

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.06.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	→	kiełbasa biała parzona, 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, Pomidor, Sałata, Ser, edamski tłusty	zupz szpinakowa 400ml, pyzy z mięsem, Kompot, surówka z kapusty czerwonej	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), kaszanka z cebulą, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	↺	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, kiełbasa biała parzona - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser, edamski tłusty - 30g	Szpinak, mrożony - 25g, Ziemniaki, średnio - 450g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 30g, Woda - 500ml, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Noga (udo) kurczaka - 40g, Wieprzowina, łopatka - 40g, Cebula - 30g, Skrobia ziemniaczana - 25g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, ocet - 2g, Cukier - 5g, Jabłko - 20g, Kapusta czerwona - 60g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kasza gryczana - 90g, Cebula - 20g, Olej rzepakowy - 2g, 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 - 400g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2388,42 kCal
Witamina C	228,99 mg
Witamina B12	4,39 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	3,65 mg
Niacyna	20,07 mg
Witamina B2	2,68 mg
Witamina B1	2,11 mg
Witamina E	13,48 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,03 mg
Skrobia	238,46 mg
Sól	4588,15 mg
Mangan	6,92 mg
Miedź	1,92 mg
Cynk	15,66 mg
Żelazo	14,18 mg
Magnez	619,45 mg
Fosfor	2218,65 mg
Wapń	1487,75 mg
Potas	5759,00 mg
Sód	1833,40 mg
Błonnik pokarmowy	33,25 g
Cukry proste	15,95 g
Węglowodany	351,29 g
Cholesterol	222,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,38 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,91 g
Tłuszcze nienasycone	40,64 g
Tłuszcze nasycone	26,21 g
Tłuszcze	71,14 g
Białka	102,07 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.06.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	płatki owsiane na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	Kompot, makaron z twarogiem i polewą truskawkową, zupa szpinakowa 400ml	kielbasa biała parzona, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Skyr owocowy *(mle)
	G	Płatki owsiane - 30g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Schab biały *(soj) - 25g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 80g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 80g, Truskawki, mrożone - 200g, Ziemniaki, średnio - 290g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 40g, Marchew - 50g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Szpinak, mrożony - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, kielbasa biała parzona - 90g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	skyr owocowy *(mle) - 1g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2238,95 kCal
Witamina C	248,10 mg
Witamina B12	3,48 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	2,26 mg
Niacyna	13,53 mg
Witamina B2	2,28 mg
Witamina B1	1,31 mg
Witamina E	11,97 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,91 mg
Skrobia	203,09 mg
Sól	5167,70 mg
Mangan	4,60 mg
Miedź	1,58 mg
Cynk	9,44 mg
Żelazo	12,49 mg
Magnez	361,60 mg
Fosfor	1493,50 mg
Wapń	1151,00 mg
Potas	4251,90 mg
Sód	2085,70 mg
Błonnik pokarmowy	27,69 g
Cukry proste	25,47 g
Węglowodany	302,33 g
Cholesterol	265,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,16 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,55 g
Tłuszcze nienasycone	40,13 g
Tłuszcze nasycone	27,57 g
Tłuszcze	72,08 g
Białka	109,63 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.06.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	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, Ogórek, Sałata, Schab biały *(soj)	kanapka z papryką	zupz szpinakowa 400ml, pyzy z mięsem, Kompot, surówka z czerwonej kapusty	Jabłko	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, Szyinka wieprzowa, gotowana	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	↺	Płatki owsiane - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Schab biały *(soj) - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Sałata - 2g, Papryka czerwona - 25g	Ziemniaki, średnio - 500g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Woda - 500ml, Pietruszka, korzeń - 30g, Szpinak, mrożony - 25g, Noga (udo) kurczaka - 60g, Wieprzowina, łopatka - 45g, Cebula - 30g, Marchew - 50g, Skrobia ziemniaczana - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 20g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kapusta czerwona - 80g, Jabłko - 15g, Olej rzepakowy - 5g	Jabłko - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Szyinka wieprzowa, gotowana - 25g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2377,02 kCal
Witamina C	241,54 mg
Witamina B12	5,71 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,49 mg
Niacyna	21,32 mg
Witamina B2	2,89 mg
Witamina B1	1,97 mg
Witamina E	15,36 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,97 mg
Skrobia	210,27 mg
Sól	5025,30 mg
Mangan	6,88 mg
Miedź	1,99 mg
Cynk	14,75 mg
Żelazo	15,00 mg
Magnez	483,28 mg
Fosfor	2030,87 mg
Wapń	1342,48 mg
Potas	6190,58 mg
Sód	2047,88 mg
Błonnik pokarmowy	35,91 g
Cukry proste	26,22 g
Węglowodany	338,89 g
Cholesterol	446,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,65 g
Tłuszcze jednonienasycone	25,38 g
Tłuszcze nienasycone	39,04 g
Tłuszcze nasycone	27,19 g
Tłuszcze	73,67 g
Białka	108,72 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.06.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	↪	zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	pyzy z mięsem, Kompot, surówka z czerwonej kapusty, zupa szpinakowa 400ml	Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Szynka wieprzowa, gotowana	Jabłko
	↻	Pietruszka, liście - 6g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 290g, Woda - 250ml, Ryż biały - 25g, Pietruszka, korzeń - 5g, Schab biały *(soj) - 30g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g	Olej rzepakowy - 7g, Pietruszka, korzeń - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Skrobia ziemniaczana - 10g, Ziemniaki, średnio - 500g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Noga (udo) kurczaka - 70g, Wieprzowina, łopatka - 50g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 35g, Cebula - 75g, Marchew - 45g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 550ml, Kapusta czerwona - 90g, Jabłko - 50g, Musztarda - 3g, Szpinak, mrożony - 25g	Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g, Szynka wieprzowa, gotowana - 50g	Jabłko - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2189,94 kCal
Witamina C	263,37 mg
Witamina B12	1,64 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,95 mg
Niacyna	28,60 mg
Witamina B2	1,58 mg
Witamina B1	2,01 mg
Witamina E	18,16 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,53 mg
Skrobia	250,62 mg
Sól	3928,08 mg
Mangan	4,08 mg
Miedź	2,00 mg
Cynk	11,47 mg
Żelazo	14,50 mg
Magnez	413,05 mg
Fosfor	1301,64 mg
Wapń	326,83 mg
Potas	6539,75 mg
Sód	1592,89 mg
Błonnik pokarmowy	35,17 g
Cukry proste	31,66 g
Węglowodany	340,83 g
Cholesterol	329,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,78 g
Tłuszcze jednonienasycone	25,62 g
Tłuszcze nienasycone	42,39 g
Tłuszcze nasycone	13,08 g
Tłuszcze	61,62 g
Białka	85,56 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.06.2026, PONIEDZIAŁEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	↪	płatki owsiane na mleku 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	Kompot, makaron z twarogiem i polewą truskawkową, zupa szpinakowa 400ml	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	serek wiejski lekki *(mle)
	↻	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Płatki owsiane - 35g, Woda - 100ml, Schab biały *(soj) - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Jaja gotowane - 55g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Woda - 550ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 60g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 120g, Truskawki, mrożone - 250g, Szpinak, mrożony - 25g, Ziemniaki, średnio - 200g, Marchew - 70g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 40g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, szynka gotowana wieprzowa - 60g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2131,30 kCal
Witamina C	255,21 mg
Witamina B12	4,04 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	2,00 mg
Niacyna	12,01 mg
Witamina B2	2,52 mg
Witamina B1	1,23 mg
Witamina E	9,88 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,02 mg
Skrobia	193,18 mg
Sól	5474,85 mg
Mangan	4,47 mg
Miedź	1,58 mg
Cynk	9,71 mg
Żelazo	12,71 mg
Magnez	350,05 mg
Fosfor	1621,65 mg
Wapń	1269,70 mg
Potas	4060,65 mg
Sód	2606,15 mg
Błonnik pokarmowy	26,48 g
Cukry proste	26,16 g
Węglowodany	296,21 g
Cholesterol	288,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,21 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,62 g
Tłuszcze nienasycone	25,83 g
Tłuszcze nasycone	24,10 g
Tłuszcze	57,52 g
Białka	121,21 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.06.2026, PONIEDZIAŁEK

		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, Schab biały *(soj)	Kompot, makaron z twarogiem i polewą truskawkową, zupa szpinakowa 400ml	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka gotowana wieprzowa *(gor, glu, sel), 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	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Płatki owsiane - 15g, Woda - 100ml, Schab biały *(soj) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Woda - 550ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Cukier - 3g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 70g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 120g, Truskawki, mrożone - 150g, Pietruszka, korzeń - 40g, Cebula - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Marchew - 70g, Szpinak, mrożony - 25g, Ziemniaki, średnio - 200g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Seler korzeniow	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka gotowana wieprzowa - 40g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	serek wiejski lekki - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	1983,27 kCal
Witamina C	172,51 mg
Witamina B12	4,18 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	1,85 mg
Niacyna	11,02 mg
Witamina B2	2,44 mg
Witamina B1	1,10 mg
Witamina E	8,17 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,87 mg
Skrobia	172,51 mg
Sól	4724,89 mg
Mangan	3,59 mg
Miedź	1,32 mg
Cynk	8,96 mg
Żelazo	10,50 mg
Magnez	317,40 mg
Fosfor	1530,90 mg
Wapń	1282,58 mg
Potas	3668,71 mg
Sód	2306,63 mg
Błonnik pokarmowy	23,44 g
Cukry proste	19,26 g
Węglowodany	269,02 g
Cholesterol	276,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,11 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,18 g
Tłuszcze nienasycone	24,29 g
Tłuszcze nasycone	24,40 g
Tłuszcze	55,78 g
Białka	113,77 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.06.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	J	połędwica miodowa regionalna *(soj), 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, Ogórek, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa grochowa 400ml, Kompot, sałatka z buraków i cebuli, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Krakowska parzona, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Ryż biały - 35g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, połędwica miodowa regionalna - 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, Ser twarogowy półtłusty - 40g	Groch, nasiona suche - 30g, Pietruszka, korzeń - 25g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Marchew - 65g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Cebula - 40g, Kiełbasa śląska - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Buraki, gotowane w wodzie - 90g, Olej rzepakowy - 15g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Pietruszka, liście - 2g	Kawa zbożowa *(glu) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Krakowska parzona - 50g, 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, soj - Soja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2246,63 kCal
Witamina C	130,44 mg
Witamina B12	3,51 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	3,28 mg
Niacyna	26,81 mg
Witamina B2	2,07 mg
Witamina B1	2,43 mg
Witamina E	11,46 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,55 mg
Skrobia	193,02 mg
Sól	4934,26 mg
Mangan	5,33 mg
Miedź	1,71 mg
Cynk	12,05 mg
Żelazo	13,42 mg
Magnez	408,43 mg
Fosfor	1664,88 mg
Wapń	1143,51 mg
Potas	5420,75 mg
Sód	2016,78 mg
Błonnik pokarmowy	32,93 g
Cukry proste	31,51 g
Węglowodany	312,80 g
Cholesterol	142,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,25 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,16 g
Tłuszcze nienasycone	41,39 g
Tłuszcze nasycone	23,60 g
Tłuszcze	68,48 g
Białka	110,25 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.06.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	↪	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, twaróg z zielenią	zupa grysikowa 400ml, pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	szynka biała *(gor, glu), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Dżem morelowy, niskosłodzony, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	G	Ryż biały - 35g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Pietruszka, liście - 3g, Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Pietruszka, korzeń - 25g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Burak - 160g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Dżem morelowy, niskosłodzony - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2254,08 kCal
Witamina C	157,79 mg
Witamina B12	4,49 µg
Foliany	0,54 mg
Witamina B6	3,17 mg
Niacyna	21,60 mg
Witamina B2	2,85 mg
Witamina B1	1,79 mg
Witamina E	9,28 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,39 mg
Skrobia	200,37 mg
Sól	4196,96 mg
Mangan	4,03 mg
Miedź	1,65 mg
Cynk	12,91 mg
Żelazo	13,19 mg
Magnez	382,10 mg
Fosfor	1797,29 mg
Wapń	1103,79 mg
Potas	5835,51 mg
Sód	1629,38 mg
Błonnik pokarmowy	29,85 g
Cukry proste	17,96 g
Węglowodany	334,58 g
Cholesterol	179,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,39 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,32 g
Tłuszcze nienasycone	29,65 g
Tłuszcze nasycone	25,00 g
Tłuszcze	57,97 g
Białka	113,30 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.06.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	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, Szczypiorek, twaróg z zieleniną	Jabłko	zupa grysikowa 400ml, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	kanapka z ogórkiem	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, Rzodkiewka, Sałata	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)
	G	Ryż biały - 35g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 2g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Szczypiorek - 10g	Jabłko - 80g	Kasza manna *(glu) - 10g, Ziemniaki, średnio - 590g, Marchew - 55g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Olej rzepakowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Margaryna miękka, 80% 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) - 250ml, szynka biała - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2346,73 kCal
Witamina C	143,44 mg
Witamina B12	4,35 µg
Foliany	0,35 mg
Witamina B6	3,44 mg
Niacyna	25,39 mg
Witamina B2	2,44 mg
Witamina B1	2,24 mg
Witamina E	15,31 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,75 mg
Skrobia	210,68 mg
Sól	4795,81 mg
Mangan	6,55 mg
Miedź	1,71 mg
Cynk	12,78 mg
Żelazo	12,39 mg
Magnez	442,56 mg
Fosfor	1909,69 mg
Wapń	1167,76 mg
Potas	5743,55 mg
Sód	1916,02 mg
Błonnik pokarmowy	36,06 g
Cukry proste	18,40 g
Węglowodany	322,95 g
Cholesterol	146,25 mg
Tłuszcze wielonienasycone	18,04 g
Tłuszcze jednonienasycone	25,50 g
Tłuszcze nienasycone	45,93 g
Tłuszcze nasycone	27,36 g
Tłuszcze	77,61 g
Białka	103,49 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.06.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	↪	polędwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	zupa grysikowa 400ml, pulpet gotowany w sosie koperkowym, buraczki duszone, Kompot, Ziemniaki gotowane	szynka biała *(gor, glu), Chleb wiejski *(glu), Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, Herbata czarna, napar bez cukru, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)
	↻	Ziemniaki, średnio - 200g, Olej rzepakowy - 5g, Pietruszka, liście - 6g, Woda - 250ml, Ryż biały - 25g, Marchew - 20g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, polędwica miodowa Ł - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Seler korzeniowy *(sel) - 25g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 3g, Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 500g, Marchew - 45g, Olej rzepakowy - 10g, Wieprzowina, łopatka - 130g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Jaja kurze całe *(jaj) - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, ocet - 1g, Cukier - 2g, Burak - 200g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	szynka biała - 40g, Chleb wiejski - 75g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Herbata czarna, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Chleb wiejski *(glu) - 50g, kielbasa szynkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Sałata - 2g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2237,72 kCal
Witamina C	191,62 mg
Witamina B12	0,99 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	3,40 mg
Niacyna	26,86 mg
Witamina B2	1,25 mg
Witamina B1	2,01 mg
Witamina E	17,11 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,70 mg
Skrobia	248,32 mg
Sól	5252,38 mg
Mangan	5,36 mg
Miedź	1,80 mg
Cynk	11,56 mg
Żelazo	15,89 mg
Magnez	372,04 mg
Fosfor	1067,08 mg
Wapń	297,87 mg
Potas	5995,77 mg
Sód	1690,56 mg
Błonnik pokarmowy	33,43 g
Cukry proste	18,02 g
Węglowodany	343,00 g
Cholesterol	97,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	18,17 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,55 g
Tłuszcze nienasycone	48,98 g
Tłuszcze nasycone	15,44 g
Tłuszcze	67,83 g
Białka	79,89 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.06.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Dżem morelowy, niskosłodzony, Kawa, napar bez cukru *(glu), Sałata, twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, buraczki duszone, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)	szynka biała *(gor, glu), 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)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Ryż biały - 25g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 10g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Dżem morelowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Sałata - 10g	Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Kasza manna *(glu) - 15g, Ziemniaki, średnio - 550g, Marchew - 85g, Pietruszka, liście - 5g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Burak - 200g, Cukier - 2g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 3g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, szynka biała - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 150g, Sałata - 10g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2446,43 kCal
Witamina C	181,88 mg
Witamina B12	5,44 µg
Foliany	0,61 mg
Witamina B6	3,75 mg
Niacyna	28,65 mg
Witamina B2	3,18 mg
Witamina B1	2,41 mg
Witamina E	9,15 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,21 mg
Skrobia	216,25 mg
Sól	4897,56 mg
Mangan	3,93 mg
Miedź	1,77 mg
Cynk	13,04 mg
Żelazo	14,82 mg
Magnez	432,50 mg
Fosfor	2105,45 mg
Wapń	1386,22 mg
Potas	6695,54 mg
Sód	1956,97 mg
Błonnik pokarmowy	29,40 g
Cukry proste	19,08 g
Węglowodany	357,91 g
Cholesterol	172,60 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,11 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,95 g
Tłuszcze nienasycone	30,21 g
Tłuszcze nasycone	26,12 g
Tłuszcze	59,66 g
Białka	134,37 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.06.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), twaróg z zieleniną	zupa grysikowa 400ml, buraczki duszone, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)	szynka biała *(glu, gor), 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) - 300ml, Ryż biały - 25g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 70g, Koper ogrodowy - 15g, Chleb wiejski - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g	Kasza manna *(glu) - 25g, Ziemniaki, średnio - 590g, Marchew - 65g, Seler korzeniowy *(sel) - 35g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, ocet - 2g, Cukier - 2g, Burak - 180g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 130g, Olej rzepakowy - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g	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	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2373,50 kCal
Witamina C	147,17 mg
Witamina B12	5,24 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,61 mg
Niacyna	27,91 mg
Witamina B2	3,01 mg
Witamina B1	2,37 mg
Witamina E	8,50 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,60 mg
Skrobia	218,78 mg
Sól	4591,41 mg
Mangan	4,05 mg
Miedź	1,67 mg
Cynk	12,75 mg
Żelazo	13,81 mg
Magnez	423,40 mg
Fosfor	2054,90 mg
Wapń	1290,77 mg
Potas	6221,89 mg
Sód	1834,67 mg
Błonnik pokarmowy	27,79 g
Cukry proste	8,88 g
Węglowodany	340,09 g
Cholesterol	166,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,62 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,47 g
Tłuszcze nienasycone	33,24 g
Tłuszcze nasycone	24,37 g
Tłuszcze	60,93 g
Białka	129,95 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	J	Pasztet z kurczaka, płatki jęczmienne na mleku 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), Papryka czerwona, Sałata	kurczak pieczony, marchewka gotowana, Kompot, Ziemniaki gotowane, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, pasta z łososia wędzonego, Sałata	Banan
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Pasztet z kurczaka - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 220g, Marchew - 170g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Koper ogrodowy - 2g, Kalafior, mrożony - 30g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Pietruszka, korzeń - 15g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Koper ogrodowy - 15g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 30g, łosoś brzuszek - 40g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Banan - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2372,71 kCal
Witamina C	197,19 mg
Witamina B12	3,98 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	4,13 mg
Niacyna	22,34 mg
Witamina B2	2,69 mg
Witamina B1	1,43 mg
Witamina E	10,40 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,74 mg
Skrobia	177,19 mg
Sól	5608,56 mg
Mangan	5,21 mg
Miedź	1,84 mg
Cynk	12,90 mg
Żelazo	13,37 mg
Magnez	480,48 mg
Fosfor	1900,47 mg
Wapń	930,48 mg
Potas	6258,17 mg
Sód	2321,04 mg
Błonnik pokarmowy	33,67 g
Cukry proste	28,18 g
Węglowodany	327,72 g
Cholesterol	444,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,15 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,96 g
Tłuszcze nienasycone	34,35 g
Tłuszcze nasycone	22,81 g
Tłuszcze	75,84 g
Białka	112,32 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	→	kiełbasa szynkowa, płatki jęczmienne na mleku 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), brokuł gotowany, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	polędwica miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Kiwi
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 50g, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 120g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Brokuły, mrożone - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Koper ogrodowy - 2g, Kalafior, mrożony - 35g, Ziemniaki, średnio - 290g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, polędwica miodowa regionalna - 30g, Chleb wiejski - 75g, Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kiwi - 85g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2030,11 kCal
Witamina C	216,55 mg
Witamina B12	3,38 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,59 mg
Niacyna	17,06 mg
Witamina B2	2,22 mg
Witamina B1	1,19 mg
Witamina E	11,27 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,44 mg
Skrobia	174,33 mg
Sól	5382,16 mg
Mangan	3,61 mg
Miedź	1,41 mg
Cynk	9,24 mg
Żelazo	11,00 mg
Magnez	376,08 mg
Fosfor	1599,72 mg
Wapń	1087,23 mg
Potas	4765,37 mg
Sód	2007,19 mg
Błonnik pokarmowy	28,46 g
Cukry proste	18,23 g
Węglowodany	294,34 g
Cholesterol	220,45 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,02 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,93 g
Tłuszcze nienasycone	34,58 g
Tłuszcze nasycone	21,90 g
Tłuszcze	60,92 g
Białka	89,41 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	→	kiełbasa szynkowa, płatki jęczmienne na mleku 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	serek wiejski lekki *(mle)	Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), brokuł gotowany, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	Jabłko	polędwica miódowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, pasta z łososia wędzonego, Sałata	kanapka z wędliną
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, kiełbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	serek wiejski lekki - 140g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 120g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Brokuły, mrożone - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Kalafior, mrożony - 25g, Ziemniaki, średnio - 200g, Marchew - 20g, Pietruszka, korzeń - 10g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Koper ogrodowy - 2g, Pietruszka, liście - 5g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Jabłko - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Koper ogrodowy - 15g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 30g, łosoś brzuski - 40g, polędwica miódowa regionalna - 30g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, Sałata - 10g	Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 15g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x5)(5):
Kalorie	2223,73 kCal
Witamina C	219,58 mg
Witamina B12	3,15 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	2,37 mg
Niacyna	15,93 mg
Witamina B2	2,16 mg
Witamina B1	1,20 mg
Witamina E	11,58 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,35 mg
Skrobia	166,02 mg
Sól	6979,71 mg
Mangan	6,68 mg
Miedź	1,51 mg
Cynk	11,88 mg
Żelazo	13,05 mg
Magnez	390,66 mg
Fosfor	1669,99 mg
Wapń	1036,71 mg
Potas	4330,30 mg
Sód	3078,97 mg
Błonnik pokarmowy	34,20 g
Cukry proste	25,44 g
Węglowodany	293,90 g
Cholesterol	221,55 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,20 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,11 g
Tłuszcze nienasycone	30,94 g
Tłuszcze nasycone	23,19 g
Tłuszcze	73,31 g
Białka	114,98 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	↪	kielbasa szynkowa, 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 ziemniaczana *(glu, sel, mle), Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), brokuł gotowany, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot	polędwica miodowa Ł *(gor, glu, sel), Chleb wiejski *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Banan
	↻	Marchew - 100g, Woda - 250ml, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 200g, Ryż biały - 15g, Olej rzepakowy - 10g, kielbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Olej rzepakowy - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Ziemniaki, średnio - 170g, Woda - 550ml, Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 120g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Brokuły, mrożone - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	polędwica miodowa Ł - 50g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Banan - 200g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2069,48 kCal
Witamina C	218,81 mg
Witamina B12	1,28 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,27 mg
Niacyna	20,78 mg
Witamina B2	1,52 mg
Witamina B1	1,16 mg
Witamina E	17,98 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,39 mg
Skrobia	187,89 mg
Sól	4831,56 mg
Mangan	4,55 mg
Miedź	1,75 mg
Cynk	8,81 mg
Żelazo	13,58 mg
Magnez	401,13 mg
Fosfor	1157,28 mg
Wapń	324,76 mg
Potas	5437,95 mg
Sód	1426,68 mg
Błonnik pokarmowy	32,07 g
Cukry proste	31,37 g
Węglowodany	307,76 g
Cholesterol	317,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	17,54 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,02 g
Tłuszcze nienasycone	47,92 g
Tłuszcze nasycone	13,04 g
Tłuszcze	65,92 g
Białka	76,60 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	kielbasa szynkowa, płatki jęczmienne na mleku 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kajzerki, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), brokuł gotowany, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	południca miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle), Kajzerki, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 50g, kielbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 25g, Kajzerki - 55g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 240g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Brokuły, mrożone - 120g, Woda - 500ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kalafior, mrożony - 70g, Ziemniaki, średnio - 200g, Marchew - 70g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Koper ogrodowy - 2g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kasza manna *(glu) - 25g, Syrop truskawkowy - 10g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 150ml	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, połędwica miodowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 25g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g, Kajzerki - 55g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2319,01 kCal
Witamina C	158,01 mg
Witamina B12	5,87 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	2,91 mg
Niacyna	19,55 mg
Witamina B2	3,46 mg
Witamina B1	1,44 mg
Witamina E	9,29 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,74 mg
Skrobia	186,81 mg
Sól	6976,91 mg
Mangan	3,27 mg
Miedź	1,39 mg
Cynk	13,33 mg
Żelazo	12,10 mg
Magnez	453,23 mg
Fosfor	2302,37 mg
Wapń	1765,68 mg
Potas	5537,72 mg
Sód	2788,44 mg
Błonnik pokarmowy	26,70 g
Cukry proste	12,28 g
Węglowodany	310,21 g
Cholesterol	345,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,09 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,75 g
Tłuszcze nienasycone	35,25 g
Tłuszcze nasycone	25,36 g
Tłuszcze	66,38 g
Białka	133,02 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	kielbasa szynkowa, płatki jęczmienne na mleku 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Galantyna drobiowa gotowana w sosie *(glu, jaj, mle), brokuł gotowany, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana *(glu), Kompot, zupa kalafiorowa *(glu, mle)	kasza manna z sokiem *(glu, mle)	południca miodowa regionalna *(soj), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu *(mle)
	G	Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, kielbasa szynkowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 120g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Brokuły, mrożone - 180g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 500ml, Kalafior, mrożony - 60g, Ziemniaki, średnio - 200g, Marchew - 70g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana - 150g	Kasza manna *(glu) - 30g, Syrop truskawkowy - 30g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 150ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, połędwica miodowa regionalna - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu - 400g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2213,10 kCal
Witamina C	175,97 mg
Witamina B12	4,64 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	2,46 mg
Niacyna	16,07 mg
Witamina B2	2,85 mg
Witamina B1	1,31 mg
Witamina E	13,17 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,08 mg
Skrobia	182,22 mg
Sól	6050,45 mg
Mangan	3,75 mg
Miedź	1,22 mg
Cynk	11,13 mg
Żelazo	11,24 mg
Magnez	406,25 mg
Fosfor	1887,25 mg
Wapń	1498,55 mg
Potas	4863,65 mg
Sód	2418,60 mg
Błonnik pokarmowy	27,09 g
Cukry proste	11,38 g
Węglowodany	307,47 g
Cholesterol	232,75 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,27 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,37 g
Tłuszcze nienasycone	39,04 g
Tłuszcze nasycone	24,53 g
Tłuszcze	68,70 g
Białka	104,27 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.06.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	Krakowska parzona, Zupa mleczna zacierkowa 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, Sałata	zupa jarzynowa 400ml, makaron spaghetti, Kompot, Ogórek	marmolada wieloowocowa, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Schab biały *(soj)	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy
	G	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Krakowska parzona - 50g, 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	Ziemniaki, średnio - 200g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 140g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 2g, Pietruszka, liście - 9g, Seler korzeniowy *(sel) - 90g, Pietruszka, korzeń - 35g, Cebula - 30g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Olej rzepakowy - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 70g, Wieprzowina, łopatka - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ogórek - 120g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Schab biały *(soj) - 1g, 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, truskawkowy - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2299,53 kCal
Witamina C	108,79 mg
Witamina B12	4,14 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	2,36 mg
Niacyna	18,73 mg
Witamina B2	2,53 mg
Witamina B1	1,79 mg
Witamina E	10,34 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,95 mg
Skrobia	183,40 mg
Sól	5031,38 mg
Mangan	4,56 mg
Miedź	1,53 mg
Cynk	12,74 mg
Żelazo	11,98 mg
Magnez	346,71 mg
Fosfor	1628,93 mg
Wapń	1046,55 mg
Potas	4378,12 mg
Sód	2043,30 mg
Błonnik pokarmowy	31,44 g
Cukry proste	36,86 g
Węglowodany	328,73 g
Cholesterol	203,02 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,71 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,70 g
Tłuszcze nienasycone	35,51 g
Tłuszcze nasycone	25,30 g
Tłuszcze	65,74 g
Białka	116,56 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.06.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Buraki, gotowane w wodzie, 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 jarzynowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)
	G	Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, 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 konserwowa wieprzowa - 50g	Pietruszka, liście - 5g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Pietruszka, korzeń - 25g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Ziemniaki, średnio - 590g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, mieszanka warzywna - 25g, Marchew - 70g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, Wieprzowina, szynka surowa - 120g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, 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 - 10g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2022,88 kCal
Witamina C	198,18 mg
Witamina B12	3,73 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,51 mg
Niacyna	25,23 mg
Witamina B2	2,35 mg
Witamina B1	2,55 mg
Witamina E	11,17 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,89 mg
Skrobia	197,83 mg
Sól	4986,29 mg
Mangan	3,46 mg
Miedź	1,66 mg
Cynk	11,18 mg
Żelazo	12,97 mg
Magnez	405,75 mg
Fosfor	1568,63 mg
Wapń	1130,37 mg
Potas	6042,23 mg
Sód	1992,56 mg
Błonnik pokarmowy	29,99 g
Cukry proste	14,95 g
Węglowodany	300,07 g
Cholesterol	185,63 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,72 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,88 g
Tłuszcze nienasycone	37,05 g
Tłuszcze nasycone	20,60 g
Tłuszcze	60,72 g
Białka	98,10 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.06.2026, CZWARTEK

		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, Rzodkiewka, Sałata, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	kanapka z papryką	zupa jarzynowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	surówka z kapusty białej	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jabłko
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, 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, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Chleb żytni razowy *(glu) - 25g, Sałata - 2g, Papryka czerwona - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	mieszaneczka warzywna - 20g, Marchew - 35g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 8g, Fasola szparagowa - 120g, Mieszaneczka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, Szynka wieprzowa, gotowana - 120g	Koper ogrodowy - 2g, Kapusta biała - 80g, Olej rzepakowy - 2g, Marchew - 30g, Cebula - 15g, Kukurydza, konserwowa - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, polędwica z majerankiem - 50g, 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, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2090,94 kCal
Witamina C	260,48 mg
Witamina B12	2,86 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,19 mg
Niacyna	20,65 mg
Witamina B2	2,08 mg
Witamina B1	1,98 mg
Witamina E	16,19 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,99 mg
Skrobia	193,91 mg
Sól	7339,80 mg
Mangan	6,62 mg
Miedź	1,80 mg
Cynk	12,60 mg
Żelazo	14,66 mg
Magnez	424,84 mg
Fosfor	1533,98 mg
Wapń	980,98 mg
Potas	5749,85 mg
Sód	2934,20 mg
Błonnik pokarmowy	40,03 g
Cukry proste	30,01 g
Węglowodany	316,93 g
Cholesterol	165,43 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,79 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,91 g
Tłuszcze nienasycone	42,14 g
Tłuszcze nasycone	20,08 g
Tłuszcze	65,99 g
Białka	91,65 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.06.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	marmolada wieloowocowa, Zupa mleczna zaciekowa 300ml, Bułki pszenne zwykłe, 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 jarzynowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, marmolada wieloowocowa - 40g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Pietruszka, korzeń - 25g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Pietruszka, liście - 5g, mieszanka warzywna - 30g, Marchew - 100g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, Szynka wieprzowa, gotowana - 120g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, 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 - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, truskawkowy - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2301,73 kCal
Witamina C	172,30 mg
Witamina B12	4,55 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,16 mg
Niacyna	20,55 mg
Witamina B2	2,81 mg
Witamina B1	1,91 mg
Witamina E	11,17 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,43 mg
Skrobia	189,17 mg
Sól	7120,89 mg
Mangan	2,98 mg
Miedź	1,58 mg
Cynk	11,38 mg
Żelazo	12,12 mg
Magnez	386,85 mg
Fosfor	1781,23 mg
Wapń	1290,82 mg
Potas	5632,83 mg
Sód	2846,81 mg
Błonnik pokarmowy	28,45 g
Cukry proste	38,12 g
Węglowodany	338,04 g
Cholesterol	200,03 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,86 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,69 g
Tłuszcze nienasycone	39,02 g
Tłuszcze nasycone	24,13 g
Tłuszcze	66,71 g
Białka	118,33 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.06.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	Zupa mleczna zacierkowa 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, szynka konserwowa wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa jarzynowa 400ml, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	polędwica z majerankiem, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 500ml, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, mieszanka warzywna - 40g, Marchew - 65g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Fasola szparagowa - 180g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Olej rzepakowy - 5g, Szynka wieprzowa, gotowana - 120g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2158,08 kCal
Witamina C	156,49 mg
Witamina B12	4,64 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	3,07 mg
Niacyna	19,85 mg
Witamina B2	2,85 mg
Witamina B1	1,89 mg
Witamina E	9,79 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,75 mg
Skrobia	185,18 mg
Sól	6988,59 mg
Mangan	3,07 mg
Miedź	1,54 mg
Cynk	11,44 mg
Żelazo	11,96 mg
Magnez	387,90 mg
Fosfor	1803,18 mg
Wapń	1310,02 mg
Potas	5389,18 mg
Sód	2794,01 mg
Błonnik pokarmowy	27,34 g
Cukry proste	12,80 g
Węglowodany	297,12 g
Cholesterol	201,53 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,63 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,81 g
Tłuszcze nienasycone	38,93 g
Tłuszcze nasycone	24,46 g
Tłuszcze	66,80 g
Białka	119,58 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.06.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	J	marmolada wieloowocowa, 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 warzywna, fasolka szparagowa gotowana, Kompot, sztuka mięsa gotowana w sosie, Ziemniaki gotowane	polędwica z majerankiem, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jabłko
	G	Woda - 250ml, Marchew - 20g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 6g, Ziemniaki, średnio - 200g, Olej rzepakowy - 10g, Ryż biały - 25g, marmolada wieloowocowa - 40g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, szynka konserwowa wieprzowa - 50g	Ziemniaki, średnio - 500g, Ryż biały - 25g, Woda - 500ml, Marchew - 35g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 8g, Olej rzepakowy - 15g, Fasola szparagowa - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Szynka wieprzowa, gotowana - 130g	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	Jabłko - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2037,26 kCal
Witamina C	227,66 mg
Witamina B12	0,55 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,31 mg
Niacyna	25,23 mg
Witamina B2	1,09 mg
Witamina B1	1,88 mg
Witamina E	17,03 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,47 mg
Skrobia	228,57 mg
Sól	6196,47 mg
Mangan	3,97 mg
Miedź	1,87 mg
Cynk	9,41 mg
Żelazo	13,28 mg
Magnez	367,61 mg
Fosfor	1021,46 mg
Wapń	288,02 mg
Potas	5742,65 mg
Sód	2477,01 mg
Błonnik pokarmowy	31,87 g
Cukry proste	47,61 g
Węglowodany	334,18 g
Cholesterol	62,65 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,27 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,46 g
Tłuszcze nienasycone	47,13 g
Tłuszcze nasycone	9,25 g
Tłuszcze	59,54 g
Białka	74,22 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 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, gouda tłusty *(mle)	Filet rybny zapiekany *(glu, ryb, mle), Kapuśniak z młodej kapusty, Kompot, surówka z kapusty pekińskiej, Ziemniaki gotowane	kiełbasa żywiecka, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, sałatka makaronowa I	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	G	kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g, Ser, gouda tłusty - 50g	filety zapiekane z serem *(glu, mle) - 100g, Kapusta biała - 90g, Marchew - 90g, Seler korzeniowy *(sel) - 20g, Pietruszka, liście - 15g, Pietruszka, korzeń - 20g, Ziemniaki, średnio - 500g, Koper ogrodowy - 23g, Mieszanka owocowa, mrożona - 100g, Woda - 250ml, Kapusta pekińska - 90g, Papryka czerwona - 25g, Kukurydza, konserwowa - 5g, Olej rzepakowy - 5g, Cebula - 15g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Papryka czerwona - 60g, Ogórek - 80g, Majonez domowy z olejem rzepakowym *(jaj) - 5g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 20g, Koper ogrodowy - 3g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 40g, kiełbasa żywiecka - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2333,33 kCal
Witamina C	370,87 mg
Witamina B12	4,64 µg
Foliany	0,57 mg
Witamina B6	3,34 mg
Niacyna	17,16 mg
Witamina B2	2,41 mg
Witamina B1	1,47 mg
Witamina E	15,54 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,02 mg
Skrobia	180,59 mg
Sól	6129,08 mg
Mangan	4,90 mg
Miedź	1,86 mg
Cynk	12,35 mg
Żelazo	12,53 mg
Magnez	432,94 mg
Fosfor	1765,16 mg
Wapń	1696,94 mg
Potas	5902,96 mg
Sód	1949,32 mg
Błonnik pokarmowy	35,95 g
Cukry proste	27,46 g
Węglowodany	341,08 g
Cholesterol	129,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,22 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,86 g
Tłuszcze nienasycone	42,25 g
Tłuszcze nasycone	26,97 g
Tłuszcze	73,04 g
Białka	95,10 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 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 ziemniaczana *(glu, sel, mle), Kompot, pulpet z ryby gotowany *(glu, ryb, jaj), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja kurze całe *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	serek wiejski z dodatkiem owocowym *(mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, kasza kukurydziana - 25g, Woda - 100ml, 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	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 30g, Marchew - 100g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 75g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 550ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, miruna ryba - 90g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Chleb wiejski - 75g, Jaja kurze całe - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	serek wiejski z dodatkiem owocowym - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2197,50 kCal
Witamina C	162,61 mg
Witamina B12	4,12 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	2,72 mg
Niacyna	15,37 mg
Witamina B2	2,34 mg
Witamina B1	1,20 mg
Witamina E	11,62 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,03 mg
Skrobia	173,51 mg
Sól	3913,05 mg
Mangan	2,96 mg
Miedź	1,45 mg
Cynk	9,19 mg
Żelazo	11,49 mg
Magnez	330,05 mg
Fosfor	1528,05 mg
Wapń	988,25 mg
Potas	5074,75 mg
Sód	1567,70 mg
Błonnik pokarmowy	30,32 g
Cukry proste	33,42 g
Węglowodany	317,05 g
Cholesterol	466,70 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,51 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,90 g
Tłuszcze nienasycone	32,88 g
Tłuszcze nasycone	24,31 g
Tłuszcze	61,80 g
Białka	103,48 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	zupa warzywna, 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	Jabłko	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Ryba gotowana, Kompot, surówka z kapusty pekińskiej, Ziemniaki gotowane	kanapka z ogórkiem	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja kurze całe *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	SKYR naturalny *(mle)
	↺	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 20g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 200g, 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 - 15g	Jabłko - 150g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 15g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 550ml, miruna ryba - 120g, Olej rzepakowy - 15g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Kapusta pekińska - 90g, Papryka czerwona - 25g, Kukurydza, konserwowa - 5g, Cebula - 15g, Koper ogrodowy - 3g	Ogórek - 30g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Sałata - 2g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Jaja kurze całe - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 140g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2286,94 kCal
Witamina C	272,70 mg
Witamina B12	3,16 µg
Foliany	0,60 mg
Witamina B6	3,60 mg
Niacyna	18,56 mg
Witamina B2	2,20 mg
Witamina B1	1,44 mg
Witamina E	19,40 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,34 mg
Skrobia	217,55 mg
Sól	3504,80 mg
Mangan	7,07 mg
Miedź	2,00 mg
Cynk	12,41 mg
Żelazo	15,10 mg
Magnez	435,98 mg
Fosfor	1727,08 mg
Wapń	834,21 mg
Potas	6308,16 mg
Sód	1553,17 mg
Błonnik pokarmowy	41,16 g
Cukry proste	31,71 g
Węglowodany	330,84 g
Cholesterol	404,65 mg
Tłuszcze wielonienasycone	17,33 g
Tłuszcze jednonienasycone	29,93 g
Tłuszcze nienasycone	47,26 g
Tłuszcze nasycone	16,19 g
Tłuszcze	68,70 g
Białka	105,41 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	J	polędwica z majerankiem, zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Miód pszczeli *(Mió), Sałata	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Kompot, pulpet z ryby gotowany *(glu, ryb, jaj), 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	Chrupki kukurydżiane
	G	Woda - 250ml, Marchew - 10g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 6g, Olej rzepakowy - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, Płatki owsiane - 10g, polędwica z majerankiem - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Miód pszczeli - 25g, Sałata - 10g	Olej rzepakowy - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 15g, Ziemniaki, średnio - 520g, Woda - 550ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, miruna ryba - 120g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, mieszanka warzywna - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g	Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Chrupki kukurydżiane - 30g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2070,64 kCal
Witamina C	197,58 mg
Witamina B12	1,44 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	2,92 mg
Niacyna	19,46 mg
Witamina B2	1,25 mg
Witamina B1	1,25 mg
Witamina E	16,32 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,75 mg
Skrobia	228,86 mg
Sól	3648,33 mg
Mangan	3,69 mg
Miedź	1,78 mg
Cynk	8,20 mg
Żelazo	13,76 mg
Magnez	372,64 mg
Fosfor	1228,49 mg
Wapń	277,13 mg
Potas	5640,55 mg
Sód	1479,04 mg
Błonnik pokarmowy	32,38 g
Cukry proste	16,26 g
Węglowodany	318,62 g
Cholesterol	396,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,52 g
Tłuszcze jednonienasycone	26,99 g
Tłuszcze nienasycone	51,12 g
Tłuszcze nasycone	10,61 g
Tłuszcze	66,11 g
Białka	76,71 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), kasza kukurydziana na mleku, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy chudy	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Kompot, pulpet z ryby gotowany *(glu, ryb, jaj), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)	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	Woda - 100ml, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, kasza kukurydziana - 25g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Sałata - 10g, Ser twarogowy chudy - 100g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Marchew - 100g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 80g, Ziemniaki, średnio - 500g, Woda - 550ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, miruna ryba - 120g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 5g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, mieszanka warzywna - 120g	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) - 250ml, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	SKYR naturalny *(mle) - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2070,53 kCal
Witamina C	162,28 mg
Witamina B12	4,16 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	2,72 mg
Niacyna	13,53 mg
Witamina B2	2,39 mg
Witamina B1	1,19 mg
Witamina E	11,94 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,12 mg
Skrobia	172,61 mg
Sól	3568,21 mg
Mangan	2,78 mg
Miedź	1,32 mg
Cynk	9,49 mg
Żelazo	10,97 mg
Magnez	302,97 mg
Fosfor	1622,34 mg
Wapń	1018,85 mg
Potas	4856,34 mg
Sód	1584,89 mg
Błonnik pokarmowy	30,06 g
Cukry proste	21,40 g
Węglowodany	280,33 g
Cholesterol	459,62 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,54 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,31 g
Tłuszcze nienasycone	31,79 g
Tłuszcze nasycone	19,79 g
Tłuszcze	56,32 g
Białka	120,29 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Kompot, pulpet z ryby gotowany *(glu, ryb, jaj), warzywa gotowane, Ziemniaki gotowane	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Jaja kurze całe *(jaj), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	SKYR naturalny *(mle)
	G	Woda - 100ml, kasza kukurydziana - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 1g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 20g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Pietruszka, korzeń - 30g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 60g, Ziemniaki, średnio - 590g, Woda - 550ml, Marchew - 80g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, miruna ryba - 120g, Margaryna miękka, 70% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, mieszanka warzywna - 180g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Chleb wiejski - 75g, Jaja kurze całe - 100g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	SKYR naturalny *(mle) - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2225,12 kCal
Witamina C	147,35 mg
Witamina B12	4,14 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	2,75 mg
Niacyna	13,49 mg
Witamina B2	2,26 mg
Witamina B1	1,17 mg
Witamina E	10,16 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,66 mg
Skrobia	176,09 mg
Sól	2996,25 mg
Mangan	2,74 mg
Miedź	1,29 mg
Cynk	8,72 mg
Żelazo	10,24 mg
Magnez	302,77 mg
Fosfor	1535,36 mg
Wapń	1170,24 mg
Potas	4803,51 mg
Sód	1353,24 mg
Błonnik pokarmowy	31,15 g
Cukry proste	39,69 g
Węglowodany	310,27 g
Cholesterol	469,50 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,82 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,72 g
Tłuszcze nienasycone	32,38 g
Tłuszcze nasycone	23,17 g
Tłuszcze	60,28 g
Białka	117,84 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.06.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	J	kielbasa podwawelska *(gor, glu), 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, Papryka czerwona, Sałata, Ser topiony, edamski	zupa botwinka 400ml *(glu, mle), gulasz z żołądków drobiowych, kalafior gotowany, Kasza gryczana, gotowana, Kompot	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Rzodkiewka, Sałata, szynka wyborna *(gor, glu, sel)	Jogurt morelowy, 1,5% tłuszczu
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 50g, kielbasa podwawelska - 40g, 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 - 5g, Ser topiony, edamski - 17,50g	botwinka - 40g, Burak - 40g, Marchew - 110g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 1g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 35g, ocet - 1g, Koper ogrodowy - 1g, Żołądek kurczaka - 120g, Olej rzepakowy - 5g, Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kasza gryczana, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Rzodkiewka - 40g, Sałata - 5g, szynka wyborna - 50g	Jogurt morelowy, 1,5% tłuszczu - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2134,01 kCal
Witamina C	189,75 mg
Witamina B12	3,61 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	2,31 mg
Niacyna	17,41 mg
Witamina B2	1,98 mg
Witamina B1	1,39 mg
Witamina E	11,00 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,67 mg
Skrobia	197,03 mg
Sól	5692,83 mg
Mangan	5,41 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	13,65 mg
Żelazo	16,55 mg
Magnez	463,28 mg
Fosfor	1686,63 mg
Wapń	1181,32 mg
Potas	4583,67 mg
Sód	2275,55 mg
Błonnik pokarmowy	31,68 g
Cukry proste	12,74 g
Węglowodany	300,33 g
Cholesterol	253,66 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,66 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,67 g
Tłuszcze nienasycone	37,73 g
Tłuszcze nasycone	25,01 g
Tłuszcze	66,88 g
Białka	98,09 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.06.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta łatwostrawna (x3)(3):	J	zupa mleczna z makaronem 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa botwinka 400ml *(glu, mle), schab duszony w sosie własnym, 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)	Banan
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 50g, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	botwinka - 40g, Burak - 40g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 1g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Ziemniaki, średnio - 500g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, ocet - 1g, Koper ogrodowy - 1g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Olej rzepakowy - 5g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, 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	Banan - 200g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2047,36 kCal
Witamina C	201,22 mg
Witamina B12	3,37 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	3,93 mg
Niacyna	26,66 mg
Witamina B2	2,21 mg
Witamina B1	2,28 mg
Witamina E	10,91 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,26 mg
Skrobia	182,36 mg
Sól	4464,85 mg
Mangan	3,98 mg
Miedź	1,59 mg
Cynk	9,32 mg
Żelazo	12,45 mg
Magnez	444,08 mg
Fosfor	1467,98 mg
Wapń	946,59 mg
Potas	6369,64 mg
Sód	1783,97 mg
Błonnik pokarmowy	30,41 g
Cukry proste	30,39 g
Węglowodany	310,48 g
Cholesterol	130,63 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,68 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,13 g
Tłuszcze nienasycone	27,81 g
Tłuszcze nasycone	19,77 g
Tłuszcze	51,94 g
Białka	99,73 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.06.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x6)(6):	→	zupa mleczna z makaronem 300ml, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	kanapka z pomidorem	zupa botwinka 400ml *(glu, mle), schab duszony w sosie własnym, kalafior gotowany, Kasza gryczana, gotowana, Kompot	Jabłko	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Papryka czerwona, Sałata, schab wiśniowy *(soj)	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 35g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 50g, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Chleb żytni razowy *(glu) - 30g, Pomidor - 30g, Sałata - 5g	botwinka - 40g, Burak - 40g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 1g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, ocet - 1g, Koper ogrodowy - 1g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Olej rzepakowy - 5g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kasza gryczana, gotowana - 150g	Jabłko - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 50g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 5g	serek wiejski lekki - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2115,46 kCal
Witamina C	195,87 mg
Witamina B12	3,05 µg
Foliany	0,37 mg
Witamina B6	2,81 mg
Niacyna	22,27 mg
Witamina B2	1,90 mg
Witamina B1	2,23 mg
Witamina E	13,09 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,39 mg
Skrobia	177,92 mg
Sól	5742,20 mg
Mangan	7,30 mg
Miedź	1,58 mg
Cynk	12,39 mg
Żelazo	14,38 mg
Magnez	491,58 mg
Fosfor	1637,98 mg
Wapń	1057,89 mg
Potas	4805,49 mg
Sód	2673,52 mg
Błonnik pokarmowy	37,89 g
Cukry proste	27,68 g
Węglowodany	295,79 g
Cholesterol	123,88 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,98 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,41 g
Tłuszcze nienasycone	31,39 g
Tłuszcze nasycone	22,95 g
Tłuszcze	60,95 g
Białka	114,33 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.06.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	↪	zupa warzywna, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa botwinka 400ml *(glu, mle), 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
	↻	Olej rzepakowy - 12g, Ziemniaki, średnio - 150g, Ryż biały - 30g, Woda - 250ml, Marchew - 60g, Pietruszka, korzeń - 10g, Pietruszka, liście - 10g, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	botwinka - 40g, Burak - 40g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 1g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, ocet - 1g, Koper ogrodowy - 1g, Olej rzepakowy - 25g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	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, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2108,18 kCal
Witamina C	238,68 mg
Witamina B12	0,84 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	4,15 mg
Niacyna	30,35 mg
Witamina B2	1,22 mg
Witamina B1	2,20 mg
Witamina E	19,50 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,29 mg
Skrobia	210,68 mg
Sól	4452,91 mg
Mangan	4,50 mg
Miedź	1,86 mg
Cynk	8,32 mg
Żelazo	13,86 mg
Magnez	447,83 mg
Fosfor	1052,80 mg
Wapń	309,52 mg
Potas	6662,91 mg
Sód	1778,86 mg
Błonnik pokarmowy	33,90 g
Cukry proste	31,51 g
Węglowodany	317,85 g
Cholesterol	50,65 mg
Tłuszcze wielonienasycone	18,39 g
Tłuszcze jednonienasycone	30,94 g
Tłuszcze nienasycone	49,33 g
Tłuszcze nasycone	10,24 g
Tłuszcze	64,56 g
Białka	80,55 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.06.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	zupa mleczna z makaronem 300ml, surówka z marchewki tartej, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa botwinka 400ml *(glu, mle), schab duszony w sosie własnym, kalafior gotowany, Kompot, Ziemniaki gotowane	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, schab wiśniowy *(soj), Ser twarogowy półtłusty *(mle)	serek wiejski lekki *(mle)
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Marchew - 50g, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	botwinka - 40g, Burak - 90g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 1g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Ziemniaki, średnio - 500g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, ocet - 1g, Koper ogrodowy - 1g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Olej rzepakowy - 5g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Kalafior, mrożony - 180g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Schab Wiśniowy *(soj) - 30g, Bułki pszenne zwykłe - 55g, Chleb wiejski - 25g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	serek wiejski lekki - 150g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2172,78 kCal
Witamina C	206,75 mg
Witamina B12	4,13 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	3,23 mg
Niacyna	24,97 mg
Witamina B2	2,45 mg
Witamina B1	2,23 mg
Witamina E	9,31 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,16 mg
Skrobia	188,81 mg
Sól	4992,41 mg
Mangan	3,17 mg
Miedź	1,45 mg
Cynk	9,70 mg
Żelazo	12,61 mg
Magnez	402,08 mg
Fosfor	1634,10 mg
Wapń	1316,22 mg
Potas	5873,86 mg
Sód	2372,76 mg
Błonnik pokarmowy	27,83 g
Cukry proste	16,51 g
Węglowodany	294,22 g
Cholesterol	143,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,83 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,18 g
Tłuszcze nienasycone	29,02 g
Tłuszcze nasycone	24,36 g
Tłuszcze	59,32 g
Białka	128,81 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.06.2026, SOBOTA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta papkowata (x4)(4):	J	zupa mleczna z makaronem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Kurczak gotowany *(glu, soj, mle), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	zupa botwinka 400ml *(glu, mle), schab duszony w sosie własnym, Kalafior, gotowany w wodzie, Kompot, Ziemniaki gotowane	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu *(mle)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	zupa warzywna
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Kurczak gotowany *(glu, mle) - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Burak - 90g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 15g, Pietruszka, liście - 1g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Ziemniaki, średnio - 500g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, ocet - 1g, Koper ogrodowy - 1g, botwinka - 40g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 120g, Olej rzepakowy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, Kalafior, gotowany w wodzie - 180g	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Olej rzepakowy - 10g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 100g, Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta papkowata (x4)(4):
Kalorie	2174,74 kCal
Witamina C	221,82 mg
Witamina B12	4,13 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,63 mg
Niacyna	27,35 mg
Witamina B2	2,51 mg
Witamina B1	2,34 mg
Witamina E	11,71 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,14 mg
Skrobia	204,77 mg
Sól	4104,91 mg
Mangan	3,91 mg
Miedź	1,64 mg
Cynk	10,69 mg
Żelazo	13,17 mg
Magnez	438,46 mg
Fosfor	1754,36 mg
Wapń	1207,45 mg
Potas	6360,54 mg
Sód	1640,10 mg
Błonnik pokarmowy	32,07 g
Cukry proste	12,68 g
Węglowodany	312,77 g
Cholesterol	144,68 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,25 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,57 g
Tłuszcze nienasycone	35,82 g
Tłuszcze nasycone	21,19 g
Tłuszcze	61,31 g
Białka	108,53 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.06.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	J	Kasza manna na mleku, surówka z marchewki tartej, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kabanosy, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, surówka z warzyw mieszanych, Kompot, kotlet schabowy, Ziemniaki gotowane	kielbasa żywiecka, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, sałatka ryżowo warzywna 140g, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Sałata	Kiwi
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Kasza manna *(glu) - 25g, Marchew - 50g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Kabanosy - 100g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 10g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 4g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 15g, Kapusta biała - 90g, Seler korzeniowy *(sel) - 50g, Cebula - 10g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Wieprzowina, schab surowy bez kości - 100g, Jaja kurze całe *(jaj) - 15g, Bułka tarta *(glu) - 10g, Olej rzepakowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 300g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Ryż biały - 50g, Papryka czerwona - 40g, Kukurydza, konserwowa - 5g, Ogórki, konserwowe - 20g, jogurt typ grecki *(mle) - 10ml, Majonez domowy z olejem rzepakowym *(jaj) - 5g, Pietruszka, liście - 3g, kielbasa żywiecka - 30g, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Sałata - 5g	Kiwi - 80g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2297,68 kCal
Witamina C	246,52 mg
Witamina B12	3,90 µg
Foliany	0,41 mg
Witamina B6	3,29 mg
Niacyna	28,52 mg
Witamina B2	2,22 mg
Witamina B1	2,62 mg
Witamina E	13,62 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,98 mg
Skrobia	215,00 mg
Sól	6668,51 mg
Mangan	4,97 mg
Miedź	1,63 mg
Cynk	14,36 mg
Żelazo	13,25 mg
Magnez	387,38 mg
Fosfor	1675,78 mg
Wapń	983,36 mg
Potas	5145,55 mg
Sód	2665,99 mg
Błonnik pokarmowy	32,59 g
Cukry proste	23,29 g
Węglowodany	319,07 g
Cholesterol	259,95 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,12 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,53 g
Tłuszcze nienasycone	39,61 g
Tłuszcze nasycone	25,45 g
Tłuszcze	70,13 g
Białka	113,93 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.06.2026, NIEDZIELA

		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, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, ryż gotowany, marchewka gotowana, Kompot	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Kasza manna *(glu) - 35g, Chleb wiejski - 75g, Jabłko - 150g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 35g, Marchew - 240g, Pietruszka, korzeń - 35g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 7g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Olej rzepakowy - 5g, Ryż biały - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta łatwostrawna (x3)(3):
Kalorie	2137,03 kCal
Witamina C	101,34 mg
Witamina B12	2,22 µg
Foliany	0,35 mg
Witamina B6	2,17 mg
Niacyna	9,97 mg
Witamina B2	2,17 mg
Witamina B1	0,96 mg
Witamina E	12,33 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,63 mg
Skrobia	184,86 mg
Sól	5923,11 mg
Mangan	3,42 mg
Miedź	1,21 mg
Cynk	7,56 mg
Żelazo	10,50 mg
Magnez	284,88 mg
Fosfor	1030,78 mg
Wapń	1126,31 mg
Potas	3538,30 mg
Sód	2527,33 mg
Błonnik pokarmowy	30,13 g
Cukry proste	46,08 g
Węglowodany	310,88 g
Cholesterol	194,45 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,51 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,74 g
Tłuszcze nienasycone	28,07 g
Tłuszcze nasycone	21,77 g
Tłuszcze	58,09 g
Białka	104,53 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.06.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	→	zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Ogórek, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	Jabłko	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, surówka z warzyw mieszanych, Kompot, Ziemniaki gotowane	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, sałatka ryżowo warzywna 140g, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Kefir, 2% tłuszczu *(mle)
	↺	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 150g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Ogórek - 80g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 10g	Jabłko - 150g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 5g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 80g, Pietruszka, korzeń - 35g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 7g, Olej rzepakowy - 10g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Kapusta biała - 60g, Cebula - 10g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ziemniaki, średnio - 300g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Papryka czerwona - 10g, Kukurydza, konserwowa - 10g, Ogórki, konserwowe - 20g, jogurt typ grecki *(mle) - 5ml, Pietruszka, liście - 5g, Ryż biały - 40g, szynka z kotła - 30g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Kefir, 2% tłuszczu - 375g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x5)(5):
Kalorie	2395,46 kCal
Witamina C	231,04 mg
Witamina B12	3,64 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,64 mg
Niacyna	16,45 mg
Witamina B2	2,76 mg
Witamina B1	1,41 mg
Witamina E	17,45 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,91 mg
Skrobia	216,06 mg
Sól	5986,22 mg
Mangan	6,56 mg
Miedź	1,92 mg
Cynk	11,62 mg
Żelazo	14,36 mg
Magnez	462,26 mg
Fosfor	1607,41 mg
Wapń	1262,82 mg
Potas	6051,75 mg
Sód	2505,82 mg
Błonnik pokarmowy	40,20 g
Cukry proste	29,23 g
Węglowodany	352,86 g
Cholesterol	197,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,74 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,72 g
Tłuszcze nienasycone	38,70 g
Tłuszcze nasycone	20,37 g
Tłuszcze	68,10 g
Białka	110,40 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.06.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x5)(5):	J	zupa warzywna, Chleb wiejski *(glu), Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), gulasz z indyka, marchewka gotowana, Kompot, Ryż biały, gotowany	szynka z kotła, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Kiwi
	G	Woda - 250ml, Ryż biały - 25g, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 10g, Ziemniaki, średnio - 250g, Olej rzepakowy - 10g, Chleb wiejski - 75g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 40g, Sałata - 5g	Olej rzepakowy - 15g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 25g, Marchew - 200g, Pietruszka, korzeń - 35g, Pietruszka, liście - 20g, Ziemniaki, średnio - 200g, Woda - 550ml, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Ryż biały, gotowany - 150g	szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Kiwi - 80g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x5)(5):
Kalorie	2000,70 kCal
Witamina C	233,96 mg
Witamina B12	0,00 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,16 mg
Niacyna	17,46 mg
Witamina B2	1,45 mg
Witamina B1	1,03 mg
Witamina E	17,55 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,76 mg
Skrobia	220,87 mg
Sól	5174,05 mg
Mangan	4,04 mg
Miedź	1,82 mg
Cynk	6,92 mg
Żelazo	12,96 mg
Magnez	355,95 mg
Fosfor	789,25 mg
Wapń	333,20 mg
Potas	5040,25 mg
Sód	2181,80 mg
Błonnik pokarmowy	32,09 g
Cukry proste	28,20 g
Węglowodany	306,59 g
Cholesterol	120,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,08 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,47 g
Tłuszcze nienasycone	37,97 g
Tłuszcze nasycone	9,49 g
Tłuszcze	55,04 g
Białka	82,99 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.06.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	J	Kasza manna na mleku, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel), Sałata	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, ryż gotowany, marchewka gotowana, Kompot	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Bułki pszenne zwykłe, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata	Jogurt truskawkowy z owsianką *(glu, mle)
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 50g, Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony - 25g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g, Sałata - 5g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 30g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 90g, Woda - 500ml, Pietruszka, liście - 7g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Ryż biały - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 250ml, szynka z kotła - 50g, Bułki pszenne zwykłe - 45g, Chleb wiejski - 50g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 100g, Sałata - 5g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):
Kalorie	2404,08 kCal
Witamina C	98,68 mg
Witamina B12	2,97 µg
Foliany	0,37 mg
Witamina B6	2,49 mg
Niacyna	11,49 mg
Witamina B2	2,53 mg
Witamina B1	1,03 mg
Witamina E	11,02 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,39 mg
Skrobia	246,55 mg
Sól	6589,51 mg
Mangan	4,07 mg
Miedź	1,35 mg
Cynk	9,66 mg
Żelazo	11,30 mg
Magnez	326,73 mg
Fosfor	1340,43 mg
Wapń	1406,91 mg
Potas	4003,70 mg
Sód	2792,33 mg
Błonnik pokarmowy	29,25 g
Cukry proste	42,87 g
Węglowodany	381,56 g
Cholesterol	178,95 mg
Tłuszcze wielonienasycone	9,55 g
Tłuszcze jednonienasycone	10,74 g
Tłuszcze nienasycone	23,11 g
Tłuszcze nasycone	19,33 g
Tłuszcze	50,09 g
Białka	118,31 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.06.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta miksowana (x4)(4):	J	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, ryż gotowany, marchewka gotowana, Kompot	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	zupa warzywna
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 7g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Olej rzepakowy - 5g, Ryż biały - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 100g
Dieta papkowata (x4)(4):	J	Kasza manna na mleku, Chleb wiejski *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, polędwica sopocka wieprzowa *(gor, glu, sel)	zupa pomidorowa z makaronem 400ml, gulasz z indyka, ryż gotowany, marchewka gotowana, Kompot	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle)	szynka z kotła, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D	zupa warzywna
	G	Kasza manna *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, polędwica sopocka wieprzowa - 50g	Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Marchew - 220g, Pietruszka, korzeń - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 70g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Woda - 500ml, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 5g, Pietruszka, liście - 7g, mięso gulaszowe z indyka - 110g, Olej rzepakowy - 5g, Ryż biały - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 150g	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 250ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, szynka z kotła - 50g, Chleb wiejski - 75g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	Ryż biały - 15g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 5g, Ziemniaki, średnio - 100g

	Dieta papkowata (x4)(4):	Dieta miksowana (x4)(4):
Kalorie	2398,31 kCal	2398,31 kCal
Witamina C	94,15 mg	94,15 mg
Witamina B12	2,97 µg	2,97 µg
Foliany	0,40 mg	0,40 mg
Witamina B6	2,68 mg	2,68 mg
Niacyna	11,88 mg	11,88 mg
Witamina B2	2,52 mg	2,52 mg
Witamina B1	1,07 mg	1,07 mg
Witamina E	12,79 mg	12,79 mg
Witamina D	0,00 mg	0,00 mg
Witamina A	5,05 mg	5,05 mg
Skrobia	259,85 mg	259,85 mg
Sól	6286,87 mg	6286,87 mg
Mangan	4,52 mg	4,52 mg
Miedź	1,46 mg	1,46 mg
Cynk	9,98 mg	9,98 mg
Żelazo	11,27 mg	11,27 mg
Magnez	345,21 mg	345,21 mg
Fosfor	1392,56 mg	1392,56 mg
Wapń	1194,62 mg	1194,62 mg
Potas	4135,95 mg	4135,95 mg
Sód	2627,31 mg	2627,31 mg
Błonnik pokarmowy	31,04 g	31,04 g
Cukry proste	14,55 g	14,55 g
Węglowodany	361,06 g	361,06 g
Cholesterol	206,45 mg	206,45 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,89 g	11,89 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,96 g	18,96 g
Tłuszcze nienasycone	32,40 g	32,40 g
Tłuszcze nasycone	21,57 g	21,57 g
Tłuszcze	62,42 g	62,42 g
Białka	111,33 g	111,33 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.06.2026, 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)
	↶	Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 80g, Marchew - 20g, Żelatyna - 4g, Woda - 100ml, Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, 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	Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, Pietruszka, korzeń - 25g, Marchew - 50g, Pietruszka, liście - 2g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 2g, Wieprzowina, łopatką - 60g, Woda - 400ml, Kapusta biała - 300g, Kielbasa 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

	Żywienie 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 22.06.2026, 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)
	↻	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Woda - 100ml, Ryż biały - 25g, 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) - 40g, Olej rzepakowy - 10g, Woda - 250ml, Mieszaneczka 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	2206,72 kCal
Witamina C	133,95 mg
Witamina B12	2,24 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	2,55 mg
Niacyna	14,96 mg
Witamina B2	1,69 mg
Witamina B1	1,13 mg
Witamina E	12,92 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,41 mg
Skrobia	226,21 mg
Sól	5544,54 mg
Mangan	3,40 mg
Miedź	1,44 mg
Cynk	7,72 mg
Żelazo	9,61 mg
Magnez	326,38 mg
Fosfor	1242,33 mg
Wapń	936,87 mg
Potas	4734,22 mg
Sód	2217,24 mg
Błonnik pokarmowy	28,09 g
Cukry proste	37,24 g
Węglowodany	335,08 g
Cholesterol	65,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,05 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,62 g
Tłuszcze nienasycone	38,26 g
Tłuszcze nasycone	23,05 g
Tłuszcze	64,00 g
Białka	86,71 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.06.2026, 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) - 40g, Mąka pszenna, typ 550 - 10g, Marchew - 20g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 2g, Ziemniaki, średnio - 200g, kielbasa zwyczajna *(gor, glu, sel) - 20g, 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	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kawa zbożowa *(glu) - 5g, 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	2040,43 kCal
Witamina C	300,64 mg
Witamina B12	2,91 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	2,49 mg
Niacyna	17,30 mg
Witamina B2	2,09 mg
Witamina B1	1,75 mg
Witamina E	17,74 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,15 mg
Skrobia	173,14 mg
Sól	7342,41 mg
Mangan	8,52 mg
Miedź	1,64 mg
Cynk	14,25 mg
Żelazo	13,46 mg
Magnez	417,48 mg
Fosfor	1578,83 mg
Wapń	1127,91 mg
Potas	4836,45 mg
Sód	2934,78 mg
Błonnik pokarmowy	42,32 g
Cukry proste	32,00 g
Węglowodany	304,82 g
Cholesterol	118,85 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,34 g
Tłuszcze jednonienasycone	18,18 g
Tłuszcze nienasycone	36,55 g
Tłuszcze nasycone	21,78 g
Tłuszcze	61,85 g
Białka	87,22 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.06.2026, 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 - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Olej rzepakowy - 10g, Ziemniaki, średnio - 200g, Chleb wiejski - 75g, 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) - 20g, Pietruszka, korzeń - 25g, Marchew - 50g, Pietruszka, liście - 2g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 10g, Wieprzowina, łopatka - 60g, 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	1997,11 kCal
Witamina C	287,09 mg
Witamina B12	1,20 µg
Foliany	0,54 mg
Witamina B6	2,59 mg
Niacyna	22,19 mg
Witamina B2	1,30 mg
Witamina B1	1,75 mg
Witamina E	21,43 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,90 mg
Skrobia	197,26 mg
Sól	6262,17 mg
Mangan	4,31 mg
Miedź	1,58 mg
Cynk	10,35 mg
Żelazo	13,07 mg
Magnez	342,21 mg
Fosfor	1015,36 mg
Wapń	433,97 mg
Potas	5065,90 mg
Sód	2503,11 mg
Błonnik pokarmowy	34,97 g
Cukry proste	34,60 g
Węglowodany	290,73 g
Cholesterol	234,80 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,69 g
Tłuszcze jednonienasycone	26,46 g
Tłuszcze nienasycone	48,17 g
Tłuszcze nasycone	14,30 g
Tłuszcze	66,56 g
Białka	75,98 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.06.2026, 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, Bułki pszenne zwykłe, 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 - 45g, 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 - 5g, 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, Bułki pszenne zwykłe - 50g, Chleb wiejski - 50g, 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	2384,37 kCal
Witamina C	140,59 mg
Witamina B12	3,63 µg
Foliany	0,43 mg
Witamina B6	2,72 mg
Niacyna	15,29 mg
Witamina B2	2,26 mg
Witamina B1	1,24 mg
Witamina E	12,44 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,90 mg
Skrobia	239,43 mg
Sól	6759,94 mg
Mangan	3,42 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	9,49 mg
Żelazo	11,28 mg
Magnez	364,78 mg
Fosfor	1551,43 mg
Wapń	1230,72 mg
Potas	5193,22 mg
Sód	2702,79 mg
Błonnik pokarmowy	28,79 g
Cukry proste	32,78 g
Węglowodany	351,96 g
Cholesterol	257,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,74 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,23 g
Tłuszcze nienasycone	38,99 g
Tłuszcze nasycone	26,53 g
Tłuszcze	69,05 g
Białka	103,12 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.06.2026, 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 - 100g, 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	2285,12 kCal
Witamina C	108,09 mg
Witamina B12	2,99 µg
Foliany	0,32 mg
Witamina B6	2,53 mg
Niacyna	14,73 mg
Witamina B2	1,98 mg
Witamina B1	1,20 mg
Witamina E	9,12 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,21 mg
Skrobia	250,24 mg
Sól	6374,64 mg
Mangan	3,64 mg
Miedź	1,48 mg
Cynk	8,59 mg
Żelazo	9,79 mg
Magnez	352,53 mg
Fosfor	1453,68 mg
Wapń	1191,62 mg
Potas	4670,82 mg
Sód	2548,74 mg
Błonnik pokarmowy	28,62 g
Cukry proste	29,45 g
Węglowodany	358,43 g
Cholesterol	77,90 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,82 g
Tłuszcze jednonienasycone	14,35 g
Tłuszcze nienasycone	31,20 g
Tłuszcze nasycone	24,47 g
Tłuszcze	58,08 g
Białka	96,40 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.06.2026, 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	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, Olej rzepakowy - 7g, Cebula - 50g, Wieprzowina, łopatka - 90g, Bułka czerstwa *(glu) - 15g, Bułka tarta *(glu) - 5g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Musztarda - 1g, Kapusta czerwona - 90g, Jabłko - 30g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Chleb wiejski - 50g, Chleb żytni razowy - 30g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Mielonka (Luncheon meat) - 50g, Papryka czerwona - 40g, Sałata - 10g	Jogurt truskawkowy z owsianką *(mle, glu) - 180g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2200,54 kCal
Witamina C	228,38 mg
Witamina B12	3,51 µg
Foliany	0,38 mg
Witamina B6	3,52 mg
Niacyna	21,60 mg
Witamina B2	2,35 mg
Witamina B1	1,98 mg
Witamina E	12,52 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,70 mg
Skrobia	184,03 mg
Sól	4194,21 mg
Mangan	5,83 mg
Miedź	1,75 mg
Cynk	12,73 mg
Żelazo	12,07 mg
Magnez	427,55 mg
Fosfor	1612,21 mg
Wapń	1102,00 mg
Potas	5586,79 mg
Sód	1648,70 mg
Błonnik pokarmowy	32,40 g
Cukry proste	45,68 g
Węglowodany	331,85 g
Cholesterol	188,00 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,31 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,42 g
Tłuszcze nienasycone	34,33 g
Tłuszcze nasycone	23,25 g
Tłuszcze	61,51 g
Białka	95,17 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.06.2026, 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 zieleciną	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, 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 - 130g	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	2184,62 kCal
Witamina C	224,01 mg
Witamina B12	3,38 µg
Foliany	0,51 mg
Witamina B6	3,27 mg
Niacyna	26,41 mg
Witamina B2	2,25 mg
Witamina B1	2,23 mg
Witamina E	15,13 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,40 mg
Skrobia	203,69 mg
Sól	3879,22 mg
Mangan	4,37 mg
Miedź	1,77 mg
Cynk	10,97 mg
Żelazo	13,31 mg
Magnez	415,01 mg
Fosfor	1681,89 mg
Wapń	959,71 mg
Potas	5863,39 mg
Sód	1550,18 mg
Błonnik pokarmowy	31,61 g
Cukry proste	29,05 g
Węglowodany	310,08 g
Cholesterol	138,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,01 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,20 g
Tłuszcze nienasycone	39,86 g
Tłuszcze nasycone	20,69 g
Tłuszcze	64,49 g
Białka	106,06 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.06.2026, WTOREK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK 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 zieleciną	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)
	G	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 - 90g, Cebula - 30g, Jabłko - 30g, Musztarda - 1g, Olej rzepakowy - 5g	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, Makaron bezjajeczny *(glu) - 30g, Papryka czerwona - 65g, Ogórek - 25g, Majonez domowy z olejem rzepakowym *(jaj) - 5g, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu *(mle) - 10g, Koper ogrodowy - 3g, 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	2395,70 kCal
Witamina C	269,80 mg
Witamina B12	3,97 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,35 mg
Niacyna	20,95 mg
Witamina B2	2,53 mg
Witamina B1	2,00 mg
Witamina E	15,94 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,08 mg
Skrobia	220,37 mg
Sól	4007,05 mg
Mangan	7,83 mg
Miedź	1,97 mg
Cynk	15,00 mg
Żelazo	14,76 mg
Magnez	456,55 mg
Fosfor	1836,16 mg
Wapń	1112,90 mg
Potas	5603,80 mg
Sód	1954,59 mg
Błonnik pokarmowy	38,11 g
Cukry proste	22,85 g
Węglowodany	352,77 g
Cholesterol	334,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,05 g
Tłuszcze jednonienasycone	24,18 g
Tłuszcze nienasycone	38,34 g
Tłuszcze nasycone	24,70 g
Tłuszcze	68,94 g
Białka	109,89 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.06.2026, 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 23.06.2026, 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 - 25g, 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) - 15g, 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 - 5g, 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	2005,38 kCal
Witamina C	248,07 mg
Witamina B12	2,07 µg
Foliany	0,55 mg
Witamina B6	3,56 mg
Niacyna	26,70 mg
Witamina B2	1,64 mg
Witamina B1	1,95 mg
Witamina E	15,90 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,58 mg
Skrobia	222,29 mg
Sól	4400,71 mg
Mangan	3,85 mg
Miedź	1,95 mg
Cynk	11,90 mg
Żelazo	14,85 mg
Magnez	394,68 mg
Fosfor	1235,78 mg
Wapń	359,96 mg
Potas	6124,10 mg
Sód	1710,33 mg
Błonnik pokarmowy	31,96 g
Cukry proste	21,24 g
Węglowodany	300,50 g
Cholesterol	399,15 mg
Tłuszcze wielonienasycone	15,41 g
Tłuszcze jednonienasycone	27,24 g
Tłuszcze nienasycone	43,26 g
Tłuszcze nasycone	13,23 g
Tłuszcze	61,04 g
Białka	78,67 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.06.2026, 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) - 15g, 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 - 5g, Woda - 250ml, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g	Ryż biały - 25g, Woda - 250ml, Marchew - 50g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 2g, Seler korzeniowy *(sel) - 15g, Ziemniaki, średnio - 200g	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	2199,62 kCal
Witamina C	182,14 mg
Witamina B12	3,27 µg
Foliany	0,49 mg
Witamina B6	3,54 mg
Niacyna	23,24 mg
Witamina B2	2,26 mg
Witamina B1	2,01 mg
Witamina E	9,39 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,40 mg
Skrobia	235,19 mg
Sól	4134,92 mg
Mangan	4,70 mg
Miedź	1,83 mg
Cynk	12,14 mg
Żelazo	12,95 mg
Magnez	429,01 mg
Fosfor	1633,69 mg
Wapń	1065,46 mg
Potas	5993,54 mg
Sód	1982,13 mg
Błonnik pokarmowy	31,42 g
Cukry proste	15,95 g
Węglowodany	331,29 g
Cholesterol	150,05 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,06 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,09 g
Tłuszcze nienasycone	27,02 g
Tłuszcze nasycone	22,69 g
Tłuszcze	54,29 g
Białka	111,28 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywienie podstawowe (x3)(3):	J	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
	G	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, 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) - 60g, Cebula - 20g, 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) - 20g, Kalafior, mrożony - 35g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Kasza gryczana, gotowana - 150g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, Kabanosy dębowe - 90g, 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 - 200g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2296,74 kCal
Witamina C	157,37 mg
Witamina B12	2,76 µg
Foliany	0,42 mg
Witamina B6	2,84 mg
Niacyna	12,76 mg
Witamina B2	2,02 mg
Witamina B1	1,32 mg
Witamina E	12,65 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,89 mg
Skrobia	176,69 mg
Sól	8012,15 mg
Mangan	5,97 mg
Miedź	1,52 mg
Cynk	10,19 mg
Żelazo	11,22 mg
Magnez	478,38 mg
Fosfor	1459,10 mg
Wapń	1115,05 mg
Potas	4809,85 mg
Sód	3203,20 mg
Błonnik pokarmowy	31,83 g
Cukry proste	29,95 g
Węglowodany	328,16 g
Cholesterol	78,88 mg
Tłuszcze wielonienasycone	10,94 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,72 g
Tłuszcze nienasycone	42,55 g
Tłuszcze nasycone	25,61 g
Tłuszcze	73,24 g
Białka	96,23 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.06.2026, 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	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, 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) - 15g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Marchew - 170g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Pietruszka, korzeń - 15g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Koper ogrodowy - 2g, Kalafior, mrożony - 35g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, 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	2021,74 kCal
Witamina C	149,18 mg
Witamina B12	3,25 µg
Foliany	0,40 mg
Witamina B6	3,08 mg
Niacyna	18,91 mg
Witamina B2	2,16 mg
Witamina B1	1,34 mg
Witamina E	10,31 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,48 mg
Skrobia	189,19 mg
Sól	5847,35 mg
Mangan	3,17 mg
Miedź	1,48 mg
Cynk	9,50 mg
Żelazo	10,71 mg
Magnez	369,63 mg
Fosfor	1499,25 mg
Wapń	1011,10 mg
Potas	5349,40 mg
Sód	2193,10 mg
Błonnik pokarmowy	26,31 g
Cukry proste	11,64 g
Węglowodany	306,51 g
Cholesterol	230,78 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,15 g
Tłuszcze jednonienasycone	15,29 g
Tłuszcze nienasycone	28,70 g
Tłuszcze nasycone	19,32 g
Tłuszcze	52,62 g
Białka	93,52 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.06.2026, ŚRODA

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK 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)	SKYR naturalny *(mle)	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	Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, 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) - 15g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Kapusta biała - 90g, Marchew - 50g, Cebula - 10g, Por - 5g, Koper ogrodowy - 7g, Olej rzepakowy - 10g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 35g, Pietruszka, korzeń - 15g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 20g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g	SKYR naturalny *(mle) - 140g	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	Sałata - 2g, Szynka kanapkowa - 20g, Chleb żytni razowy *(glu) - 60g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g

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

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta cukrzycowa (x6)(6):
Kalorie	2391,08 kCal
Witamina C	217,53 mg
Witamina B12	2,92 µg
Foliany	0,46 mg
Witamina B6	3,41 mg
Niacyna	20,94 mg
Witamina B2	2,16 mg
Witamina B1	1,55 mg
Witamina E	16,12 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,66 mg
Skrobia	219,01 mg
Sól	7442,70 mg
Mangan	8,09 mg
Miedź	1,82 mg
Cynk	13,95 mg
Żelazo	13,91 mg
Magnez	461,99 mg
Fosfor	1791,59 mg
Wapń	1012,51 mg
Potas	5647,81 mg
Sód	2914,76 mg
Błonnik pokarmowy	38,36 g
Cukry proste	18,79 g
Węglowodany	350,24 g
Cholesterol	253,78 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,54 g
Tłuszcze jednonienasycone	22,27 g
Tłuszcze nienasycone	40,07 g
Tłuszcze nasycone	19,75 g
Tłuszcze	65,26 g
Białka	119,76 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.06.2026, 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 - 200g, 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) - 15g, Bułka czerstwa *(glu) - 30g, Pietruszka, liście - 6g, Marchew - 170g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Kalafior, mrożony - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 10g, Pietruszka, korzeń - 5g, Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 10g, Koper ogrodowy - 6g, Olej rzepakowy - 5g	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	2087,00 kCal
Witamina C	194,67 mg
Witamina B12	0,84 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	4,19 mg
Niacyna	24,13 mg
Witamina B2	1,42 mg
Witamina B1	1,36 mg
Witamina E	14,90 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,87 mg
Skrobia	211,47 mg
Sól	5320,32 mg
Mangan	4,36 mg
Miedź	1,89 mg
Cynk	9,09 mg
Żelazo	12,60 mg
Magnez	429,86 mg
Fosfor	1158,23 mg
Wapń	272,83 mg
Potas	6447,96 mg
Sód	1981,69 mg
Błonnik pokarmowy	32,77 g
Cukry proste	29,52 g
Węglowodany	342,18 g
Cholesterol	180,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	16,03 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,35 g
Tłuszcze nienasycone	36,63 g
Tłuszcze nasycone	9,71 g
Tłuszcze	51,11 g
Białka	80,77 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.06.2026, 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	Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 300ml, 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) - 15g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Marchew - 170g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, Ziemniaki, średnio - 500g, Koper ogrodowy - 2g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 3g, Kalafior, mrożony - 35g, Seler korzeniowy *(sel) - 40g, Pietruszka, korzeń - 15g	Kasza manna *(glu) - 30g, Syrop truskawkowy - 20g, 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	2397,49 kCal
Witamina C	139,03 mg
Witamina B12	5,60 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	3,45 mg
Niacyna	20,53 mg
Witamina B2	3,31 mg
Witamina B1	1,63 mg
Witamina E	10,44 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,53 mg
Skrobia	214,74 mg
Sól	6863,05 mg
Mangan	3,30 mg
Miedź	1,60 mg
Cynk	12,99 mg
Żelazo	11,76 mg
Magnez	464,28 mg
Fosfor	2127,90 mg
Wapń	2520,45 mg
Potas	6418,05 mg
Sód	2694,15 mg
Błonnik pokarmowy	26,35 g
Cukry proste	11,64 g
Węglowodany	360,65 g
Cholesterol	271,98 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,06 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,81 g
Tłuszcze nienasycone	30,69 g
Tłuszcze nasycone	21,77 g
Tłuszcze	57,72 g
Białka	122,22 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.06.2026, 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)
	G	Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Makaron bezjajeczny *(glu) - 25g, 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 - 270g, Margaryna miękka, 50% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Kisiel w proszku - 15g, Woda - 450ml, Koper ogrodowy - 2g, Pietruszka, korzeń - 15g, Kalafior, mrożony - 35g, Ziemniaki, średnio - 200g, 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	2306,00 kCal
Witamina C	117,04 mg
Witamina B12	4,25 µg
Foliany	0,36 mg
Witamina B6	2,82 mg
Niacyna	17,41 mg
Witamina B2	2,54 mg
Witamina B1	1,34 mg
Witamina E	9,33 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	5,10 mg
Skrobia	207,47 mg
Sól	6296,49 mg
Mangan	3,31 mg
Miedź	1,50 mg
Cynk	10,54 mg
Żelazo	10,59 mg
Magnez	391,67 mg
Fosfor	1734,16 mg
Wapń	1273,06 mg
Potas	5129,87 mg
Sód	2372,88 mg
Błonnik pokarmowy	27,35 g
Cukry proste	11,20 g
Węglowodany	352,26 g
Cholesterol	288,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,41 g
Tłuszcze jednonienasycone	16,76 g
Tłuszcze nienasycone	30,44 g
Tłuszcze nasycone	22,11 g
Tłuszcze	57,88 g
Białka	107,78 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.06.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie 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) - 300ml, 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

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2210,25 kCal
Witamina C	182,70 mg
Witamina B12	3,93 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	3,39 mg
Niacyna	26,13 mg
Witamina B2	2,44 mg
Witamina B1	2,27 mg
Witamina E	12,06 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,17 mg
Skrobia	176,02 mg
Sól	5458,80 mg
Mangan	4,65 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	11,66 mg
Żelazo	12,96 mg
Magnez	412,35 mg
Fosfor	1789,30 mg
Wapń	1034,30 mg
Potas	5438,85 mg
Sód	2181,80 mg
Błonnik pokarmowy	32,21 g
Cukry proste	36,60 g
Węglowodany	310,19 g
Cholesterol	142,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,30 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,19 g
Tłuszcze nienasycone	34,73 g
Tłuszcze nasycone	23,92 g
Tłuszcze	64,09 g
Białka	116,89 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.06.2026, 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) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, 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 - 80g, 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	2075,77 kCal
Witamina C	221,55 mg
Witamina B12	3,54 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,07 mg
Niacyna	22,59 mg
Witamina B2	2,21 mg
Witamina B1	1,94 mg
Witamina E	12,49 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,17 mg
Skrobia	197,32 mg
Sól	5261,74 mg
Mangan	3,88 mg
Miedź	1,57 mg
Cynk	11,42 mg
Żelazo	12,53 mg
Magnez	393,22 mg
Fosfor	1549,17 mg
Wapń	1071,39 mg
Potas	5712,10 mg
Sód	1742,97 mg
Błonnik pokarmowy	30,85 g
Cukry proste	25,51 g
Węglowodany	307,65 g
Cholesterol	147,20 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,17 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,31 g
Tłuszcze nienasycone	31,94 g
Tłuszcze nasycone	22,78 g
Tłuszcze	59,23 g
Białka	92,17 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.06.2026, 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) - 300ml, 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 - 70g, 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 - 30g, 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	2346,57 kCal
Witamina C	245,28 mg
Witamina B12	4,65 µg
Foliany	0,48 mg
Witamina B6	3,34 mg
Niacyna	22,31 mg
Witamina B2	2,47 mg
Witamina B1	2,00 mg
Witamina E	14,02 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,98 mg
Skrobia	220,71 mg
Sól	6354,80 mg
Mangan	7,32 mg
Miedź	1,85 mg
Cynk	14,55 mg
Żelazo	14,87 mg
Magnez	474,78 mg
Fosfor	1864,82 mg
Wapń	1226,78 mg
Potas	6004,43 mg
Sód	2180,08 mg
Błonnik pokarmowy	40,54 g
Cukry proste	23,62 g
Węglowodany	352,56 g
Cholesterol	162,45 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,26 g
Tłuszcze jednonienasycone	19,83 g
Tłuszcze nienasycone	36,54 g
Tłuszcze nasycone	25,79 g
Tłuszcze	67,31 g
Białka	102,04 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.06.2026, CZWARTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bezmleczna (x3)(3):	→	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), Jaja gotowane *(jaj), 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 - 30g, Bułka tarta *(glu) - 15g, Bułka czerstwa *(glu) - 15g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 20g	szynka gotowana wieprzowa - 50g, Chleb wiejski - 75g, Jaja gotowane - 50g, 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, jaj - Jaja, sel - Seler

J - Jadłospis G - Gramatura

	Dieta bezmleczna (x3)(3):
Kalorie	2102,27 kCal
Witamina C	255,26 mg
Witamina B12	1,41 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	3,58 mg
Niacyna	27,15 mg
Witamina B2	1,43 mg
Witamina B1	1,95 mg
Witamina E	16,06 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,38 mg
Skrobia	229,45 mg
Sól	4938,32 mg
Mangan	4,39 mg
Miedź	1,84 mg
Cynk	11,02 mg
Żelazo	14,41 mg
Magnez	394,58 mg
Fosfor	1158,15 mg
Wapń	289,90 mg
Potas	6299,66 mg
Sód	1901,40 mg
Błonnik pokarmowy	34,26 g
Cukry proste	32,82 g
Węglowodany	330,03 g
Cholesterol	247,30 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,34 g
Tłuszcze jednonienasycone	23,09 g
Tłuszcze nienasycone	38,92 g
Tłuszcze nasycone	13,16 g
Tłuszcze	57,07 g
Białka	82,36 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.06.2026, 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), 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) - 300ml, 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 - 30g, 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 - 75g, 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	2386,15 kCal
Witamina C	200,72 mg
Witamina B12	5,40 µg
Foliany	0,47 mg
Witamina B6	3,28 mg
Niacyna	22,99 mg
Witamina B2	2,69 mg
Witamina B1	2,02 mg
Witamina E	11,99 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,18 mg
Skrobia	215,65 mg
Sól	6169,15 mg
Mangan	3,85 mg
Miedź	1,61 mg
Cynk	12,61 mg
Żelazo	12,76 mg
Magnez	435,50 mg
Fosfor	1864,20 mg
Wapń	2172,50 mg
Potas	6080,10 mg
Sód	2105,85 mg
Błonnik pokarmowy	30,98 g
Cukry proste	37,44 g
Węglowodany	355,64 g
Cholesterol	174,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,69 g
Tłuszcze jednonienasycone	20,06 g
Tłuszcze nienasycone	35,22 g
Tłuszcze nasycone	27,02 g
Tłuszcze	66,92 g
Białka	107,51 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.06.2026, 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) - 300ml, Płatki jęczmienne *(glu) - 25g, polędwica miodowa Ł - 50g, Chleb wiejski - 75g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g	mieszanka warzywna - 35g, 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 - 30g	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	2186,57 kCal
Witamina C	217,59 mg
Witamina B12	4,05 µg
Foliany	0,45 mg
Witamina B6	3,13 mg
Niacyna	22,02 mg
Witamina B2	2,46 mg
Witamina B1	1,93 mg
Witamina E	10,99 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	1,94 mg
Skrobia	200,39 mg
Sól	5945,04 mg
Mangan	4,03 mg
Miedź	1,49 mg
Cynk	11,80 mg
Żelazo	12,14 mg
Magnez	417,07 mg
Fosfor	1714,12 mg
Wapń	1271,89 mg
Potas	5725,70 mg
Sód	1872,02 mg
Błonnik pokarmowy	29,75 g
Cukry proste	13,19 g
Węglowodany	321,87 g
Cholesterol	153,40 mg
Tłuszcze wielonienasycone	11,11 g
Tłuszcze jednonienasycone	17,75 g
Tłuszcze nienasycone	32,99 g
Tłuszcze nasycone	23,62 g
Tłuszcze	60,99 g
Białka	100,62 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.06.2026, 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

	Żywienie 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	5880,82 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 26.06.2026, 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 26.06.2026, 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 26.06.2026, PIĄTEK

		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	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	6024,82 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 26.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Dieta bogatobiałkowa (x4)(4):	ry	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, Mieszanaka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, miruna ryba - 90g, Koncentrat pomidorowy, 30% - 25g, mieszanaka 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 26.06.2026, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK 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 27.06.2026, 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, Koper ogrodowy - 4g, Ser twarogowy półtłusty *(mle) - 40g, 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

	Żywienie 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 27.06.2026, 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	1,36 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 27.06.2026, 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 27.06.2026, 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 27.06.2026, 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 27.06.2026, 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 28.06.2026, NIEDZIELA

		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK WIECZORNY
Żywnienie podstawowe (x3)(3):	↪	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 *(glu, sel, mle), Kompot, kotlet pożarski *(glu, jaj, mle), Ryż biały, gotowany	polędwica 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)
	↻	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, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Pietruszka, korzeń - 20g, Pietruszka, liście - 5g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, 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, polędwica 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

	Żywienie podstawowe (x3)(3):
Kalorie	2196,55 kCal
Witamina C	114,34 mg
Witamina B12	3,69 µg
Foliany	0,44 mg
Witamina B6	2,36 mg
Niacyna	15,22 mg
Witamina B2	2,42 mg
Witamina B1	1,10 mg
Witamina E	12,13 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	3,50 mg
Skrobia	177,82 mg
Sól	5683,60 mg
Mangan	4,92 mg
Miedź	1,56 mg
Cynk	11,62 mg
Żelazo	12,33 mg
Magnez	345,35 mg
Fosfor	1672,50 mg
Wapń	983,55 mg
Potas	4464,85 mg
Sód	1816,36 mg
Błonnik pokarmowy	29,44 g
Cukry proste	17,13 g
Węglowodany	303,52 g
Cholesterol	230,10 mg
Tłuszcze wielonienasycone	12,71 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,43 g
Tłuszcze nienasycone	39,34 g
Tłuszcze nasycone	23,91 g
Tłuszcze	67,58 g
Białka	108,40 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.06.2026, 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 *(glu, sel, mle), 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 - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Ryż biały - 150g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 5g, Ziemniaki, średnio - 200g, Burak - 80g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Mieszanaka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 200ml	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	2449,13 kCal
Witamina C	147,35 mg
Witamina B12	3,60 µg
Foliany	0,52 mg
Witamina B6	3,35 mg
Niacyna	19,53 mg
Witamina B2	2,44 mg
Witamina B1	1,29 mg
Witamina E	11,54 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	4,02 mg
Skrobia	234,41 mg
Sól	5423,81 mg
Mangan	5,19 mg
Miedź	1,83 mg
Cynk	12,66 mg
Żelazo	13,14 mg
Magnez	410,63 mg
Fosfor	1741,28 mg
Wapń	1080,71 mg
Potas	5474,90 mg
Sód	2167,88 mg
Błonnik pokarmowy	31,20 g
Cukry proste	27,27 g
Węglowodany	372,23 g
Cholesterol	300,65 mg
Tłuszcze wielonienasycone	13,58 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,26 g
Tłuszcze nienasycone	43,71 g
Tłuszcze nasycone	24,33 g
Tłuszcze	73,62 g
Białka	105,48 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.06.2026, 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 *(glu, sel, mle), 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 - 40g, Pietruszka, liście - 7g, Burak - 80g, Ziemniaki, średnio - 200g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Śmietana, 18% tłuszczu *(mle) - 10g, Kalafior, mrożony - 120g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, Woda - 250ml, 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	2177,13 kCal
Witamina C	231,06 mg
Witamina B12	3,23 µg
Foliany	0,50 mg
Witamina B6	2,77 mg
Niacyna	17,95 mg
Witamina B2	2,22 mg
Witamina B1	1,25 mg
Witamina E	12,20 mg
Witamina D	0,00 mg
Witamina A	2,19 mg
Skrobia	173,64 mg
Sól	6083,81 mg
Mangan	7,07 mg
Miedź	1,68 mg
Cynk	13,21 mg
Żelazo	14,75 mg
Magnez	391,13 mg
Fosfor	1675,98 mg
Wapń	1018,01 mg
Potas	4826,80 mg
Sód	2515,78 mg
Błonnik pokarmowy	37,38 g
Cukry proste	29,70 g
Węglowodany	295,73 g
Cholesterol	327,65 mg
Tłuszcze wielonienasycone	14,11 g
Tłuszcze jednonienasycone	21,15 g
Tłuszcze nienasycone	44,56 g
Tłuszcze nasycone	23,45 g
Tłuszcze	73,88 g
Białka	116,15 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.06.2026, 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	49,48 g
Tłuszcze nasycone	12,98 g
Tłuszcze	67,47 g
Białka	81,40 g

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.06.2026, 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	28,87 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 28.06.2026, 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