

Jadłospis dla Szpitala Powiatowego w Jarocinie 25.05.2026 - 03.06.2026

Rodzaje stosowanych diet :

Podstawowa z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D01/P/K)

Łatwostrawna z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D02/P/K)

Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D03/P/K)

Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D05/P/K)

Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub w okresie laktacji z dodatkowym drugim śniadaniem, podwieczorkiem i drugą kolacją (C02/S/P/K)

Łatwostrawna dla dzieci i młodzieży z dodatkowym drugim śniadaniem i drugą kolacją (P02/S/K)

**Dobowe sumy wartości energetycznej i wartości odżywczej stosowanych diet zostały zamieszczone w osobnych tabelkach poniżej jadłospisu*

Posilek/ Rodzaj diety	Podstawowa z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D01/P/K)	Łatwostrawna z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D02/P/K)	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D03/P/K)	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D05/P/K)	Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub w okresie laktacji z dodatkowym drugim śniadaniem, podwieczorkiem i drugą kolacją (C02/S/P/K)	Łatwostrawna dla dzieci i młodzieży z dodatkowym drugim śniadaniem i drugą kolacją (P02/S/K)
25.05.2026 poniedziałek						
Śniadanie	Zupa mleczna 250 ml (1,7)Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham30g, Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11)Masło15g(7) Szyunka z indyka gotowana50g (1,3,6,9,10)Sałata 25g Herbata 250ml	Zupa mleczna 250 ml (1,7)Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11)Masło 15g (7) Szyunka z indyka gotowana 50g(1,3,6,9,10)Sałata 20g Herbata 250ml	Zupa mleczna 250 ml (1,7)Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11)Masło roślinne15g Szyunka z indyka gotowana 50g	Zupa mleczna 250 ml (1,7)Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11)Masło 15g (7) Szyunka z indyka gotowana 50g(1,3,6,9,10) Sałata20g Herbata 250ml	Zupa mleczna 250 ml (1,7)Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11)Masło 15g (7) Szyunka z indyka gotowana 50g(1,3,6,9,10) Sałata20g Herbata 250ml	Zupa mleczna 250 ml (1,7)Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szyunka z indyka gotowana 50g(1,3,6,9,10) Sałata20g Herbata 250ml

			(1,3,6,9,10)Sałata 20g Herbata 250ml			
II Śniadanie					Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g
Obiad	Barszcz ukraiński 400ml(1,7,9) Pierogi leniwe z masłem i cukrem 300g (1,3,7) Kompot 200ml	Barszcz z ziemniakami 400ml(1,7,9) Pierogi leniwe z masłem i cukrem 300g (1,3,7) Kompot 200ml	Zupa warzywna 400ml (1,3,7,9) Ziemniaki gotowane 180g Pulpety gotowane 90g (1,3,7) Kalafior gotowany 100g Surówka z kapusty białej i jabłka 100g Kompot b/cukru 200ml	Barszcz z ziemniakami 400ml(1,7,9) Pierogi leniwe z masłem i cukrem 300g (1,3,7) Kompot 200ml	Barszcz z ziemniakami 400ml(1,7,9) Pierogi leniwe z masłem i cukrem 300g (1,3,7) Kompot 200ml	Barszcz z ziemniakami 400ml(1,7,9) Pierogi leniwe z masłem i cukrem 300g (1,3,7) Kompot 200ml
Podwieczorek	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g	Jogurt naturalny 180g (7)	
Kolacja	Pieczywo pszenno- żytnie70g, graham30g(1,3,7,11)Mas ło15g (7) Jajko gotowane 60 g(3)Ser tyłzyczny30g (7)Sałata25g, Ogórek30g, Herbata 250ml	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11)Masło15g Jajko gotowane 60g(3)Szynka konserwowa30g(1,3, 6,9,10)Sałata 25g, Herbata250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham70 g (1,3,7,11)Masło roślinne15g Jajko gotowane 60g(3) Szynka konserwowa 30g (1,3,6,9,10)Sałata 25g, Ogórek 30gHerbata250ml	Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11)Masło15g Pasta z białka jaja 60g(3)Szynka konserwowa30g(1,3, 6,9,10)Sałata 25g, Herbata250ml	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15g Jajko gotowane 60g(3)Szynka konserwowa30g(1,3, 6,9,10)Sałata 25g, Herbata250ml	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15g Jajko gotowane 60g(3)Szynka konserwowa30g(1,3, 6,9,10)Sałata 25g, Herbata250ml
II Kolacja	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml

26.05.2026 wtorek						
Posilek/ Rodzaj diety	Podstawowa z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D01/P/K)	Łatwostrawna z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D02/P/K)	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D03/P/K)	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D05/P/K)	Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub w okresie laktacji z dodatkowym drugim śniadaniem, podwieczorkiem i drugą kolacją (C02/S/P/K)	Łatwostrawna dla dzieci i młodzieży z dodatkowym drugim śniadaniem i drugą kolacją (P02/S/K)
Śniadanie	Zupa mleczna 250 ml (1,7)Kawa z mlekiem 250ml(1,7)Pieczywo graham 30g Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Polędwica sopocka 50g (1,7,9,10)Masło15g(7) Sałata25g Papryka20g Herbata 250ml	Zupa mleczna 250 ml (1,7)Kawa z mlekiem250ml(1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11)Polędwica sopocka50g (1,7,9,10)Masło 15 g (7) Sałata25g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7)Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku35g, pieczywo graham70g (1,3,7,11)Polędwica sopocka50g (1,7,9,10) Masło roślinne15gSałata 25g Papryka 20 g Herbata 250ml	Zupa mleczna 250 ml (1,7)Kawa z mlekiem250ml(1,7) Pieczywo pszenne100g(1,3,7,11) Polędwica sopocka50g (1,7,9,10)Masło 15 g (7) Sałata25g Herbata 250ml	Zupa mleczna 250 ml (1,7)Kawa z mlekiem250ml(1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11)Polędwica sopocka50g (1,7,9,10)Masło 15 g (7) Sałata25g Herbata 250ml	Zupa mleczna 250 ml (1,7)Kawa z mlekiem250ml(1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Polędwica sopocka50g (1,7,9,10)Masło 15 g (7) Sałata25g Herbata 250ml
II Śniadanie					Kisiel z jabłkiem 200ml	Kisiel z jabłkiem 200ml
Obiad	Zupa brokułowa 400 ml(1,7,9) Kurczak duszony w sosie warzywnym 200g (1,7,9)Ryż brązowy 180g Sałata z sosem	Zupa brokułowa 400 ml (1,7,9) Kurczak gotowany w sosie warzywnym 200g (1,7,9) Ryż biały 180g Marchewka	Zupa brokułowa 400 ml(1,7,9) Kurczak gotowany w sosie warzywnym 200g (1,7,9) Ryż brązowy 180g	Zupa brokułowa 400 ml (1,7,9) Kurczak gotowany w sosie warzywnym 200g (1,7,9) Ryż biały 180g Marchewka	Zupa brokułowa 400 ml (1,7,9) Kurczak gotowany w sosie warzywnym 200g (1,7,9) Ryż biały180g	Zupa brokułowa 400 ml (1,7,9) Kurczak gotowany w sosie warzywnym 200g (1,7,9) Ryż biały 180g Marchewka

	jogurtowym 100g(3) Kompot 200ml	gotowana 150g(1,7) Kompot 200ml	surówka z kapusty 100g kalafior 100g Kompot 200ml b/cukru	gotowana 150g(1,7) Kompot 200ml	Marchewka gotowana 150g(1,7) Kompot 200ml	gotowana 150g(1,7) Kompot 200ml
Podwieczorek	Kisiel z jabłkiem 200ml	Kisiel z jabłkiem 200ml	Kisiel z jabłkiem 200ml	Kisiel z jabłkiem 200ml	Drożdżówka własnego wypieku 80 g (1,3,7) Cukrzyca: Babka bez cukru 80g (1,3,7)	
Kolacja	Pieczywo mieszane 70g, graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Parówka z szynki gotowana 70g (1,6,7,10,9) Pomidor 50g Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka z szynki gotowana 70g (1,6,7,10,9), Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Parówka z szynki gotowana 70g(1,6,7,10,9), Sałata 20g pomidor 50g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka z szynki gotowana 70g (1,6,7,10,9), Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka z szynki gotowana 70g (1,6,7,10,9), Sałata 20g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka z szynki gotowana 70g (1,6,7,10,9), Sałata 20g Herbata 250ml
II Kolacja	Kefir 200ml(7)	Kefir 200ml(7)	Kefir 200ml(7)	Kefir 200ml(7)	Kefir 200ml(7)	Kefir 200ml(7)
27.05.2026 środa						
Posilek/ Rodzaj diety	Podstawowa z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D01/P/K)	Łatwostrawna z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D02/P/K)	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D03/P/K)	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D05/P/K)	Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub w okresie laktacji z dodatkowym drugim śniadaniem, podwieczorkiem i drugą kolacją (C02/S/P/K)	Łatwostrawna dla dzieci i młodzieży z dodatkowym drugim śniadaniem i drugą kolacją (P02/S/K)
Śniadanie	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z

	z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo graham 30g, Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Dżem 30g, Pasta z sera białego i rzodkiewki 60g (7) Sałata 20g Herbata 250ml	mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Dżem 30g Pasta z sera białego i koperku 60g (7) Sałata 20g Herbata 250ml	mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, Pieczywo graham 70 g Pasta z sera białego i koperku 80g (7) Masło roślinne 15g Sałata 20g Herbata 250ml	mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Dżem 30g Pasta z sera białego i koperku 60g (7) Sałata 20g Herbata 250ml	mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Dżem 30g Pasta z sera białego i koperku 60g (7) Sałata 20g Herbata 250ml	mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Dżem 30g Pasta z sera białego i koperku 60g (7) Sałata 20g Herbata 250ml
II śniadanie					Placek drożdżowy własnego wypieku 80g (1,3,7)	Placek drożdżowy własnego wypieku 80g (1,3,7)
Obiad	Zupa ogórkowa 400ml (1,7,9) Kotlet drobiowy smażony 100g (1,3,7) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g (7) Sałata z jogurtem 100g (7) Kompot 200ml	Zupa koperkowa 400ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane puree 250g (7) Pulpety gotowane 100g (1,3,7) Sos pietruszkowy 125ml (1,7) kalafior gotowany 100g (1,7) Kompot 200ml	Zupa koperkowa 400ml (1,7,9) Pulpety gotowane 100g (1,3,7) Ziemniaki gotowane 180g Brokuły gotowane 100g Surówka z kapusty białej 100g Kompot b/cukru	Zupa koperkowa 400ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane puree 250g (7) Pulpety gotowane 100g (1,3,7) Sos pietruszkowy 125ml (1,7) kalafior gotowany 100g (1,7) Kompot 200ml	Zupa koperkowa 400ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane puree 250g (7) Pulpety gotowane 100g (1,3,7) Sos pietruszkowy 125ml (1,7) kalafior gotowany 100g (1,7) Kompot 200ml	Zupa koperkowa 400ml (1,7,9) Ziemniaki gotowane puree 250g (7) Pulpety gotowane 100g (1,3,7) Sos pietruszkowy 125ml (1,7) kalafior gotowany 100g (1,7) Kompot 200ml
Podwieczorek	Placek drożdżowy własnego wypieku 80g (1,3,7)	Placek drożdżowy własnego wypieku 80g (1,3,7)	Babka drożdżowa b/cukru 80g (1,3,7)	Babka drożdżowa b/cukru 80g (1,3,7)	Jabłko 180 g	
Kolacja	Pieczywo graham 30g, Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka z indyka gotowana 40g (1,3,6,7,9,10) pomidor	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka z indyka gotowana 40g (1,3,6,7,9,10) Mi	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g, Szynka	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka z indyka gotowana 40g (1,3,6,7,9,10) Mi	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka z indyka gotowana 40g (1,3,6,7,9,10) Mi	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka z indyka gotowana 40g (1,3,6,7,9,10) Mi

	30g Sałata20g Herbata 200ml	ód 30g Sałata20g Herbata 200ml	z indyka gotowana 40g (1,3,6,7,9,10) pomidor 30g, Sałata 20g ,Herbata 200ml	ód 30g Sałata20g Herbata 200ml	ód 30g Sałata20g Herbata 200ml	ód 30g Sałata20g Herbata 200ml
II Kolacja	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml
28.05.2026 czwartek						
Posilek/ Rodzaj diety	Podstawowa z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D01/P/K)	Łatwostrawna z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D02/P/K)	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D03/P/K)	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D05/P/K)	Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub w okresie laktacji z dodatkowym drugim śniadaniem, podwieczorkiem i drugą kolacją (C02/S/P/K)	Łatwostrawna dla dzieci i młodzieży z dodatkowym drugim śniadaniem i drugą kolacją (P02/S/K)
Śniadanie	Zupa mleczna350ml (1,7) Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo graham30g,Pieczywo pszenno- żytnie70 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Schab pieczony własnego wyrobu 50g,Sałata 25g, Ogórek 20g Herbata 250ml	Zupa mleczna350ml (1,7) Kawa z mlekiem250ml (1,7) Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Schab pieczony własnego wyrobu50g,Sałata25 g Herbata 250ml	Zupa mleczna250ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku35g,Pieczy wograham70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15gSchab pieczony własnego wyrobu50gSałata 25g, Ogórek 20g Herbata 250ml	Zupa mleczna350ml (1,7) Kawa z mlekiem250ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Schab gotowany własnego wyrobu50g,Sałata25 g Herbata 250ml	Zupa mleczna350ml (1,7) Kawa z mlekiem250ml (1,7) Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Schab pieczony własnego wyrobu50g,Sałata25 g Herbata 250ml	Zupa mleczna350ml (1,7) Kawa z mlekiem250ml (1,7) Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Schab pieczony własnego wyrobu50g,Sałata25 g Herbata 250ml
II Śniadanie					Banan 120g	Banan 120g

Obiad	Zupa warzywna 400ml(1,9) Szynka pieczona 100g w sosie własnym 125g(1) Kasza jęczmienna gotowana 180g(1) Buraczki z jabłkiem gotowane 120g(7) Kompot 200ml	Zupa warzywna 400ml(1,9) Szynka gotowana 100g, Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) (7) Sos pietruszkowy 125ml(1,7) Buraczki gotowane 120g(7) Kompot 200ml	Zupa warzywna 400ml(1,9) Szynka gotowana 100g, Kasza jęczmienna 180g(1) Sos koperkowy 125ml(1,7) Buraczki gotowane 120g(7) Surówka z kapusty i jabłka 100g Kompot 200ml b/cukru	Zupa warzywna 400ml(1,9) Szynka gotowana 100g, Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) (7) Sos pietruszkowy 125ml(1,7) Buraczki gotowane 120g(7) Kompot 200ml	Zupa warzywna 400ml(1,9) Szynka gotowana 100g, Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) (7) Sos pietruszkowy 125ml(1,7) Buraczki gotowane 120g(7) Kompot 200ml	Zupa warzywna 400ml(1,9) Szynka gotowana 100g, Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) (7) Sos pietruszkowy 125ml(1,7) Buraczki gotowane 120g(7) Kompot 200ml
Podwieczorek	Banan 120g	Banan 120g	Jabłko 150g	Banan 120g	Rogalik drożdżowy 100g(1,3,7)	
Kolacja	Pieczywo graham 30g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Pasztet warzywny własnego wyrobu 60g(9) Sałatka z pomidora i ogórka 80g Herbata 200ml	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Ser biały 50g (7) Szynka z indyka gotowana 40g(1,3,7,11), Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g, Szynka z indyka gotowana 40g(1,3,7,11), Sałatka z pomidora i ogórka 80g, Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Ser biały 50g (7) Szynka z indyka gotowana 40g(1,3,7,11), Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Ser biały 50g (7) Szynka z indyka gotowana 40g(1,3,7,11), Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Ser biały 50g (7) Szynka z indyka gotowana 40g(1,3,7,11), Sałata 20g Herbata 200ml
II Kolacja	Jogurt naturalny 150g(7)	Jogurt naturalny 150g(7)	Jogurt naturalny 150g(7)	Jogurt naturalny 150g(7)	Jogurt naturalny 150g(7)	Jogurt naturalny 150g(7)
29.05.2026 piątek						

Posilek/ Rodzaj diety	Podstawowa z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D01/P/K)	Łatwostrawna z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D02/P/K)	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D03/P/K)	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D05/P/K)	Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub w okresie laktacji z dodatkowym drugim śniadaniem, podwieczorkiem i drugą kolacją (C02/S/P/K)	Łatwostrawna dla dzieci i młodzieży z dodatkowym drugim śniadaniem i drugą kolacją (P02/S/K)
Śniadanie	Zupa mleczna 250ml (1,7)Kawa z mlekiem 250ml(1,7)Pieczywo graham 30g,Pieczywo pszenno-żytnie70g(1,3,7,11)Masło15g (7)) Pasta z tuńczyka 80g (4,7)Sałata 25g, Papryka 20g Herbata 250ml	Zupa mleczna 250ml (1,7)Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15 g (7)) Pasta z tuńczyka 80g (4,7)Sałata 25g Herbata 250ml	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełno ziarniste własnego wypieku35g, Pieczywo graham70 g (1,3,7,11)Masło roślinne15g, Pasta z tuńczyka 80g (4,7)Sałata 25g, Papryka 20g Herbata 250ml	Zupa mleczna 250ml (1,7)Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne100g(1,3,7,11)Masło15 g (7)) Pasta z tuńczyka 80g (4,7)Sałata 25g Herbata 250ml	Zupa mleczna 250ml (1,7)Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15 g (7) Pasta z tuńczyka 80g (4,7)Sałata 25g Herbata 250ml	Zupa mleczna 250ml (1,7)Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15 g (7) Pasta z tuńczyka 80g (4,7)Sałata 25g Herbata 250ml
II śniadanie					Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)	Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(1,7,9) Ryba dorsz gotowany 100g (4) Sos koperkowy 125ml (1,7)Brokuły gotowane 120g Ziemniaki gotowane puree z	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(1,7,9) Ryba dorsz gotowany 100g (4) Sos koperkowy 125ml (1,7)Brokuły gotowane 120gZiemniaki	Zupa pomidorowa z ryżem400ml(1,7,9) Ryba dorsz gotowany 100g (4) Ziemniaki gotowane 180g Brokuły gotowane100g Surówka z kapusty	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(1,7,9) Ryba dorsz gotowany 100g (4) Sos koperkowy 125ml (1,7)Brokuły gotowane 120gZiemniaki	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(1,7,9) Ryba dorsz gotowany 100g (4) Sos koperkowy 125ml (1,7)Brokuły gotowane 120gZiemniaki	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(1,7,9) Ryba dorsz gotowany 100g (4) Sos koperkowy 125ml (1,7)Brokuły gotowane 120gZiemniaki

	koperkiem 250g(7)Kompot 200ml	gotowane puree z koperkiem 250g(7)Kompot 200ml	białej100g Kompot 200ml b/cukru	gotowane puree z koperkiem 250g(7)Kompot 200ml	gotowane puree z koperkiem 250g(7)Kompot 200ml	gotowane puree z koperkiem 250g(7)Kompot 200ml
Podwieczorek	Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)	Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)	Kefir 200ml (7)	Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)	Sok warzywny 330ml	
Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11)Pieczywo graham30g(1,3,7,11) Masło 15g (7) Serek homogenizowany 60g(7)Dżem 30g Ogórek 20g, Sałata 20gHerbata 200ml	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15g (7) Serek homogenizowany 60g(7)Dżem30g Sałata20g, Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, Pieczywo graham70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Serek homogenizowany 60g(7) Sałata 20g Ogórek20g, Herbata 200ml	Pieczywo pszenne100g (1,3,7,11) Masło15g (7) Serek homogenizowany 60g(7)Dżem30g Sałata20g, Herbata 200ml	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15g (7) Serek homogenizowany 60g(7)Dżem30g Sałata20g, Herbata 200ml	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15g (7) Serek homogenizowany 60g(7)Dżem30g Sałata20g, Herbata 200ml
II Kolacja	Owsianka z owocami 150g(1,7)	Owsianka z owocami 150g(1,7)	Owsianka z owocami 150g(1,7)	Owsianka z owocami 150g(1,7)	Owsianka z owocami 150g(1,7)	Owsianka z owocami 150g(1,7)
30.05.2026 sobota						
Posilek/ Rodzaj diety	Podstawowa z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D01/P/K)	Łatwostrawna z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D02/P/K)	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D03/P/K)	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D05/P/K)	Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub w okresie laktacji z dodatkowym drugim śniadaniem, podwieczorkiem i drugą kolacją (C02/S/P/K)	Łatwostrawna dla dzieci i młodzieży z dodatkowym drugim śniadaniem i drugą kolacją (P02/S/K)
Śniadanie	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7)Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie70g (1,3,7,11)Masło15g(7)	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15g(7)Szynka	Kawa z mlekiem 250 ml(1,7)Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7)Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11)Masło15g(7)Szynka drobiowa	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15g(7)Szynka	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15g(7)Szynka

	Pasztet własnego wyrobu 40g Ser salami 20 g (7) Pomidor 50g Herbata 250ml	drobiowa gotowana 40g (1,3,6,7,9,10) Sałata 20g Herbata 250ml	35 g, Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Szynka drobiowa gotowana 40g (1,3,6,7,9,10) Sałata 20g Pomidor 50g Herbata 250ml	gotowana 40g (1,3,6,7,9,10) Sałata 20g Herbata 250ml	drobiowa gotowana 40g (1,3,6,7,9,10) Sałata 20g Herbata 250ml	drobiowa gotowana 40g (1,3,6,7,9,10) Sałata 20g Herbata 250ml
II śniadani e					Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml
Obiad	Barszcz z makaronem 400ml(1,3,7,9) Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g(7) Gzik 100g(7) Masło 15g(7)) Kompot 200ml	Barszcz z makaronem 400ml(1,3,7,9) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Gzik 100g(7) Masło 1 5g (7) Kompot 200ml	Barszcz z makaronem 400ml(1,3,7,9) Ziemniaki gotowane 180g Gzik 100g(7) Brokuł gotowany 100g Surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot b/cukru	Barszcz z makaronem 400ml(1,3,7,9) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Gzik 100g(7) Masło 1 5g (7) Kompot 200ml	Barszcz z makaronem 400ml(1,3,7,9) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Gzik 100g(7) Masło 1 5g (7) Kompot 200ml	Barszcz z makaronem 400ml(1,3,7,9) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Gzik 100g(7) Masło 15g (7) Kompot 200ml
Podwiec zorek	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml	Banan 150g cukrzyca- Jabłko 150g	
Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Pieczywo graham 30g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Połudwica z indyka gotowana 40 g(1,3,6,9,10) Ser tylżycki 40g	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g(7) Szynka konserwowa gotowana 30g (1,3,6,9,10) dżem	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczy wo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g Połudwica z indyka	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g(7) Szynka konserwowa gotowana 30g (1,3,6,9,10) dżem 30g	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g(7) Szynka konserwowa gotowana 30g (1,3,6,9,10) dżem	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g(7) Szynka konserwowa gotowana 30g (1,3,6,9,10) dżem 30g

	(3)Pomidor50gSałata20g Herbata 250ml	30g Sałata20gHerbata25 0ml	gotowana 50 g (1,3,6,9,10)Pomidor 50g Sałata 20gHerbata250ml	Sałata20gHerbata25 0ml	30g Sałata20gHerbata25 0ml	Sałata20gHerbata25 0ml
II Kolacja	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g
31.05.2026 niedziela						
Posilek/ Rodzaj diety	Podstawowa z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D01/P/K)	Łatwostrawna z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D02/P/K)	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D03/P/K)	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D05/P/K)	Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub w okresie laktacji z dodatkowym drugim śniadaniem, podwieczorkiem i drugą kolacją (C02/S/P/K)	Łatwostrawna dla dzieci i młodzieży z dodatkowym drugim śniadaniem i drugą kolacją (P02/S/K)
Śniadanie	Kakao 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7)Pieczywo graham30g,Pieczywo pszenno- żytnie70 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Kiełbasa śląska parzona 80g (1,6,7,10,9)Pomidor 50g Herbata 250ml	Kakao 250ml(1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7)Pieczywo pszenne100g(1,3,7, 11)Masło15 g (7) Parówka z szynki gotowana 80g (1,6,7,10,9) Sałata 20g Herbata 250ml	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7)Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, Pieczywo graham70g (1,3,7,11) Masło roślinne15g Parówka z szynki gotowana 80g (1,6,7,10,9) Pomidor 50gHerbata 250ml	Kakao 250ml(1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15 g (7) Parówka z szynki gotowana 80g (1,6,7,10,9) Sałata 20g Herbata 250ml	Kakao 250ml(1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15 g (7) Parówka z szynki gotowana 80g (1,6,7,10,9) Sałata 20g Herbata 250ml	Kakao 250ml(1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15 g (7) Parówka z szynki gotowana 80g (1,6,7,10,9) Sałata 20g Herbata 250ml
II śniadanie					Babka drożdżowa 60g (1,3,7)	Babka drożdżowa 60g (1,3,7)
Obiad	Zupa rosół z makaronem 400ml (1,3,9) Udko pieczone 150g,	Zupa rosół jarski 400ml (1,3,7,9) Udko gotowane150g	Zupa rosół jarski 400ml (1,3,7,9) Udko	Zupa rosół jarski 400ml (1,3,7,9) Udko gotowane150g	Zupa rosół jarski 400ml (1,3,7,9) Udko gotowane150g	Zupa rosół jarski 400ml (1,3,7,9) Udko gotowane150g

	Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 200ml	, Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Sos pietruszkowy 125g (7) Brokuły gotowane 100g(1,7) Kompot 200ml	gotowane 150g Ziemniaki gotowane 180g Surówka z kapusty i jabłka 100g Fasolka gotowana 80g Kompot 200ml b/cukru	Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Sos pietruszkowy 125g (7) Brokuły gotowane 100g(1,7) Kompot 200ml	, Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Sos pietruszkowy 125g (7) Brokuły gotowane 100g(1,7) Kompot 200ml	, Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Sos pietruszkowy 125g (7) Brokuły gotowane 100g(1,7) Kompot 200ml
Podwieczorek	Babka drożdżowa 60g (1,3,7)	Babka drożdżowa 60g (1,3,7)	Babka drożdżowa bez cukru 60g (1,3,7)	Babka drożdżowa 60g (1,3,7)	Jabłko 150g	
Kolacja	Pieczywo graham 30g Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Szyńka wieprzowa gotowana 50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Szyńka wieprzowa gotowana 50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20 g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g, Szyńka wieprzowa gotowana 50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Szyńka drobiowa gotowana 50g (1,3,6,9,10) Pomidor bez skóry 50g Sałata 20 g Herbata 200ml	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Szyńka wieprzowa gotowana 50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20 g Herbata 200ml	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Szyńka wieprzowa gotowana 50g (1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20 g Herbata 200ml
II Kolacja	Jogurt naturalny 150g(7)	Jogurt naturalny 150g(7)	Jogurt naturalny 150g(7)	Jogurt naturalny 150g(7)	Jogurt naturalny 150g(7)	
01.06.2026 poniedziałek						
Posiłek/ Rodzaj diety	Podstawowa z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D01/P/K)	Łatwostrawna z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D02/P/K)	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów z dodatkowym	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu z dodatkowym podwieczorkiem i	Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub w okresie laktacji z dodatkowym drugim	Łatwostrawna dla dzieci i młodzieży z dodatkowym drugim śniadaniem i drugą kolacją (P02/S/K)

			podwieczorkiem i drugą kolacją (D03/P/K)	drugą kolacją (D05/P/K)	śniadaniem, podwieczorkiem i drugą kolacją (C02/S/P/K)	
Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo graham 30g Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szyunka z indyka 50g (1,3,7,9,11) Jajko gotowane 60g(3) Sałata 25g pomidor 50g Herbata 250ml	Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szyunka z indyka 50g (1,3,7,9,11) Jajko gotowane 60g(3) Sałata 25 g Herbata 250ml	Kawa z mlekiem 250ml(1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Jajko gotowane 60g(3) Szyunka z indyka 50g (1,3,7,9,11) Sałata 25g pomidor 50g Herbata 250ml	Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szyunka z indyka 50g (1,3,7,9,11) Pasta z białka jaja z koperkiem 60g(3) Sałata 25 g Herbata 250ml	Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szyunka z indyka 50g (1,3,7,9,11) Jajko gotowane 60g(3) Sałata 25 g Herbata 250ml	Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Szyunka z indyka 50g (1,3,7,9,11) Jajko gotowane 60g(3) Sałata 25 g Herbata 250ml
II śniadanie					Kisiel z jabłkiem 200ml	Kisiel z jabłkiem 200ml
Obiad	Zupa z białych warzyw 400ml(1,7,9) Kotlet mielony pieczony 100g (1,3,7) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Surówka z kapusty i jabłka 100g Kompot 200ml	Zupa z białych warzyw 400ml (1,7,9) Pulpety gotowane 100g (1,3,7) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Sałata z jogurtem naturalnym 100g (7) Sos koperkowy 125ml (1,7) Kompot 200ml	Zupa z białych warzyw 400ml (1,7,9) Pulpety gotowane 100g (1,3,7) Ziemniaki gotowane 180g Fasolka gotowana 80g Surówka z kapusty i jabłka 100g Kompot 200ml b/cukru	Zupa z białych warzyw 400ml (1,7,9) Pulpety gotowane 100g (1,3,7) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Sałata z jogurtem naturalnym 100g (7) Sos koperkowy 125ml (1,7) Kompot 200ml	Zupa z białych warzyw 400ml (1,7,9) Pulpety gotowane 100g (1,3,7) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Sałata z jogurtem naturalnym 100g (7) Sos koperkowy 125ml (1,7) Kompot 200ml	Zupa z białych warzyw 400ml (1,7,9) Pulpety gotowane 100g (1,3,7) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Sałata z jogurtem naturalnym 100g (7) Sos koperkowy 125ml (1,7) Kompot 200ml

Podwieczorek	Kisiel z jabłkiem 200ml	Kisiel z jabłkiem 200ml	Kisiel z jabłkiem bez cukru 200ml	Kisiel z jabłkiem 200ml	Kefir 200ml (7)	
Kolacja	Pieczywo graham 30 g Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Ser salami 50g (7) Pomidor 50g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Kiełbasa szynkowa 50g (3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wyrobu 35 g Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Kiełbasa szynkowa 50g (3,6,9,10) Pomidor 50g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Kiełbasa szynkowa 50g (3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Kiełbasa szynkowa 50g (3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Kiełbasa szynkowa 50g (3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 250ml
II Kolacja	Owsianka z owocami 150g(1,7)	Owsianka z owocami 150g(1,7)	Owsianka z owocami 150g(1,7)	Owsianka z owocami 150g(1,7)	Owsianka z owocami 150g(1,7)	Owsianka z owocami 150g(1,7)
02.06.2026 wtorek						
Posilek/ Rodzaj diety	Podstawowa z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D01/P/K)	Łatwostrawna z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D02/P/K)	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D03/P/K)	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D05/P/K)	Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub w okresie laktacji z dodatkowym drugim śniadaniem, podwieczorkiem i drugą kolacją (C02/S/P/K)	Łatwostrawna dla dzieci i młodzieży z dodatkowym drugim śniadaniem i drugą kolacją (P02/S/K)
Śniadanie	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Pasta z sera z koperkiem	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Pasta z sera z koperkiem	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g Pieczywo graham 70 g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Pasta z sera z koperkiem	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Pasta z sera z koperkiem	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Pasta z sera z koperkiem

	80g(7)Sałata 25g, Pomidor50g Herbata 250ml	80g(7)Sałata 25g Herbata 250ml	(1,3,7,11)Masło roślinne15gPasta z sera z koperkiem 80g(7)Sałata 25g Pomidor 50 g Herbata 250ml	80g(7)Sałata 25g Herbata 250ml	80g(7)Sałata 25g Herbata 250ml	80g(7)Sałata 25g Herbata 250ml
II śniadani e					Budyń z sokiem owocowym 150g (7)	Budyń z sokiem owocowym 150g (7)
Obiad	Zupa ziemniaczana400ml (1,7,9) Kasza jęczmienna gotowana 180g(1) Gulasz z szynki duszony 150g (1)Sałatka z ogórka kiszzonego120g Kompot 200ml	Zupa warzywna 400ml(1,7,9) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7)Szynka gotowana 100g Sos pietruszkowy 125g (1,7) Buraczki gotowane 120g Kompot 200ml	Zupa ziemniaczana400ml(1,7,9) Kasza jęczmienna gotowana 180g (1) Szynka gotowana 100g Buraczki gotowane 100g(7) Sałatka z ogórka kiszzonego120g Kompot 200ml b/cukru	Zupa warzywna 400ml(1,7,9) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7)Szynka gotowana 100g Sos pietruszkowy 125g (1,7) Buraczki gotowane 120g Kompot 200ml	Zupa warzywna 400ml(1,7,9) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7)Szynka gotowana 100g Sos pietruszkowy 125g (1,7) Buraczki gotowane 120g Kompot 200ml	Zupa warzywna 400ml(1,7,9) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7)Szynka gotowana 100g Sos pietruszkowy 125g (1,7) Buraczki gotowane 120g Kompot 200ml
Podwiec zorek	Budyń z sokiem owocowym 150g (7)	Budyń z sokiem owocowym 150g (7)	Budyń bez cukru 150g (7)	Budyń z sokiem owocowym 150g (7)	Jabłko150g	
Kolacja	Pieczywo graham 30 g Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7)Szynka konserwowa 40g(3,6,9,10)Sałata25g Ogórek 25g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7)Szynka konserwowa 40g (3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wyrobu 35 g Pieczywo graham70 g (1,3,7,11)Masło roślinne15g Szynka konserwowa 40g (3,6,9,10) Sałata 25g Ogórek 25g	Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15 g (7)Szynka konserwowa 40g (3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7)Szynka konserwowa 40g (3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 250ml	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7)Szynka konserwowa 40g (3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 250ml

			Herbata 250ml			
II Kolacja	Sok warzywny 300ml	Sok warzywny 300ml	Sok warzywny 300ml	Sok warzywny 300ml	Sok warzywny 300ml	Sok warzywny 300ml
03.06.2026 środa						
Posilek/ Rodzaj diety	Podstawowa z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D01/P/K)	Łatwostrawna z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D02/P/K)	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D03/P/K)	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu z dodatkowym podwieczorkiem i drugą kolacją (D05/P/K)	Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub w okresie laktacji z dodatkowym drugim śniadaniem, podwieczorkiem i drugą kolacją (C02/S/P/K)	Łatwostrawna dla dzieci i młodzieży z dodatkowym drugim śniadaniem i drugą kolacją (P02/S/K)
Śniadanie	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Pasta z jaj z koperkiem 60g (3) Pomidor 50g Herbata 250ml	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Pasta z jaj z koperkiem 60g (3) Sałata 20 g Herbata 250ml	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Pasta z jaj z koperkiem 60g (3) Pomidor 50g Herbata 250ml	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Pasta z białek jaj z koperkiem 60g (3) Sałata 20 g Herbata 250ml	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Pasta z jaj z koperkiem 60g (3) Sałata 20 g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Pasta z jaj z koperkiem 60g (3) Sałata 20 g Herbata 250ml
II Śniadanie					Jogurt naturalny 180g (7) Miód 30g	Jogurt naturalny 180g (7) Miód 30g
Obiad	Zupa fasolowa 400g(1,7,9)	Zupa z kaszy 400ml(1,7,9)	Zupa z kaszy 400ml(1,7,9)	Zupa z kaszy 400ml(1,7,9)	Zupa z kaszy 400ml(1,7,9)	Zupa z kaszy 400ml(1,7,9)

	Szagówki z boczkiem 300g(1,3) Kapusta biała zasmażana 150g(1) Kompot 200ml	Roladka z kurczaka gotowana 100g Sos koperkowy 125ml (1,7)Marchew gotowana120g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Kompot 200ml	Roladka z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki gotowane 180g Marchew gotowana 120g Surówka z kapusty 100g Kompot 200ml b/cukru	Roladka z kurczaka gotowana 100g Sos koperkowy 125ml (1,7)Marchew gotowana120g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Kompot 200ml	Roladka z kurczaka gotowana 100g Sos koperkowy 125ml (1,7)Marchew gotowana120g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Kompot 200ml	Roladka z kurczaka gotowana 100g Sos koperkowy 125ml (1,7)Marchew gotowana120g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Kompot 200ml
Podwiec zorek	Jogurt naturalny 180g (7) Miód 30g	Jogurt naturalny 180g (7) Miód 30g	Jogurt naturalny 180g (7) Jabłko 180g	Jogurt naturalny 180g (7) Miód 30g	Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7) Cukrzyca: Kefir 200ml (7)	
Kolacja	Pieczywo graham 30 g Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7)Polędwica z indyka 40g (3,6,9,10)Sałata 20 g Papryka 20gHerbata 250ml	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7)Polędwica z indyka 40g (3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wyrobu 35 g Pieczywo graham70 g (1,3,7,11)Masło roślinne15gPolędwic a z indyka 40g (3,6,9,10)Papryka 20gHerbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15 g (7)Polędwica z indyka 40g (3,6,9,10) Sałata 25gHerbata 250ml	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7)Polędwica z indyka 40g (3,6,9,10) Sałata 25gHerbata 250ml	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7)Polędwica z indyka 40g (3,6,9,10) Sałata 25gHerbata 250ml
II Kolacja	Owsianka z owocami 150g(1,7)	Owsianka z owocami 150g(1,7)	Owsianka z owocami 150g(1,7)	Owsianka z owocami 150g(1,7)	Owsianka z owocami 150g(1,7)	Owsianka z owocami 150g(1,7)

PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIĘ:

1-zboża zawierające gluten, 2-skorupiaki, 3-jaja, 4-ryby, 5-orzeszki ziemne, 6-soja, 7-mleko, 8-orzechy, 9-seler, 10-gorczyca, 11-nasiona sezamu, 12-dwutlenek siarki i siarczanu, 13-lubin, 14-mięczaki

ISTNIEJE MOŻLIWOŚĆ ZMIAN W JADŁOSPISIE

Dobowe sumy wartości energetycznej i wartości odżywczej stosowanych diet

Dieta podstawowa								
DATA	KCAL	BIALKO	TLUSZCZ	KW.TL.NAS.	WEGLOWODANY	CUKRY	SÓD	BŁONNIK
25.05.2026	2178	95,8	77,2	38	299,7	29,8	1524	27,4
26.05.2026	2096	82,1	57,7	25	342	30,7	1440	34,4
27.05.2026	2184	88,8	81,1	32	304	37	1298	31,5
28.05.2026	2116	80	70,5	32	309	43,5	1918	29,4
29.05.2026	2170	89,9	65,1	26	332	35	2104	29
30.05.2026	2150	86,8	77,3	37	304	36	2280	29,6
31.05.2026	2088	79,5	83,1	32	283,8	21,5	1988	29,4
01.06.2026	2223	86,6	70,3	31,6	340,2	48,7	2016	31,5
02.06.2026	2139	95,2	70,3	31,5	315	54,8	1739	36,2
03.06.2026	2270	81,4	79,8	34	336	41,7	1591	31,8

Dieta łatwostrawna								
DATA	KCAL	BIALKO	TLUSZCZ	KW.TL.NAS.	WEGLOWODANY	CUKRY	SÓD	BŁONNIK
25.05.2026	1946	80,8	62,3	30,3	285,2	24,1	1654	22,3
26.05.2026	1953	81,7	47,5	25	324,5	28	1483	28,6
27.05.2026	2011	82,8	72,7	32	279,9	33	1328	25,3
28.05.2026	2296	83,9	65,4	29,9	367	56	1870	27,2
29.05.2026	2061	82,7	54,3	26,6	335,6	36	2024	28,7
30.05.2026	1902	72,6	57,8	28,2	293,6	42	2200	23,4
31.05.2026	1948	76,1	66	29	259,6	25	2300	21,7
01.06.2026	2227	85,2	71	32	332	53	1876	24
02.06.2026	2112	91,3	72,5	34,3	290,3	57,2	1646	19,2
03.06.2026	2076	77,3	74,2	33,6	296	54,8	1596	23,3

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów								
DATA	KCAL	BIALKO	TLUSZCZ	KW.TL.NAS.	WEGLOWODANY	CUKRY	SÓD	BŁONNIK
25.05.2026	1855	81,5	58,7	15	272,5	10,7	1783	29,6
26.05.2026	1886	91,7	49,6	13,5	291,5	13,4	1555	39,5
27.05.2026	1886	87,7	70,7	19,1	256	13,5	1521	33,5
28.05.2026	1870	85,7	61	16,6	273	16,6	1702	31,5
29.05.2026	1920	87	60,9	15,3	263	12,4	1578	34,2
30.05.2026	1887	75,3	59,1	16,8	276,4	23,5	2224	32,8
31.05.2026	1898	86,6	71	19	252	11,3	2160	29,2
01.06.2026	1960	88,5	62,1	17,7	292,9	38,9	1717	33,8
02.06.2026	1965	95,2	68,6	20,8	269	44,6	1697	29,7
03.06.2026	1921	78,6	73,4	21,1	263,5	39	2309	28,4

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu								
DATA	KCAL	BIALKO	TLUSZCZ	KW.TL.NAS.	WEGLOWODANY	CUKRY	SÓD	BŁONNIK
25.05.2026	1946	80,8	62,3	30,3	285,2	24,1	1654	22,3
26.05.2026	1953	81,7	47,5	25	324,5	28	1483	28,6
27.05.2026	2011	82,8	72,7	32	279,9	33	1328	25,3
28.05.2026	2296	83,9	65,4	29,9	367	56	1870	27,2
29.05.2026	2061	82,7	54,3	26,6	335,6	36	2024	28,7
30.05.2026	1902	72,6	57,8	28,2	293,6	42	2200	23,4
31.05.2026	1948	76,1	66	29	259,6	25	2300	21,7
01.06.2026	2227	85,2	71	32	332	53	1876	24
02.06.2026	2112	91,3	72,5	34,3	290,3	57,2	1646	19,2
03.06.2026	2076	77,3	74,2	33,6	296	54,8	1596	23,3

Dieta łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub w okresie laktacji								
DATA	KCAL	BIALKO	TLUSZCZ	KW.TL.NAS.	WEGLOWODANY	CUKRY	SÓD	BŁONNIK
25.05.2026	1946	80,8	62,3	30,3	285,2	24,1	1654	22,3
26.05.2026	1953	81,7	47,5	25	324,5	28	1483	28,6
27.05.2026	2011	82,8	72,7	32	279,9	33	1328	25,3
28.05.2026	2296	83,9	65,4	29,9	367	56	1870	27,2
29.05.2026	2061	82,7	54,3	26,6	335,6	36	2024	28,7
30.05.2026	1902	72,6	57,8	28,2	293,6	42	2200	23,4
31.05.2026	1948	76,1	66	29	259,6	25	2300	21,7
01.06.2026	2227	85,2	71	32	332	53	1876	24
02.06.2026	2112	91,3	72,5	34,3	290,3	57,2	1646	19,2
03.06.2026	2076	77,3	74,2	33,6	296	54,8	1596	23,3

Dieta łatwostrawna dla dzieci i młodzieży								
DATA	KCAL	BIALKO	TLUSZCZ	KW.TL.NAS.	WEGLOWODANY	CUKRY	SÓD	BŁONNIK
25.05.2026	1946	80,8	62,3	30,3	285,2	24,1	1654	22,3
26.05.2026	1953	81,7	47,5	25	324,5	28	1483	28,6
27.05.2026	2011	82,8	72,7	32	279,9	33	1328	25,3
28.05.2026	2296	83,9	65,4	29,9	367	56	1870	27,2
29.05.2026	2061	82,7	54,3	26,6	335,6	36	2024	28,7
30.05.2026	1902	72,6	57,8	28,2	293,6	42	2200	23,4
31.05.2026	1948	76,1	66	29	259,6	25	2300	21,7
01.06.2026	2227	85,2	71	32	332	53	1876	24
02.06.2026	2112	91,3	72,5	34,3	290,3	57,2	1646	19,2
03.06.2026	2076	77,3	74,2	33,6	296	54,8	1596	23,3

