43 mg
Błonnik pokarmowy	29,36 g
Cukry proste	18,80 g
Węglowodany	292,49 g
Cholesterol	299,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,19 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,75 g
Tłuszcze nienasycone	41,24 g
Tłuszcze nasycone	23,11 g
Tłuszcze	69,57 g
Białka	115,12 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.06.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	J	Krakowska parzona, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, fasolka po bretońsku, Chleb wiejski *(glu), Kompot	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, pasta z ryby 40g *(gor, ryb, jaj, mle, siar), Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Krakowska parzona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	mieszanek warzywna - 25g, Marchew - 60g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Ziemniaki, średnio - 290g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Fasola biała, nasiona suche - 60g, Kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Wieprzowina, łopatka - 50g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Cebula - 20g, Mieszanek owocowa, mrożona - 50g, Chleb wiejski - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, jogurt typ grecki *(mle) - 20ml, Makrela, wędzona *(ryb) - 25g, Cebula - 10g, Jaja gotowane *(jaj) - 30g, szynka biała - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko, siar - Siarka i dwutlenek siarki

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2102,07 kCal
Witamina C	144,82 mg
Witamina B12	6,97 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	2,74 mg
Niacyna	19,17 mg
Witamina B2	2,35 mg
Witamina B1	1,83 mg
Witamina E	9,00 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,81 mg
Skrobia	188,31 mg
Sól	6648,69 mg
Mangan	5,43 mg
Miedź	1,72 mg
Cynk	13,11 mg
Żelazo	15,60 mg
Magnez	460,97 mg
Fosfor	1806,32 mg
Wapń	1209,89 mg
Potas	4987,15 mg
Sód	2658,14 mg
Błonnik pokarmowy	35,40 g
Cukry proste	13,32 g
Węglowodany	296,57 g
Cholesterol	258,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,59 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,94 g
Tłuszcze nienasycone	34,12 g
Tłuszcze nasycone	25,87 g
Tłuszcze	64,36 g
Białka	101,46 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.06.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	szynka z kotła, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Miód), Sałata	zupa jarzynowa 400ml, kluski śląskie ze szpinakiem, surówka z marchewki tartej, Kompot	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Banan
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 35g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, szynka z kotła - 40g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	mieszanek warzywna - 25g, Marchew - 170g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Ziemniaki, średnio - 600g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Szpinak, mrożony - 45g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 15g, Skrobia ziemniaczana - 35g, Białko jaja kurzego - 100g, Olej rzepakowy - 10g, Mieszanek owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Banan - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2292,32 kCal
Witamina C	179,42 mg
Witamina B12	2,13 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,54 mg
Niacyna	17,90 mg
Witamina B2	2,18 mg
Witamina B1	1,32 mg
Witamina E	13,36 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,78 mg
Skrobia	239,77 mg
Sól	6431,49 mg
Mangan	4,06 mg
Miedź	1,74 mg
Cynk	8,35 mg
Żelazo	12,77 mg
Magnez	442,07 mg
Fosfor	1281,72 mg
Wapń	856,49 mg
Potas	5975,00 mg
Sód	2570,72 mg
Błonnik pokarmowy	33,69 g
Cukry proste	27,49 g
Węglowodany	381,54 g
Cholesterol	70,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,63 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,32 g
Tłuszcze nienasycone	41,87 g
Tłuszcze nasycone	19,67 g
Tłuszcze	64,97 g
Białka	77,00 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.06.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	szynka z kotła, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kanapka z ogórkiem	zupa jarzynowa 400ml, fasolka po bretońsku, Chleb żytni razowy *(glu), Kompot	Jabłko	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, pasta z ryby 40g *(gor, ryb, jaj, mle, siar), Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	↺	Płatki jęczmienne *(glu) - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, szynka z kotła - 40g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Ogórek - 25g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Sałata - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 3g	mieszaneczka warzywna - 25g, Marchew - 65g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Ziemniaki, średnio - 200g, Woda - 500ml, Fasola biała, nasiona suche - 80g, Kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Wieprzowina, łopatka - 60g, Cebula - 20g, Olej rzepakowy - 10g, Mieszaneczka owocowa, mrożona - 50g, Chleb żytni razowy - 60g	Jabłko - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Cebula - 10g, Jaja gotowane *(jaj) - 30g, jogurt typ grecki *(mle) - 20ml, Makrela, wędzona *(ryb) - 25g, polędwica z majerankiem - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko, siar - Siarka i dwutlenek siarki

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2123,65 kCal
Witamina C	165,04 mg
Witamina B12	5,93 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	2,78 mg
Niacyna	18,90 mg
Witamina B2	2,32 mg
Witamina B1	1,98 mg
Witamina E	14,57 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,96 mg
Skrobia	166,50 mg
Sól	7459,13 mg
Mangan	8,86 mg
Miedź	1,93 mg
Cynk	15,99 mg
Żelazo	18,49 mg
Magnez	522,08 mg
Fosfor	1937,28 mg
Wapń	1132,39 mg
Potas	5255,63 mg
Sód	2981,95 mg
Błonnik pokarmowy	48,28 g
Cukry proste	25,34 g
Węglowodany	299,61 g
Cholesterol	249,23 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,40 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,41 g
Tłuszcze nienasycone	43,37 g
Tłuszcze nasycone	23,37 g
Tłuszcze	71,94 g
Białka	100,55 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.06.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	→	szynka z kotła, zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	zupa jarzynowa 400ml, kluski śląskie ze szpinakiem, surówka z marchewki tartej, Kompot	polędwica z majerankiem, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Banan
	G	Marchew - 30g, Pietruszka, liście - 6g, Ziemniaki, średnio - 200g, Pietruszka, korzeń - 20g, Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, szynka z kotła - 40g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 170g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Ziemniaki, średnio - 600g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Skrobia ziemniaczana - 20g, Szpinak, mrożony - 35g, Olej rzepakowy - 25g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Białko jaja kurzego - 100g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Banan - 200g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2349,21 kCal
Witamina C	223,14 mg
Witamina B12	0,13 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	4,09 mg
Niacyna	22,56 mg
Witamina B2	1,54 mg
Witamina B1	1,40 mg
Witamina E	20,48 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,15 mg
Skrobia	265,81 mg
Sól	5756,52 mg
Mangan	4,75 mg
Miedź	2,08 mg
Cynk	7,75 mg
Żelazo	13,60 mg
Magnez	461,81 mg
Fosfor	957,56 mg
Wapń	313,47 mg
Potas	6791,10 mg
Sód	2300,26 mg
Błonnik pokarmowy	37,43 g
Cukry proste	33,36 g
Węglowodany	400,07 g
Cholesterol	6,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	19,72 g
Tłuszcze jednonienasycone	26,24 g
Tłuszcze nienasycone	53,88 g
Tłuszcze nasycone	11,34 g
Tłuszcze	68,67 g
Białka	65,88 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.06.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	→	szynka z kotła, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	zupa jarzynowa 400ml, kluski śląskie ze szpinakiem, Kompot, warzywa gotowane	serek wiejski lekki *(mle)	połędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	↺	Płatki jęczmienne *(glu) - 20g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, szynka z kotła - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 5g	mieszaneczka warzywna - 145g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Ziemniaki, średnio - 580g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Skrobia ziemniaczana - 35g, Szpinak, mrożony - 35g, Olej rzepakowy - 3g, Białko jaja kurzego - 50g, Mieszaneczka owocowa, mrożona - 50g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	serek wiejski lekki - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, połędwica z majerankiem - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2177,62 kCal
Witamina C	156,27 mg
Witamina B12	2,83 µg
Foliany	0,39 mg
Witamina B6	2,69 mg
Niacyna	15,32 mg
Witamina B2	2,01 mg
Witamina B1	1,16 mg
Witamina E	9,70 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,69 mg
Skrobia	223,65 mg
Sól	6317,84 mg
Mangan	2,60 mg
Miedź	1,39 mg
Cynk	7,35 mg
Żelazo	10,53 mg
Magnez	358,17 mg
Fosfor	1291,97 mg
Wapń	1172,59 mg
Potas	5036,60 mg
Sód	2903,17 mg
Błonnik pokarmowy	26,72 g
Cukry proste	18,90 g
Węglowodany	336,05 g
Cholesterol	82,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,39 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,56 g
Tłuszcze nienasycone	34,29 g
Tłuszcze nasycone	22,66 g
Tłuszcze	61,29 g
Białka	94,64 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.06.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	szynka z kotła, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	zupa jarzynowa 400ml, kluski śląskie ze szpinakiem, Kompot, warzywa gotowane	serek wiejski lekki *(mle)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Woda - 50ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, szynka z kotła - 45g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	mieszanek warzywna - 145g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 3g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Ziemniaki, średnio - 690g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Białko jaja kurzego - 100g, Szpinak, mrożony - 10g, Olej rzepakowy - 10g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 15g, Skrobia ziemniaczana - 30g, Mieszanek owocowa, mrożona - 50g	serek wiejski lekki - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 45g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2241,22 kCal
Witamina C	135,13 mg
Witamina B12	2,68 µg
Foliany	0,33 mg
Witamina B6	2,88 mg
Niacyna	16,59 mg
Witamina B2	2,12 mg
Witamina B1	1,22 mg
Witamina E	10,48 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,43 mg
Skrobia	239,60 mg
Sól	6361,19 mg
Mangan	3,04 mg
Miedź	1,45 mg
Cynk	7,74 mg
Żelazo	10,10 mg
Magnez	378,52 mg
Fosfor	1331,87 mg
Wapń	1090,74 mg
Potas	5253,70 mg
Sód	2920,57 mg
Błonnik pokarmowy	28,83 g
Cukry proste	16,31 g
Węglowodany	330,64 g
Cholesterol	76,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,08 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,65 g
Tłuszcze nienasycone	41,26 g
Tłuszcze nasycone	23,27 g
Tłuszcze	69,29 g
Białka	97,29 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.06.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	→	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Kiwi, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleciną	zupa szczawiowa 400ml *(glu, sel, mle), buraczki duszone, gołąbek w sosie, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Piecówka *(glu), Rzodkiewka, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 3g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Kiwi - 70g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Szczaw - 50g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 50ml, Ziemniaki, średnio - 590g, Burak - 180g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kapusta biała - 220g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Ryż biały - 30g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Koper ogrodowy - 3g, Pietruszka, liście - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Piecówka - 1g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2294,63 kCal
Witamina C	324,69 mg
Witamina B12	3,21 µg
Foliany	0,65 mg
Witamina B6	3,42 mg
Niacyna	22,70 mg
Witamina B2	2,43 mg
Witamina B1	1,90 mg
Witamina E	12,49 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,76 mg
Skrobia	205,70 mg
Sól	4299,34 mg
Mangan	6,00 mg
Miedź	1,87 mg
Cynk	13,37 mg
Żelazo	15,76 mg
Magnez	443,74 mg
Fosfor	1606,01 mg
Wapń	1323,91 mg
Potas	6643,40 mg
Sód	1762,54 mg
Błonnik pokarmowy	39,78 g
Cukry proste	44,82 g
Węglowodany	358,07 g
Cholesterol	134,85 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,11 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,78 g
Tłuszcze nienasycone	27,16 g
Tłuszcze nasycone	24,78 g
Tłuszcze	60,32 g
Białka	98,65 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.06.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	↪	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Jabłko, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa zacierkowa, pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	polędwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	↻	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Woda - 50ml, Chleb wiejski - 75g, Jabłko - 120g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 60g	Marchew - 120g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 60g, Pietruszka, liście - 2g, Koper ogrodowy - 17g, Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 50g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Wieprzowina, łopatka - 85g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Cukier - 1g, Burak - 180g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica miodowa regionalna - 30g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2322,48 kCal
Witamina C	177,77 mg
Witamina B12	5,71 µg
Foliany	0,65 mg
Witamina B6	3,05 mg
Niacyna	21,45 mg
Witamina B2	2,85 mg
Witamina B1	1,91 mg
Witamina E	11,35 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,92 mg
Skrobia	198,85 mg
Sól	4618,85 mg
Mangan	4,07 mg
Miedź	1,74 mg
Cynk	13,44 mg
Żelazo	15,63 mg
Magnez	403,91 mg
Fosfor	1766,35 mg
Wapń	1293,50 mg
Potas	6180,74 mg
Sód	1702,08 mg
Błonnik pokarmowy	32,97 g
Cukry proste	22,18 g
Węglowodany	344,50 g
Cholesterol	402,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,16 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,32 g
Tłuszcze nienasycone	33,81 g
Tłuszcze nasycone	26,07 g
Tłuszcze	64,62 g
Białka	107,08 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.06.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Ogórek, Sałata, twaróg z zieleciną	Jabłko	zupa zacierkowa, pulpet gotowany w sosie koperkowym, Kompot, surówka z kapusty czerwonej, Ziemniaki, gotowane w wodzie	kanapka z wędliną	polędwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	⌚	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Ziemniaki, średnio - 150g, Woda - 300ml, Olej rzepakowy - 5g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g	Koper ogrodowy - 7g, Ziemniaki, średnio - 290g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 45g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Marchew - 60g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Wieprzowina, łopatka - 100g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kapusta czerwona - 90g, Olej rzepakowy - 5g, ocet - 2g, Cukier - 5g, Cebula - 20g, Jabłko - 50g, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 300g	Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 3g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, polędwica miodowa regionalna - 30g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2332,75 kCal
Witamina C	259,82 mg
Witamina B12	3,21 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,58 mg
Niacyna	24,62 mg
Witamina B2	2,27 mg
Witamina B1	2,15 mg
Witamina E	14,24 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,26 mg
Skrobia	230,39 mg
Sól	4758,07 mg
Mangan	7,04 mg
Miedź	2,15 mg
Cynk	14,86 mg
Żelazo	16,18 mg
Magnez	450,35 mg
Fosfor	1688,18 mg
Wapń	815,92 mg
Potas	6399,92 mg
Sód	2231,22 mg
Błonnik pokarmowy	42,26 g
Cukry proste	35,81 g
Węglowodany	361,66 g
Cholesterol	346,33 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,73 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,42 g
Tłuszcze nienasycone	32,03 g
Tłuszcze nasycone	19,14 g
Tłuszcze	56,82 g
Białka	114,00 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.06.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x3)(3):	→	kielbasa żywiecka, zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa zacierkowa, pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki, gotowane w wodzie	polędwica miódowa regionalna *(soj), Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jabłko
	G	Pietruszka, liście - 2g, Pietruszka, korzeń - 20g, Woda - 250ml, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Olej rzepakowy - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, Marchew - 50g, Ryż biały - 15g, kielbasa żywiecka - 60g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 15g, Sałata - 10g	Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Koper ogrodowy - 12g, Ziemniaki, średnio - 290g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 45g, Jaja kurze całe *(jaj) - 55g, Marchew - 60g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Wieprzowina, łopatka - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Burak - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Ziemniaki, gotowane w wodzie - 200g	polędwica miódowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x3)(3):
Kalorie	2260,52 kCal
Witamina C	192,61 mg
Witamina B12	2,49 µg
Foliany	0,57 mg
Witamina B6	3,33 mg
Niacyna	26,67 mg
Witamina B2	1,75 mg
Witamina B1	1,99 mg
Witamina E	13,91 mg
Witamina D	0,01 mg
Witamina A	2,71 mg
Skrobia	223,20 mg
Sól	5374,49 mg
Mangan	4,24 mg
Miedź	1,91 mg
Cynk	12,69 mg
Żelazo	17,12 mg
Magnez	388,44 mg
Fosfor	1268,18 mg
Wapń	350,87 mg
Potas	6230,41 mg
Sód	2100,22 mg
Błonnik pokarmowy	35,66 g
Cukry proste	25,51 g
Węglowodany	323,23 g
Cholesterol	487,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,91 g
Tłuszcze jednonienasycone	28,45 g
Tłuszcze nienasycone	48,40 g
Tłuszcze nasycone	20,33 g
Tłuszcze	73,85 g
Białka	92,43 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.06.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	→	Kasza manna na mleku, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleniną	zupa zacierkowa, pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)	południca miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	↺	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 15g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Seler korzeniowy *(sel) - 85g, Pietruszka, korzeń - 70g, Pietruszka, liście - 2g, Koper ogrodowy - 17g, Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Marchew - 140g, Wieprzowina, łopatka - 85g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Białko jaja kurzego - 40g, Cukier - 2g, Burak - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, połędwica miodowa regionalna - 40g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2254,47 kCal
Witamina C	189,10 mg
Witamina B12	4,32 µg
Foliany	0,60 mg
Witamina B6	3,11 mg
Niacyna	21,28 mg
Witamina B2	2,80 mg
Witamina B1	1,86 mg
Witamina E	11,95 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,33 mg
Skrobia	182,64 mg
Sól	4991,68 mg
Mangan	3,92 mg
Miedź	1,68 mg
Cynk	13,05 mg
Żelazo	14,74 mg
Magnez	392,61 mg
Fosfor	1662,25 mg
Wapń	1253,11 mg
Potas	5947,61 mg
Sód	2324,79 mg
Błonnik pokarmowy	32,56 g
Cukry proste	17,85 g
Węglowodany	303,34 g
Cholesterol	347,45 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,72 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,93 g
Tłuszcze nienasycone	35,75 g
Tłuszcze nasycone	28,17 g
Tłuszcze	69,84 g
Białka	116,89 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.06.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, twaróg z zieleniną	zupa zacierkowa, pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	zupa warzywna	południca miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 45g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Koper ogrodowy - 7g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Burak - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 100g, Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, połędwica miodowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2330,93 kCal
Witamina C	145,12 mg
Witamina B12	4,13 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,05 mg
Niacyna	19,62 mg
Witamina B2	2,39 mg
Witamina B1	1,80 mg
Witamina E	11,54 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,84 mg
Skrobia	220,85 mg
Sól	4476,60 mg
Mangan	3,69 mg
Miedź	1,51 mg
Cynk	12,09 mg
Żelazo	13,47 mg
Magnez	344,82 mg
Fosfor	1558,30 mg
Wapń	1046,45 mg
Potas	5264,78 mg
Sód	2119,01 mg
Błonnik pokarmowy	29,56 g
Cukry proste	14,54 g
Węglowodany	324,21 g
Cholesterol	384,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,43 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,84 g
Tłuszcze nienasycone	38,59 g
Tłuszcze nasycone	25,48 g
Tłuszcze	70,01 g
Białka	115,07 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	→	zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Makrela, wędzona *(ryb), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser, gouda tłusty *(mle)	Pulpet drobiowy w sosie, marchew duszona z groszkiem, Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), luncheon meat *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	Banan
	↺	Woda - 50ml, Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Makrela, wędzona - 40g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 30g, Ser, gouda tłusty - 20g	Pietruszka, korzeń - 45g, Marchew - 165g, Koper ogrodowy - 4g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 35g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 25g, Groszek zielony - 5g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 1g, Woda - 500ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Kalafior, mrożony - 30g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, luncheon meat - 35g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	Banan - 180g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, ryb - Ryby, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2295,64 kCal
Witamina C	145,80 mg
Witamina B12	6,52 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	3,33 mg
Niacyna	20,86 mg
Witamina B2	2,10 mg
Witamina B1	1,40 mg
Witamina E	10,11 mg
Witamina D	0,01 mg
Witamina A	3,41 mg
Skrobia	195,78 mg
Sól	5645,97 mg
Mangan	6,32 mg
Miedź	1,83 mg
Cynk	11,18 mg
Żelazo	12,93 mg
Magnez	447,06 mg
Fosfor	1654,97 mg
Wapń	942,36 mg
Potas	5257,19 mg
Sód	2136,80 mg
Błonnik pokarmowy	34,75 g
Cukry proste	28,36 g
Węglowodany	352,65 g
Cholesterol	204,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,58 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,50 g
Tłuszcze nienasycone	36,48 g
Tłuszcze nasycone	24,56 g
Tłuszcze	66,19 g
Białka	89,73 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	↪	kiełbasa szynkowa, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kurczak w sosie, fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeni *(Mió), Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy
	↻	Woda - 50ml, Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Pietruszka, korzeń - 55g, Pietruszka, liście - 10g, Olej rzepakowy - 5g, Noga (udo) kurczaka - 150g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Marchew - 70g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Woda - 500ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Koper ogrodowy - 2g, Kalafior, mrożony - 80g, Ziemniaki, średnio - 150g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeni - 25g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2125,81 kCal
Witamina C	177,11 mg
Witamina B12	3,35 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	2,40 mg
Niacyna	16,90 mg
Witamina B2	2,40 mg
Witamina B1	1,28 mg
Witamina E	11,80 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,94 mg
Skrobia	159,00 mg
Sól	4704,71 mg
Mangan	4,22 mg
Miedź	1,49 mg
Cynk	10,45 mg
Żelazo	12,35 mg
Magnez	354,43 mg
Fosfor	1656,67 mg
Wapń	945,48 mg
Potas	4200,62 mg
Sód	1880,54 mg
Błonnik pokarmowy	26,27 g
Cukry proste	13,69 g
Węglowodany	284,23 g
Cholesterol	208,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,85 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,25 g
Tłuszcze nienasycone	40,12 g
Tłuszcze nasycone	24,39 g
Tłuszcze	69,52 g
Białka	104,54 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	→	kiełbasa szynkowa, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	kanapka z pomidorem	kurczak w sosie, fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna, pęczak *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Jabłko	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Woda - 50ml, Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Pomidor - 30g, Sałata - 5g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g	Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 5g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 150g, Pietruszka, korzeń - 35g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Woda - 500ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Kalafior, mrożony - 40g, Ziemniaki, średnio - 290g, Marchew - 20g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Koper ogrodowy - 2g, Kasza jęczmienna, pęczak - 150g	Jabłko - 80g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka biała - 45g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x5)(5):
Kalorie	2398,89 kCal
Witamina C	205,62 mg
Witamina B12	2,42 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	2,97 mg
Niacyna	19,70 mg
Witamina B2	1,96 mg
Witamina B1	1,46 mg
Witamina E	13,68 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,20 mg
Skrobia	254,76 mg
Sól	5298,77 mg
Mangan	8,30 mg
Miedź	1,94 mg
Cynk	13,09 mg
Żelazo	15,80 mg
Magnez	468,86 mg
Fosfor	1801,90 mg
Wapń	984,49 mg
Potas	4821,17 mg
Sód	2201,52 mg
Błonnik pokarmowy	40,52 g
Cukry proste	23,34 g
Węglowodany	363,79 g
Cholesterol	187,55 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,88 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,68 g
Tłuszcze nienasycone	38,80 g
Tłuszcze nasycone	20,15 g
Tłuszcze	64,01 g
Białka	111,65 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x3)(3):	J	kiełbasa szynkowa, zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	zupa warzywna, kurczak w sosie, fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot	szynka biała *(gor, glu), Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	kanapka z wędliną
	G	Woda - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Marchew - 30g, Olej rzepakowy - 5g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 10g, Ziemniaki, średnio - 150g, kiełbasa szynkowa - 60g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Pietruszka, liście - 7g, Ziemniaki, średnio - 290g, Ryż biały - 15g, Woda - 500ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Marchew - 30g, Noga (udo) kurczaka - 150g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Chleb wiejski *(glu) - 50g, Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 15g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x3)(3):
Kalorie	2067,90 kCal
Witamina C	179,07 mg
Witamina B12	0,65 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	2,77 mg
Niacyna	22,64 mg
Witamina B2	1,17 mg
Witamina B1	1,29 mg
Witamina E	13,24 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,74 mg
Skrobia	242,46 mg
Sól	5068,66 mg
Mangan	3,87 mg
Miedź	1,74 mg
Cynk	8,80 mg
Żelazo	13,35 mg
Magnez	357,66 mg
Fosfor	1120,30 mg
Wapń	306,34 mg
Potas	4775,28 mg
Sód	2025,76 mg
Błonnik pokarmowy	26,96 g
Cukry proste	12,69 g
Węglowodany	321,67 g
Cholesterol	131,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,50 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,49 g
Tłuszcze nienasycone	39,48 g
Tłuszcze nasycone	14,65 g
Tłuszcze	58,24 g
Białka	77,81 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	kielbasa szynkowa, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kurczak w sosie, fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Miód pszczeli *(Mió), Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	G	Woda - 50ml, Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, kielbasa szynkowa - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Pietruszka, liście - 15g, Pietruszka, korzeń - 30g, Noga (udo) kurczaka - 150g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Marchew - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Kalafior, mrożony - 30g, Koper ogrodowy - 2g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kasza manna *(glu) - 50g, Syrop truskawkowy - 10g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 60g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, Mió - Miód, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2349,21 kCal
Witamina C	176,87 mg
Witamina B12	3,22 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	2,77 mg
Niacyna	18,37 mg
Witamina B2	2,25 mg
Witamina B1	1,43 mg
Witamina E	9,21 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,23 mg
Skrobia	228,81 mg
Sól	5447,46 mg
Mangan	4,27 mg
Miedź	1,73 mg
Cynk	10,58 mg
Żelazo	13,65 mg
Magnez	404,28 mg
Fosfor	1656,32 mg
Wapń	1243,93 mg
Potas	5051,97 mg
Sód	2260,79 mg
Błonnik pokarmowy	30,93 g
Cukry proste	20,48 g
Węglowodany	355,34 g
Cholesterol	203,45 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,90 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,39 g
Tłuszcze nienasycone	32,17 g
Tłuszcze nasycone	21,71 g
Tłuszcze	58,55 g
Białka	115,37 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	→	kielbasa szynkowa, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	kurczak w sosie, fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	SKYR naturalny *(mle)
	G	Woda - 50ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Płatki owsiane - 25g, kielbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Marchew - 100g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 10g, Noga (udo) kurczaka - 160g, Fasola szparagowa - 180g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 50g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Woda - 250ml, Koper ogrodowy - 2g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kasza manna *(glu) - 50g, Syrop truskawkowy - 30g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2379,24 kCal
Witamina C	140,09 mg
Witamina B12	3,26 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	2,73 mg
Niacyna	16,35 mg
Witamina B2	2,20 mg
Witamina B1	1,42 mg
Witamina E	11,47 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,25 mg
Skrobia	218,65 mg
Sól	4964,87 mg
Mangan	4,39 mg
Miedź	1,42 mg
Cynk	10,54 mg
Żelazo	12,00 mg
Magnez	370,96 mg
Fosfor	1633,25 mg
Wapń	1197,19 mg
Potas	4379,12 mg
Sód	2067,97 mg
Błonnik pokarmowy	29,01 g
Cukry proste	14,31 g
Węglowodany	327,76 g
Cholesterol	211,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,43 g
Tłuszcze jednonienasycone	25,19 g
Tłuszcze nienasycone	45,06 g
Tłuszcze nasycone	24,22 g
Tłuszcze	74,75 g
Białka	112,88 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.06.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pieczeń chlebowa w przyprawach, Sałata	zupa owocowa *(glu, jaj), sznycel drobiowy 100g, surówka z warzyw mieszanych, Kompot, Ziemniaki gotowane	mielonka tyrolska *(glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Napój mleczny jogurtowy
	G	Ryż biały - 35g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Pieczeń chlebowa w przyprawach - 1g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mieszanka owocowa, mrożona - 100g, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry - 100g, Bułka tarta *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Olej rzepakowy - 17g, Kapusta biała - 90g, Marchew - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Cebula - 10g, Por - 10g, Koper ogrodowy - 5g, Woda - 250ml, Ziemniaki, średnio - 300g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, mielonka tyrolska - 45g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Napój mleczny jogurtowy - 250g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2169,15 kCal
Witamina C	187,61 mg
Witamina B12	3,66 µg
Foliany	0,34 mg
Witamina B6	2,68 mg
Niacyna	24,22 mg
Witamina B2	2,14 mg
Witamina B1	1,19 mg
Witamina E	14,06 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,22 mg
Skrobia	184,16 mg
Sól	5175,35 mg
Mangan	4,67 mg
Miedź	1,37 mg
Cynk	9,69 mg
Żelazo	10,60 mg
Magnez	367,20 mg
Fosfor	1623,90 mg
Wapń	1224,80 mg
Potas	4543,50 mg
Sód	2068,25 mg
Błonnik pokarmowy	27,47 g
Cukry proste	15,47 g
Węglowodany	301,04 g
Cholesterol	176,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,65 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,73 g
Tłuszcze nienasycone	40,47 g
Tłuszcze nasycone	23,57 g
Tłuszcze	72,42 g
Białka	90,88 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.06.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	Pieczeń drobiowo-wieprzowa, zupa mleczna z ryżem 300ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa owocowa *(glu, jaj), schab duszony w sosie własnym, marchewka gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Mus owocowy Tropical Vibes Tymbark
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ryż biały - 35g, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 100ml, Pieczeń drobiowo-wieprzowa - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Mieszanka owocowa, mrożona - 100g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Olej rzepakowy - 5g, Marchew - 180g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Woda - 250ml, Ziemniaki, średnio - 350g	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jabłko - 172g, Cytryna - 4g, Figi, suszone - 20g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2040,70 kCal
Witamina C	132,44 mg
Witamina B12	3,44 µg
Foliany	0,33 mg
Witamina B6	2,84 mg
Niacyna	21,97 mg
Witamina B2	1,90 mg
Witamina B1	2,12 mg
Witamina E	13,40 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,65 mg
Skrobia	172,59 mg
Sól	5146,92 mg
Mangan	3,28 mg
Miedź	1,41 mg
Cynk	9,14 mg
Żelazo	11,08 mg
Magnez	315,87 mg
Fosfor	1380,31 mg
Wapń	1009,88 mg
Potas	4790,18 mg
Sód	2056,94 mg
Błonnik pokarmowy	30,82 g
Cukry proste	29,42 g
Węglowodany	301,49 g
Cholesterol	117,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,57 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,71 g
Tłuszcze nienasycone	46,88 g
Tłuszcze nasycone	20,98 g
Tłuszcze	71,39 g
Białka	88,83 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.06.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	J	Pieczeń drobiowo-wieprzowa, zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor,	serek wiejski lekki *(mle)	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, schab duszony w sosie własnym, surówka z warzyw mieszanych, Kompot, Ziemniaki gotowane	kanapka z wędliną	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Pieczeń drobiowo-wieprzowa - 45g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 70g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 150g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 20g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 2g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Olej rzepakowy - 20g, Kapusta biała - 90g, Cebula - 10g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 350g	Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 15g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 45g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 300g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2142,15 kCal
Witamina C	207,58 mg
Witamina B12	3,81 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	3,06 mg
Niacyna	23,99 mg
Witamina B2	2,24 mg
Witamina B1	2,16 mg
Witamina E	19,22 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,22 mg
Skrobia	154,22 mg
Sól	5698,91 mg
Mangan	4,80 mg
Miedź	1,37 mg
Cynk	11,35 mg
Żelazo	11,03 mg
Magnez	380,96 mg
Fosfor	1611,80 mg
Wapń	1307,54 mg
Potas	5091,53 mg
Sód	2656,06 mg
Błonnik pokarmowy	26,14 g
Cukry proste	19,70 g
Węglowodany	259,28 g
Cholesterol	132,65 mg
Tłuszcze wielonienasycone	17,28 g
Tłuszcze jednonienasycone	28,60 g
Tłuszcze nienasycone	59,02 g
Tłuszcze nasycone	25,56 g
Tłuszcze	90,01 g
Białka	110,31 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.06.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	J	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Herbata czarna, napar bez cukru, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	zupa owocowa *(glu, jaj), pulpet gotowany w sosie koperkowym, Kompot, Marchew, gotowana w wodzie, Ziemniaki gotowane	polędwica z majerankiem, Chleb wiejski *(glu), Herbata czarna, napar bez cukru, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Mus owocowy Tropical Vibes Tymbark
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Marchew - 30g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 10g, Ziemniaki, średnio - 290g, Woda - 300ml, Olej rzepakowy tłoczony na zimno - 10g, Schab biały *(soj) - 60g, Buraki, gotowane w wodzie - 40g, Chleb wiejski - 75g, Herbata czarna, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g	Mieszanka owocowa, mrożona - 100g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Koper ogrodowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Wieprzowina, łopatka - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 5g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Pietruszka, korzeń - 15g, Woda - 250ml, Ziemniaki, średnio - 300g, Marchew, gotowana w wodzie - 12	polędwica z majerankiem - 60g, Chleb wiejski - 75g, Herbata czarna, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jabłko - 172g, Cytryna - 4g, Figi, suszone - 20g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2008,80 kCal
Witamina C	188,54 mg
Witamina B12	0,92 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,99 mg
Niacyna	22,45 mg
Witamina B2	1,15 mg
Witamina B1	1,90 mg
Witamina E	14,36 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,22 mg
Skrobia	205,74 mg
Sól	4756,42 mg
Mangan	5,13 mg
Miedź	1,61 mg
Cynk	9,73 mg
Żelazo	12,80 mg
Magnez	305,02 mg
Fosfor	925,36 mg
Wapń	296,28 mg
Potas	5018,63 mg
Sód	1923,69 mg
Błonnik pokarmowy	35,94 g
Cukry proste	30,71 g
Węglowodany	313,23 g
Cholesterol	91,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,06 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,71 g
Tłuszcze nienasycone	44,46 g
Tłuszcze nasycone	14,61 g
Tłuszcze	64,53 g
Białka	81,12 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.06.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Buraki, gotowane w wodzie, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Sałata, Schab biały *(soj)	zupa owocowa *(glu, jaj), schab duszony w sosie własnym, marchewka gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ryż biały - 25g, Schab biały *(soj) - 1g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 80g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Sałata - 10g	Mieszanka owocowa, mrożona - 100g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Olej rzepakowy - 5g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Marchew - 200g, Woda - 250ml, Ziemniaki, średnio - 350g	Chleb wiejski *(glu) - 25g, kiełbasa szynkowa - 15g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 2g, Sałata - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soy - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2051,31 kCal
Witamina C	114,76 mg
Witamina B12	4,04 µg
Foliany	0,34 mg
Witamina B6	2,84 mg
Niacyna	23,51 mg
Witamina B2	2,32 mg
Witamina B1	2,16 mg
Witamina E	12,34 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,01 mg
Skrobia	180,28 mg
Sól	5838,46 mg
Mangan	3,22 mg
Miedź	1,45 mg
Cynk	10,49 mg
Żelazo	10,95 mg
Magnez	365,50 mg
Fosfor	1565,88 mg
Wapń	1260,86 mg
Potas	5175,73 mg
Sód	2370,10 mg
Błonnik pokarmowy	25,84 g
Cukry proste	17,59 g
Węglowodany	287,42 g
Cholesterol	127,62 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,41 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,05 g
Tłuszcze nienasycone	40,30 g
Tłuszcze nasycone	21,53 g
Tłuszcze	66,50 g
Białka	104,94 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.06.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	↪	szynka biała *(gor, glu), zupa mleczna z ryżem 300ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), schab duszony w sosie własnym, Kompot, Marchew, gotowana w wodzie, Ziemniaki gotowane	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Napój mleczny jogurtowy
	↻	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 100ml, szynka biała - 45g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 15g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Ziemniaki, średnio - 570g, Woda - 550ml, Olej rzepakowy - 5g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Marchew, gotowana w wodzie - 200g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, polędwica z majerankiem - 45g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Napój mleczny jogurtowy - 250g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2168,85 kCal
Witamina C	140,05 mg
Witamina B12	6,25 µg
Foliany	0,34 mg
Witamina B6	3,56 mg
Niacyna	24,01 mg
Witamina B2	2,82 mg
Witamina B1	2,30 mg
Witamina E	9,98 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,11 mg
Skrobia	176,19 mg
Sól	5231,90 mg
Mangan	2,87 mg
Miedź	1,54 mg
Cynk	10,55 mg
Żelazo	10,47 mg
Magnez	402,35 mg
Fosfor	1941,00 mg
Wapń	1712,15 mg
Potas	5747,65 mg
Sód	2089,75 mg
Błonnik pokarmowy	26,12 g
Cukry proste	13,29 g
Węglowodany	310,42 g
Cholesterol	166,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,44 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,96 g
Tłuszcze nienasycone	36,77 g
Tłuszcze nasycone	25,37 g
Tłuszcze	67,67 g
Białka	106,54 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Banan, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa grysikowa 400ml, kotlet z rybny I *(glu, ryb, jaj, sel), Kompot, surówka z kapusty pekińskiej, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Woda - 50ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Banan - 150g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 490g, Marchew - 95g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Olej rzepakowy - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, miruna ryba - 100g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kapusta pekińska - 70g, Papryka czerwona - 45g, Kukurydza, konserwowa - 5g, Cukier - 1g, Cebula - 15g, Koper ogrodowy - 3g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 90g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2292,95 kCal
Witamina C	227,39 mg
Witamina B12	4,85 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	3,63 mg
Niacyna	16,36 mg
Witamina B2	3,04 mg
Witamina B1	1,31 mg
Witamina E	13,37 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,16 mg
Skrobia	189,00 mg
Sól	3458,41 mg
Mangan	4,94 mg
Miedź	1,66 mg
Cynk	11,86 mg
Żelazo	12,66 mg
Magnez	414,79 mg
Fosfor	1959,95 mg
Wapń	1000,47 mg
Potas	5901,75 mg
Sód	1391,39 mg
Błonnik pokarmowy	32,23 g
Cukry proste	26,91 g
Węglowodany	331,41 g
Cholesterol	489,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,02 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,73 g
Tłuszcze nienasycone	35,97 g
Tłuszcze nasycone	22,42 g
Tłuszcze	63,30 g
Białka	114,83 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Dżem truskawkowy, niskosłodzony, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, Zraz rybno-ryżowy, Kompot, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, pasta z jaj, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt wiśniowy, 1,5% tłuszczu
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Woda - 100ml, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 75g, Dżem truskawkowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 110g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 3g, miruna ryba - 100g, Ryż biały - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Jaja kurze całe *(jaj) - 100g, Koper ogrodowy - 2g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt wiśniowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2265,94 kCal
Witamina C	145,92 mg
Witamina B12	5,07 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	2,79 mg
Niacyna	15,60 mg
Witamina B2	2,74 mg
Witamina B1	1,33 mg
Witamina E	13,72 mg
Witamina D	0,01 mg
Witamina A	3,32 mg
Skrobia	214,03 mg
Sól	3287,11 mg
Mangan	3,32 mg
Miedź	1,52 mg
Cynk	10,66 mg
Żelazo	11,68 mg
Magnez	356,08 mg
Fosfor	1791,61 mg
Wapń	1121,85 mg
Potas	5371,64 mg
Sód	1370,95 mg
Błonnik pokarmowy	29,19 g
Cukry proste	21,33 g
Węglowodany	320,24 g
Cholesterol	517,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,62 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,28 g
Tłuszcze nienasycone	39,14 g
Tłuszcze nasycone	25,13 g
Tłuszcze	69,42 g
Białka	100,25 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle), Szczypiorek	SKYR naturalny *(mle)	zupa grysikowa 400ml, Zraz rybno-ryżowy, surówka z kapusty pekińskiej, Ziemniaki gotowane	kanapka z rzodkiewką	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Jabłko
	↺	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Woda - 100ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g, Szczypiorek - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 590g, Marchew - 90g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, miruna ryba - 90g, Ryż biały - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Cebula - 15g, Koper ogrodowy - 3g, Kapusta pekińska - 70g, Papryka czerwona - 15g, Olej rzepakowy - 5g	Sałata - 2g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Rzodkiewka - 30g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja gotowane - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2238,18 kCal
Witamina C	176,48 mg
Witamina B12	3,96 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,11 mg
Niacyna	15,52 mg
Witamina B2	2,37 mg
Witamina B1	1,33 mg
Witamina E	12,17 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,85 mg
Skrobia	230,77 mg
Sól	3647,48 mg
Mangan	6,68 mg
Miedź	1,78 mg
Cynk	12,88 mg
Żelazo	13,79 mg
Magnez	411,27 mg
Fosfor	1814,57 mg
Wapń	1023,74 mg
Potas	5555,11 mg
Sód	1592,96 mg
Błonnik pokarmowy	35,68 g
Cukry proste	25,34 g
Węglowodany	338,53 g
Cholesterol	502,65 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,56 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,41 g
Tłuszcze nienasycone	32,98 g
Tłuszcze nasycone	19,41 g
Tłuszcze	57,38 g
Białka	108,69 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	J	szynka biała *(gor, glu), zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa grysikowa 400ml, Zraz rybno-ryżowy, Kompot, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	kanapka z wędliną
	G	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 100g, szynka biała - 70g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 5g	Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 3g, Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 450g, miruna ryba - 150g, Ryż biały - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 50g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g	Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 110g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Chleb wiejski *(glu) - 50g, Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 15g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2218,12 kCal
Witamina C	141,03 mg
Witamina B12	2,26 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,60 mg
Niacyna	18,14 mg
Witamina B2	1,43 mg
Witamina B1	1,19 mg
Witamina E	18,47 mg
Witamina D	0,01 mg
Witamina A	3,32 mg
Skrobia	236,56 mg
Sól	4951,40 mg
Mangan	3,70 mg
Miedź	1,59 mg
Cynk	9,38 mg
Żelazo	13,30 mg
Magnez	320,93 mg
Fosfor	1293,22 mg
Wapń	275,03 mg
Potas	5011,43 mg
Sód	2065,93 mg
Błonnik pokarmowy	29,75 g
Cukry proste	15,47 g
Węglowodany	297,63 g
Cholesterol	581,55 mg
Tłuszcze wielonienasycone	21,83 g
Tłuszcze jednonienasycone	28,81 g
Tłuszcze nienasycone	53,89 g
Tłuszcze nasycone	19,52 g
Tłuszcze	79,22 g
Białka	88,51 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Dżem truskawkowy, niskosłodzony, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, Zraz rybno-ryżowy, Kompot, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Woda - 100ml, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 60g, Koper ogrodowy - 2g, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 50g, Dżem truskawkowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 450g, Marchew - 90g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 3g, miruna ryba - 120g, Ryż biały - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Jaja gotowane - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2336,38 kCal
Witamina C	136,51 mg
Witamina B12	5,65 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	2,69 mg
Niacyna	14,72 mg
Witamina B2	3,10 mg
Witamina B1	1,24 mg
Witamina E	10,03 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,93 mg
Skrobia	208,95 mg
Sól	3370,65 mg
Mangan	3,03 mg
Miedź	1,44 mg
Cynk	11,34 mg
Żelazo	11,33 mg
Magnez	344,80 mg
Fosfor	2042,99 mg
Wapń	1205,17 mg
Potas	5243,62 mg
Sód	1416,11 mg
Błonnik pokarmowy	27,64 g
Cukry proste	20,68 g
Węglowodany	326,04 g
Cholesterol	535,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,20 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,11 g
Tłuszcze nienasycone	32,55 g
Tłuszcze nasycone	25,77 g
Tłuszcze	63,30 g
Białka	125,01 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	↵	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Koper ogrodowy, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa grysikowa 400ml, Zraz rybno-ryżowy, Kompot, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, pasta z jaj, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem
	↻	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Woda - 100ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Koper ogrodowy - 15g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 50g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 450g, Marchew - 110g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 3g, miruna ryba - 75g, Ryż biały - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 100g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Jaja kurze całe *(jaj) - 70g, Majonez domowy z olejem rzepakowym *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem - 375g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2236,38 kCal
Witamina C	107,39 mg
Witamina B12	6,21 µg
Foliany	0,39 mg
Witamina B6	2,58 mg
Niacyna	13,92 mg
Witamina B2	2,93 mg
Witamina B1	1,24 mg
Witamina E	9,54 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,95 mg
Skrobia	206,11 mg
Sól	3372,15 mg
Mangan	3,11 mg
Miedź	1,40 mg
Cynk	10,90 mg
Żelazo	10,58 mg
Magnez	345,80 mg
Fosfor	1886,84 mg
Wapń	1979,57 mg
Potas	4958,92 mg
Sód	1391,11 mg
Błonnik pokarmowy	27,61 g
Cukry proste	12,63 g
Węglowodany	312,92 g
Cholesterol	439,45 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,83 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,49 g
Tłuszcze nienasycone	34,57 g
Tłuszcze nasycone	26,13 g
Tłuszcze	65,39 g
Białka	109,11 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.06.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	kielbasa żywiecka, zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata, Ser topiony, edamski	babka ziemniaczana, Kompot, surówka z czerwonej kapusty, zupa koperkowa	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Skyr owocowy *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, kielbasa żywiecka - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g, Ser topiony, edamski - 17g	kielbasa podwawelska *(gor, glu) - 35g, Jaja kurze całe *(jaj) - 50g, Olej rzepakowy - 7g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 70ml, Ziemniaki, wczesne - 400g, Cebula - 50g, Skrobia ziemniaczana - 30g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 35g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Kapusta czerwona - 90g, Jabłko - 50g, Musztarda - 3g, Marchew - 80g, Koper ogrodowy - 15g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, korzeń - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Ziemniaki, średnio - 200g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica z majerankiem - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 1g	skyr owocowy *(mle) - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2309,90 kCal
Witamina C	194,24 mg
Witamina B12	3,65 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,89 mg
Niacyna	16,05 mg
Witamina B2	2,22 mg
Witamina B1	1,35 mg
Witamina E	11,29 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,99 mg
Skrobia	227,81 mg
Sól	6030,56 mg
Mangan	4,89 mg
Miedź	1,65 mg
Cynk	10,56 mg
Żelazo	12,42 mg
Magnez	402,27 mg
Fosfor	1577,72 mg
Wapń	1289,73 mg
Potas	5416,06 mg
Sód	2409,66 mg
Błonnik pokarmowy	31,56 g
Cukry proste	28,33 g
Węglowodany	349,23 g
Cholesterol	269,89 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,40 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,79 g
Tłuszcze nienasycone	42,47 g
Tłuszcze nasycone	24,36 g
Tłuszcze	70,50 g
Białka	97,19 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.06.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	→	polędwica miodowa regionalna *(soj), zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb pszenny, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	gulasz z indyka, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa koperkowa	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb pszenny, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta mięsno-jarzynowa, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Kiwi
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 50g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, polędwica miodowa regionalna - 40g, Chleb pszenny - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	mieszanka warzywna - 20g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, mięso gulaszowe z indyka - 120g, Marchew - 85g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Brokuły, mrożone - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Ziemniaki, średnio - 590g, Koper ogrodowy - 15g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Noga (udo) kurczaka - 50g, mieszanka warzywna - 35g, Chleb pszenny - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 30g	Kiwi - 100g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2302,50 kCal
Witamina C	284,19 mg
Witamina B12	2,43 µg
Foliany	0,56 mg
Witamina B6	3,98 mg
Niacyna	19,47 mg
Witamina B2	2,63 mg
Witamina B1	1,48 mg
Witamina E	14,44 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,41 mg
Skrobia	220,26 mg
Sól	4768,85 mg
Mangan	3,67 mg
Miedź	1,64 mg
Cynk	8,89 mg
Żelazo	13,16 mg
Magnez	429,30 mg
Fosfor	1385,05 mg
Wapń	948,95 mg
Potas	6160,30 mg
Sód	2029,35 mg
Błonnik pokarmowy	32,20 g
Cukry proste	24,17 g
Węglowodany	321,28 g
Cholesterol	250,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,96 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,11 g
Tłuszcze nienasycone	34,44 g
Tłuszcze nasycone	23,96 g
Tłuszcze	66,05 g
Białka	112,86 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.06.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	polędwica miodowa regionalna *(soj), zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)	gulasz z indyka, Kompot, surówka z czerwonej kapusty, Ziemniaki gotowane, zupa koperkowa	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	kanapka z wędliną
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Ziemniaki, średnio - 170g, Woda - 300ml, "Przyprawa ""Jarzynka"" *(sel) - 1g, polędwica miodowa regionalna - 40g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g	mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, mięso gulaszowe z indyka - 90g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Olej rzepakowy - 2g, Kapusta czerwona - 90g, Cebula - 30g, Jabłko - 50g, Musztarda - 1g, Ziemniaki, średnio - 690g, Śmietana, 12% tłuszczu - 10g, Koper ogrodowy - 15g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 50g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 40g	Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 10g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2388,18 kCal
Witamina C	294,83 mg
Witamina B12	3,97 µg
Foliany	0,56 mg
Witamina B6	4,83 mg
Niacyna	22,18 mg
Witamina B2	3,14 mg
Witamina B1	1,85 mg
Witamina E	15,59 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,48 mg
Skrobia	214,93 mg
Sól	6839,50 mg
Mangan	6,73 mg
Miedź	2,27 mg
Cynk	13,55 mg
Żelazo	16,29 mg
Magnez	571,30 mg
Fosfor	1872,11 mg
Wapń	1435,22 mg
Potas	8049,47 mg
Sód	2825,95 mg
Błonnik pokarmowy	45,57 g
Cukry proste	25,02 g
Węglowodany	359,61 g
Cholesterol	179,25 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,13 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,36 g
Tłuszcze nienasycone	33,91 g
Tłuszcze nasycone	23,62 g
Tłuszcze	65,27 g
Białka	110,61 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.06.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	J	marmolada wieloowocowa, polędwica miodowa regionalna *(soj), zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), gulasz z indyka, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta mięsno-jarzynowa, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Jabłko
	G	Ryż biały - 25g, Woda - 250ml, Marchew - 25g, Olej rzepakowy - 10g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 150g, marmolada wieloowocowa - 40g, polędwica miodowa regionalna - 40g, Chleb wiejski - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g	Olej rzepakowy - 10g, Marchew - 60g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 20g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Woda - 550ml, Ziemniaki, średnio - 570g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, mięso gulaszowe z indyka - 115g, Brokuły, mrożone - 180g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Noga (udo) kurczaka - 90g, mieszanka warzywna - 35g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 5g, szynka wyborna - 30g	Jabłko - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2322,98 kCal
Witamina C	282,51 mg
Witamina B12	0,36 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	3,93 mg
Niacyna	21,65 mg
Witamina B2	1,79 mg
Witamina B1	1,24 mg
Witamina E	19,03 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,44 mg
Skrobia	208,58 mg
Sól	3826,51 mg
Mangan	4,07 mg
Miedź	1,73 mg
Cynk	7,57 mg
Żelazo	13,46 mg
Magnez	409,58 mg
Fosfor	1020,98 mg
Wapń	315,46 mg
Potas	6111,90 mg
Sód	1647,28 mg
Błonnik pokarmowy	33,64 g
Cukry proste	47,52 g
Węglowodany	312,59 g
Cholesterol	201,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	21,45 g
Tłuszcze jednonienasycone	30,59 g
Tłuszcze nienasycone	53,36 g
Tłuszcze nasycone	19,90 g
Tłuszcze	83,89 g
Białka	94,49 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.06.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	↪	polędwica miodowa regionalna *(soj), zupa mleczna z makaronem 300ml, Jaja gotowane *(jaj), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Pomidor, Sałata	gulasz z indyka, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa koperkowa	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Kajzerki, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta mięsno-jarzynowa, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Jogurt morelowy, 1,5% tłuszczu
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Woda - 100ml, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, polędwica miodowa regionalna - 30g, Jaja gotowane - 70g, Kajzerki - 55g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Marchew - 110g, Seler korzeniowy *(sel) - 75g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Mięso z udźca indyka, bez skóry - 160g, Brokuły, mrożone - 180g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Woda - 550ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 640g, Koper ogrodowy - 15g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 220ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Noga (udo) kurczaka - 90g, mieszanka warzywna - 35g, Kajzerki - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka wyborna - 30g	Jogurt morelowy, 1,5% tłuszczu - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2361,55 kCal
Witamina C	268,47 mg
Witamina B12	7,83 µg
Foliany	0,67 mg
Witamina B6	4,20 mg
Niacyna	35,15 mg
Witamina B2	3,67 mg
Witamina B1	1,72 mg
Witamina E	11,82 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,11 mg
Skrobia	194,57 mg
Sól	5634,85 mg
Mangan	3,50 mg
Miedź	1,80 mg
Cynk	16,77 mg
Żelazo	14,89 mg
Magnez	512,10 mg
Fosfor	2380,05 mg
Wapń	1597,40 mg
Potas	7789,05 mg
Sód	2250,75 mg
Błonnik pokarmowy	31,56 g
Cukry proste	17,21 g
Węglowodany	317,22 g
Cholesterol	531,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,80 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,84 g
Tłuszcze nienasycone	36,73 g
Tłuszcze nasycone	24,65 g
Tłuszcze	66,59 g
Białka	137,51 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.06.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	połędwica miodowa regionalna *(soj), zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	gulasz z indyka, brokuł gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa koperkowa	SKYR naturalny *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	zupa warzywna
	G	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Woda - 100ml, połędwica miodowa regionalna - 40g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 15g	Marchew - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, mięso gulaszowe z indyka - 100g, Brokuły, mrożone - 180g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Koper ogrodowy - 15g	SKYR naturalny *(mle) - 140g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, szynka wyborna - 50g	Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 290g, Ryż biały - 5g, Woda - 250ml, Marchew - 50g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2246,93 kCal
Witamina C	272,96 mg
Witamina B12	2,03 µg
Foliany	0,59 mg
Witamina B6	4,18 mg
Niacyna	19,83 mg
Witamina B2	2,39 mg
Witamina B1	1,50 mg
Witamina E	13,90 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,94 mg
Skrobia	234,26 mg
Sól	4970,96 mg
Mangan	4,35 mg
Miedź	1,68 mg
Cynk	8,67 mg
Żelazo	13,38 mg
Magnez	446,83 mg
Fosfor	1349,43 mg
Wapń	1046,61 mg
Potas	6619,55 mg
Sód	2172,98 mg
Błonnik pokarmowy	34,80 g
Cukry proste	19,49 g
Węglowodany	332,97 g
Cholesterol	164,85 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,54 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,62 g
Tłuszcze nienasycone	31,64 g
Tłuszcze nasycone	17,51 g
Tłuszcze	56,98 g
Białka	115,33 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.06.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	↵	surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	zupa krupnik 400ml, kurczak pieczony, ryż gotowany, buraczki duszone, Kompot	mielonka tyrolska *(glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Jabłko
	↻	Marchew - 50g, Olej rzepakowy - 10g, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Schab biały *(soj) - 1g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g	Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 150g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 70g, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 200g, Ryż biały - 80g, Burak - 180g, ocet - 1g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 150ml, mielonka tyrolska - 25g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Jabłko - 150g

*Oznaczenia alergenów: glu - Gluten, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywnienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2190,77 kCal
Witamina C	90,83 mg
Witamina B12	2,92 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,28 mg
Niacyna	16,17 mg
Witamina B2	2,00 mg
Witamina B1	1,01 mg
Witamina E	12,76 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,62 mg
Skrobia	165,42 mg
Sól	4776,12 mg
Mangan	5,24 mg
Miedź	1,48 mg
Cynk	11,64 mg
Żelazo	12,06 mg
Magnez	334,88 mg
Fosfor	1529,23 mg
Wapń	826,53 mg
Potas	4315,89 mg
Sód	1949,25 mg
Błonnik pokarmowy	30,87 g
Cukry proste	20,60 g
Węglowodany	289,92 g
Cholesterol	233,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	17,22 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,79 g
Tłuszcze nienasycone	44,84 g
Tłuszcze nasycone	24,21 g
Tłuszcze	76,49 g
Białka	101,23 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.06.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	→	szynka śląska, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa krupnik 400ml, Pulpet drobiowy w sosie, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Pomidor, Sałata	Jabłko
	G	Marchew - 50g, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Woda - 100ml, szynka śląska - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 5g	Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 590g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 60g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 5g, Koper ogrodowy - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Kalafior, mrożony - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 70g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2127,69 kCal
Witamina C	218,30 mg
Witamina B12	2,76 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	3,26 mg
Niacyna	20,27 mg
Witamina B2	1,98 mg
Witamina B1	1,45 mg
Witamina E	12,12 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,57 mg
Skrobia	184,16 mg
Sól	5087,67 mg
Mangan	3,35 mg
Miedź	1,59 mg
Cynk	8,89 mg
Żelazo	10,97 mg
Magnez	371,41 mg
Fosfor	1406,55 mg
Wapń	846,29 mg
Potas	5689,37 mg
Sód	1984,97 mg
Błonnik pokarmowy	31,20 g
Cukry proste	27,48 g
Węglowodany	311,81 g
Cholesterol	190,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,27 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,53 g
Tłuszcze nienasycone	36,92 g
Tłuszcze nasycone	23,17 g
Tłuszcze	65,16 g
Białka	90,20 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.06.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	szynka śląska, zupa warzywna, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Jabłko	zupa krupnik 400ml, Pulpet drobiowy w sosie, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	surówka z kapusty białej	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 70g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 7g, Ziemniaki, średnio - 200g, Olej rzepakowy - 2g, szynka śląska - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Jabłko - 120g	Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 450g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 5g, Marchew - 60g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 120g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kapusta biała - 60g, Olej rzepakowy - 2g, Marchew - 20g, Cebula - 15g, Kukurydza, konserwowa - 20g, Koper ogrodowy - 2g, ocet - 1g, Cukier - 2g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Chleb wiejski - 30g, Chleb żytni razowy - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2108,54 kCal
Witamina C	309,45 mg
Witamina B12	1,56 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,61 mg
Niacyna	21,23 mg
Witamina B2	1,65 mg
Witamina B1	1,44 mg
Witamina E	13,38 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,26 mg
Skrobia	198,71 mg
Sól	5486,54 mg
Mangan	6,21 mg
Miedź	1,85 mg
Cynk	10,61 mg
Żelazo	13,22 mg
Magnez	418,99 mg
Fosfor	1387,97 mg
Wapń	717,14 mg
Potas	5895,48 mg
Sód	2522,23 mg
Błonnik pokarmowy	41,02 g
Cukry proste	30,83 g
Węglowodany	317,86 g
Cholesterol	151,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,35 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,28 g
Tłuszcze nienasycone	33,75 g
Tłuszcze nasycone	19,47 g
Tłuszcze	59,01 g
Białka	98,20 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.06.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	J	szynka śląska, zupa warzywna, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa warzywna, Pulpet drobiowy w sosie, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Pomidor, Sałata	kanapka z wędliną
	G	Woda - 250ml, Marchew - 70g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Ryż biały - 20g, Olej rzepakowy - 13g, Ziemniaki, średnio - 200g, szynka śląska - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Ryż biały - 15g, Woda - 500ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 140g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Koper ogrodowy - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 180g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Chleb wiejski *(glu) - 50g, Margaryna miękka, 80% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 20g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2187,39 kCal
Witamina C	251,75 mg
Witamina B12	0,95 µg
Foliany	0,53 mg
Witamina B6	3,65 mg
Niacyna	25,67 mg
Witamina B2	1,35 mg
Witamina B1	1,56 mg
Witamina E	17,39 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,51 mg
Skrobia	245,52 mg
Sól	5681,58 mg
Mangan	4,29 mg
Miedź	1,86 mg
Cynk	9,58 mg
Żelazo	13,07 mg
Magnez	393,17 mg
Fosfor	1221,20 mg
Wapń	262,43 mg
Potas	5973,75 mg
Sód	2222,38 mg
Błonnik pokarmowy	33,58 g
Cukry proste	17,03 g
Węglowodany	321,91 g
Cholesterol	196,65 mg
Tłuszcze wielonienasycone	19,15 g
Tłuszcze jednonienasycone	28,34 g
Tłuszcze nienasycone	50,61 g
Tłuszcze nasycone	13,96 g
Tłuszcze	69,32 g
Białka	87,29 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.06.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	→	szynka śląska, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml, surówka z marchewki tartej, Bułki pszenne zwykłe, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa krupnik 400ml, Pulpet drobiowy w sosie, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	budyń *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Pomidor, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	serek wiejski lekki *(mle)
	↺	kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, Marchew - 50g, Olej rzepakowy - 2g, szynka śląska - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 450g, Seler korzeniowy *(sel) - 55g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 100g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 150g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Koper ogrodowy - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Kalafior, mrożony - 180g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Budyń w proszku - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 120ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Bułki pszenne zwykłe - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, polędwica sopocka wieprzowa - 40g, Pomidor - 120g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 50g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2219,09 kCal
Witamina C	215,85 mg
Witamina B12	3,24 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	3,10 mg
Niacyna	18,93 mg
Witamina B2	2,24 mg
Witamina B1	1,32 mg
Witamina E	11,56 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,18 mg
Skrobia	174,40 mg
Sól	5312,27 mg
Mangan	2,74 mg
Miedź	1,45 mg
Cynk	9,05 mg
Żelazo	10,56 mg
Magnez	348,41 mg
Fosfor	1503,20 mg
Wapń	1021,69 mg
Potas	5290,12 mg
Sód	2452,57 mg
Błonnik pokarmowy	28,23 g
Cukry proste	21,39 g
Węglowodany	294,17 g
Cholesterol	238,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,69 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,28 g
Tłuszcze nienasycone	36,97 g
Tłuszcze nasycone	25,64 g
Tłuszcze	69,28 g
Białka	120,11 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.06.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	szynka śląska, Chleb wiejski *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	zupa krupnik 400ml, Pulpet drobiowy w sosie, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	budyń *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel)	serek wiejski lekki *(mle)
	G	kasza kukurydziana - 15g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, szynka śląska - 45g, Chleb wiejski - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Kasza jęczmienna, perłowa *(glu) - 25g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Seler korzeniowy *(sel) - 65g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 2g, Marchew - 80g, Mięso z ud kurczaka, ze skórą - 130g, Bułka czerstwa *(glu) - 20g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 2g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Kalafior, mrożony - 180g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Budyń w proszku - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 150ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 45g	serek wiejski lekki - 150g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2249,49 kCal
Witamina C	192,04 mg
Witamina B12	2,80 µg
Foliany	0,39 mg
Witamina B6	3,09 mg
Niacyna	19,68 mg
Witamina B2	2,00 mg
Witamina B1	1,43 mg
Witamina E	8,63 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,85 mg
Skrobia	208,88 mg
Sól	5633,52 mg
Mangan	3,57 mg
Miedź	1,46 mg
Cynk	9,15 mg
Żelazo	10,70 mg
Magnez	369,06 mg
Fosfor	1461,65 mg
Wapń	984,99 mg
Potas	5100,57 mg
Sód	2533,47 mg
Błonnik pokarmowy	30,12 g
Cukry proste	16,08 g
Węglowodany	323,75 g
Cholesterol	198,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,42 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,01 g
Tłuszcze nienasycone	33,49 g
Tłuszcze nasycone	25,07 g
Tłuszcze	64,58 g
Białka	109,49 g