

Jadłospis dla Szpitala Powiatowego w Jarocinie 23.08.-01.09.2026

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)
Niedziela 23.08.2026						
Śniadanie	Kakao 250ml(1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo graham 30 g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka z szynki 70g(1,3,6,9,10) Pomidor 50g Sałata 20g Herbata 250ml	Kakao 250ml(1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka z szynki 70g(1,3,6,9,10) Sałata 20g Herbata 250ml	Kakao 250ml(1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Parówka z szynki 70g (1,3,6,9,10) Pomidor	Kakao 250ml(1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka z szynki 70g(1,3,6,9,10) Sałata 20g 50g Herbata 250ml	Kakao 250ml(1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka z szynki 70g(1,3,6,9,10) Sałata 20g Herbata 250ml	Kakao 250ml(1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Parówka z szynki 70g(1,3,6,9,10) Sałata 20g Herbata 250ml

			50g Sałata 20g Herbata 250ml			
II Śniadanie	—	—	—	—	Sok warzywny 330ml	Sok warzywny 330ml
Obiad	Zupa koperkowa 400ml(1,7,9) Karkówka pieczona 100g Sos ciemny 125ml (1,7) Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g(7) Buraczki gotowane 100g(1,7) Kompot 200ml	Zupa koperkowa 400ml(1,7,9) Szynka gotowana 100g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Sos jasny 125ml (1,7) Buraczki gotowane 100g(1,7) Kompot 200ml	Zupa koperkowa 400ml(1,7,9) Szynka gotowana 100g Ziemniaki gotowane 200g Buraczki gotowane 100g(1,7) Surówka z kapusty i jabłka 100g Kompot b/cukru	Zupa koperkowa 400ml(1,7,9) Szynka gotowana 100g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Sos jasny 125ml (1,7) Buraczki gotowane 100g(1,7) Kompot 200ml	Zupa koperkowa 400ml(1,7,9) Szynka gotowana 100g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Sos jasny 125ml (1,7) Buraczki gotowane 100g(1,7) Kompot 200ml	Zupa koperkowa 400ml(1,7,9) Szynka gotowana 100g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Sos jasny 125ml (1,7) Buraczki gotowane 100g(1,7) Kompot 200ml
Podwieczorek	Sok warzywny 330ml	Sok warzywny 330ml	Sok warzywny 330ml	Sok warzywny 330ml	Drożdżówka 80g (1,3,7) Cukrzyca: Jogurt naturalny 180g (7)	—
Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie 70g, graham 30g(1,3,7,11) Masło 15g(7) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Papryka 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g ,Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15 g (7) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Papryka 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 200ml	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 200ml	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Szynka drobiowa 50g (1,3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 200ml

II Kolacja	Jogurt owocowy 150g(7) bez dodatku cukru	Jogurt owocowy 150g(7) bez dodatku cukru	Jogurt owocowy 150g(7) bez dodatku cukru	Jogurt owocowy 150g(7) bez dodatku cukru	Jogurt owocowy 150g(7) bez dodatku cukru	Jogurt owocowy 150g(7) bez dodatku cukru
Poniedziałek 24.08.2026						
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 graham30g, Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11)Masło15g(7) Szynka 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) Szynka 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 Szynka 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 pszenne 100g (1,3,7,11)Masło 15g (7) Szynka 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) Szynka 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) Szynka z indyka gotowana 50g(1,3,6,9,10) Sałata20g Herbata 250ml
II Śniadanie					Jabłko pieczone 150g Jogurt naturalny 180g(7)	Jabłko pieczone 150g Jogurt naturalny 180g(7)
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)	Zupa warzywna 400ml (1,3,7,9) Ziemniaki gotowane 180g Pulpety gotowane 90g (1,3,7)	Barszcz z ziemniakami 400ml(1,7,9) Pierogi leniwe z masłem i cukrem 300g (1,3,7)	Barszcz z ziemniakami 400ml(1,7,9) Pierogi leniwe z masłem i cukrem 300g (1,3,7)	Barszcz z ziemniakami 400ml(1,7,9) Pierogi leniwe z masłem i cukrem 300g (1,3,7)

		Kompot 200ml	Kalafior gotowany 100g Surówka z kapusty białej i jabłka 100g Kompot b/cukru 200ml	Kompot 200ml	Kompot 200ml	Kompot 200ml
Podwieczorek	Jabłko pieczone 150g Jogurt naturalny 180g(7)	Jabłko pieczone 150g Jogurt naturalny 180g(7)	Jabłko pieczone 150g Jogurt naturalny 180g(7)	Jabłko pieczone 150g Jogurt naturalny 180g(7)	Kiwi 80g	
Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie 70g, graham 30g(1,3,7,11) Masło 15g (7) Jajko gotowane 60g(3) Ser tyłżycki 30g(7) Sałata 25g, Ogórek 30g, Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g Jajko gotowane 60g(3) Szynka konserwowa 30g(1,3,6,9,10) Sałata 25g, Herbata 250ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Jajko gotowane 60g(3) Szynka konserwowa 30g (1,3,6,9,10) Sałata 25g, Ogórek 30g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15g Pasta z białka jaja 60g(3) Szynka konserwowa 30g(1,3,6,9,10) Sałata 25g, Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g Jajko gotowane 60g(3) Szynka konserwowa 30g(1,3,6,9,10) Sałata 25g, Herbata 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g Jajko gotowane 60g(3) Szynka konserwowa 30g(1,3,6,9,10) Sałata 25g, Herbata 250ml
II Kolacja	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml
Wtorek 25.08.2026						
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 got. 180g Sałata z sosem jogurtowym 100g(3) Kompot 200ml	Zupa brokułowa 400 ml (1,7,9) Kurczak gotowany w sosie warzywnym 200g (1,7,9) Ryż biały got. 180g Marchewka gotowana 150g(1,7) Kompot 200ml	Zupa brokułowa 400 ml(1, 7,9) Kurczak gotowany w sosie warzywnym 200g (1,7,9) Ryż brązowy got. 180g Surówka z kapusty 100g Kalafior 100g Kompot b/cukru 200ml	Zupa brokułowa 400 ml (1,7,9) Kurczak gotowany w sosie warzywnym 200g (1,7,9) Ryż biały got. 180g Marchewka gotowana 150g(1,7) Kompot 200ml	Zupa brokułowa 400 ml (1,7,9) Kurczak gotowany w sosie warzywnym 200g (1,7,9) Ryż biały got. 180g Marchewka gotowana 150g(1,7) Kompot 200ml	Zupa brokułowa 400 ml (1,7,9) Kurczak gotowany w sosie warzywnym 200g (1,7,9) Ryż biały got. 180g Marchewka 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 : Jogurt naturalny 180g (7)	

Kolacja	Pieczyno 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	Pieczyno 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	Pieczyno pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczyn o 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	Pieczyno 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	Pieczyno 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	Pieczyno 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)
Środa 26.08.2026						
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) Pieczyn o graham 30g, Pieczyn o pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Dżem 30g, Pasta z sera białego i rzodkiewki 60g (7)	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczyn o 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	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczyn o pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, Pieczyn o graham 70 g Pasta z sera białego i koperku 80g (7) Masło roślinne 15g	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczyn o pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Dżem 30g Pasta z sera białego i koperku 60g (7) Sałata 20g Herbata 250ml	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczyn o pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Dżem 30g Pasta z sera białego i koperku 60g (7)	Zupa mleczna 250 ml (1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczyn o 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

	Salata 20g Herbata 250ml		Salata 20g Herbata 250ml		Salata 20g Herbata 250ml	
II Śniadani e					Placek drożdżowy własnego wypieku80g(1,3,7)	Placek drożdżowy własnego wypieku80g(1,3,7)
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(1,7,9) Kotlet mielony smażony 100g (1,3) Brokuły gotowane 120g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Kompot 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(1,7,9) Kotlet mielony gotowany100g (1,3) Sos koperkowy 125ml (1,7) Brokuły gotowane 120g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Kompot 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem400ml(1,7,9) Kotlet mielony gotowany 100g (1,3) Ziemniaki gotowane 180g Brokuły gotowane100g Surówka z kapusty białej100g Kompot b/cukru 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(1,7,9) Kotlet mielony gotowany100g (1,3) Sos koperkowy 125ml (1,7) Brokuły gotowane 120g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Kompot 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(1,7,9) Kotlet mielony gotowany100g (1,3) Sos koperkowy 125ml (1,7) Brokuły gotowane 120g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Kompot 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(1,7,9) Kotlet mielony gotowany100g (1,3) Sos koperkowy 125ml (1,7) Brokuły gotowane 120g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Kompot 200ml
Podwiec zorek	Placek drożdżowy własnego wypieku80g(1,3,7)	Placek drożdżowy własnego wypieku80g(1,3,7)	Babka drożdżowa b/cukru80g(1,3,7)	Babka drożdżowa b/cukru80g(1,3,7)	Jabłko 180 g	
Kolacja	Pieczyno graham30g,Pieczyno pszenno- żytnie70g(1,3,7,11) Masło15g(7) Szynka z indyka gotowana40g (1,3,6,7,9,10)pomidor 30g Salata20g Herbata 200ml	Pieczyno pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15g(7) Szynka z indyka gotowana 40g(1,3,6,7,9,10)Miód 30g Salata20g Herbata 200ml	Pieczyno pełnoziarniste własnego wypieku35g,Pieczyno graham70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g,Szynka z indyka gotowana 40g(1,3,6,7,9,10) pomidor 30g, Salata 20g ,Herbata 200ml	Pieczyno pszenne 100 g (1,3,7,11)Masło 15g(7) Szynka z indyka gotowana 40g(1,3,6,7,9,10)M iód 30g Salata20g Herbata 200ml	Pieczyno pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15g(7) Szynka z indyka gotowana 40g(1,3,6,7,9,10)M iód 30g Salata20g Herbata 200ml	Pieczyno pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15g(7) Szynka z indyka gotowana 40g(1,3,6,7,9,10)Mi ód 30g Salata20g Herbata 200ml

II Kolacja	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml	Mus owocowy 100ml
Czwartek 27.08.2026						
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 350ml(1,7) Kawa z mlekiem 250ml(1,7) Pieczywo graham 30g, Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Masło 15g(7) Schab pieczony własnego wyrobu 50g, Sałata 25g, Ogórek 20g Herbata 250ml	Zupa mleczna 350ml(1,7) Kawa z mlekiem 250ml(1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Schab pieczony własnego wyrobu 50g, Sałata 25g Herbata 250ml	Zupa mleczna 250ml(1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35g, Pieczywo o graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Schab pieczony własnego wyrobu 50g Sałata 25g, Ogórek 20g Herbata 250ml	Zupa mleczna 350ml(1,7) Kawa z mlekiem 250ml(1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Schab gotowany własnego wyrobu 50g, Sałata 25g Herbata 250ml	Zupa mleczna 350ml(1,7) Kawa z mlekiem 250ml(1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Schab pieczony własnego wyrobu 50g, Sałata 25g Herbata 250ml	Zupa mleczna 350ml(1,7) Kawa z mlekiem 250ml(1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g (7) Schab pieczony własnego wyrobu 50g, Sałata 25g 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)	Zupa warzywna 400ml(1,9) Szynka gotowana 100g, Ziemniaki gotowane puree z koperkiem	Zupa warzywna 400ml(1,9) Szynka gotowana 100g, Kasza jęczmienna 180g(1)	Zupa warzywna 400ml(1,9) Szynka gotowana 100g, Ziemniaki gotowane puree z	Zupa warzywna 400ml(1,9) Szynka gotowana 100g, Ziemniaki gotowane puree z	Zupa warzywna 400ml(1,9) Szynka gotowana 100g, Ziemniaki gotowane puree z koperkiem

	Buraczki z jabłkiem gotowane 120g(7) Kompot 200ml	250g(7) (7) Sos pietruszkowy 125ml(1,7)Buraczki gotowane 120g(7) Kompot 200ml	Sos koperkowy 125ml(1,7) Buraczki gotowane 120g(7)Surówka z kapusty i jabłka 100g Kompot 200ml b/cukru	koperkiem 250g(7) (7) Sos pietruszkowy 125ml(1,7)Buraczki i gotowane 120g(7) Kompot 200ml	koperkiem 250g(7) (7) Sos pietruszkowy 125ml(1,7)Buraczki i gotowane 120g(7) Kompot 200ml	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) Cukrzyca: Rogalik drożdżowy b/cukru 100g(1,3,7)	
Kolacja	Pieczywo graham30g,Pieczywo pszenno- żytnie70 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 wypieku35g,Pieczywo graham70g (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)
Piątek 28.08.2026						
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	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	Łatwostrawna dla dzieci i młodzieży z dodatkowym drugim śniadaniem i drugą kolacją (P02/S/K)

			i drugą kolacją (D03/P/K)		i drugą kolacją (C02/S/P/K)	
Śniadanie	Zupa mleczna 250ml (1,7)Kawa z mlekiem 250ml(1,7)Pieczywo graham 30g,Pieczywo pszenno- żytnie70g(1,3,7,11)Masł o15g (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					Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g
Obiad	Barszcz z makaronem 400ml(1,3,7,9) Ryba dorsz gotowany 100g (4) Sos koperkowy 125ml (1,7) Brokuły gotowane 120g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Kompot 200ml	Barszcz z makaronem 400ml(1,3,7,9) Ryba dorsz gotowany 100g (4) Sos koperkowy 125ml (1,7) Brokuły gotowane 120g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7)Kompot 200ml	Barszcz z makaronem 400ml(1,3,7,9) Ryba dorsz gotowany 100g (4) Ziemniaki gotowane 180g Brokuły gotowane100g Surówka z kapusty białej100g Kompot b/cukru 200ml	Barszcz z makaronem 400ml(1,3,7,9) Ryba dorsz gotowany 100g (4) Sos koperkowy 125ml (1,7) Brokuły gotowane 120g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7)Kompot 200ml	Barszcz z makaronem 400ml(1,3,7,9) Ryba dorsz gotowany 100g (4) Sos koperkowy 125ml (1,7) Brokuły gotowane 120g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7)Kompot 200ml	Barszcz z makaronem 400ml(1,3,7,9) Ryba dorsz gotowany 100g (4) Sos koperkowy 125ml (1,7) Brokuły gotowane 120g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7)Kompot 200ml
Podwieczorek	Jabłko 150g	Jabłko pieczone 250g	Jabłko 150g	Jabłko pieczone 150g	Sok warzywny 330ml	

Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie 70 g (1,3,7,11) Pieczywo graham 30g (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) Masło 15g (7) Serek homogenizowany 60g (7) Dżem 30g Sałata 20g, Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 35 g, Pieczywo graham 70g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Serek homogenizowany 60g (7) Sałata 20g Ogórek 20g, Herbata 200ml	Pieczywo pszenne 100g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Serek homogenizowany 60g (7) Dżem 30g Sałata 20g, Herbata 200ml	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Serek homogenizowany 60g (7) Dżem 30g Sałata 20g, Herbata 200ml	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Serek homogenizowany 60g (7) Dżem 30g Sałata 20g, 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)
Sobota 29.08.2026						
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-żytnie 70g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Paszтет własnego wyrobu 40g Ser salami 20 g (7) Pomidor 50g Herbata 250ml	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka drobiowa gotowana 40g (1,3,6,7,9,10) Sałata 20g Herbata 250ml	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku 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	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka drobiowa gotowana 40g (1,3,6,7,9,10) Sałata 20g Herbata 250ml	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka a drobiowa gotowana 40g (1,3,6,7,9,10) Sałata 20g Herbata 250ml	Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15g (7) Szynka drobiowa gotowana 40g (1,3,6,7,9,10) Sałata 20g Herbata 250ml

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)
Śniadani e	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) jajko gotowane 60g(3)Pomidor 50g Sałata 20g Herbata 250ml	Kakao 250ml(1,7) Kawa z mlekiem 250 ml (1,7)Pieczywo pszenne100g(1,3,7,1 1)Masło15 g (7) Parówka z szynki gotowana 80g (1,6,7,10,9) jajko gotowane 60g(3)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) jajko gotowane 60g(3)Pomidor 50g 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) Pasta z białka jaja 60g (3) 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) jajko gotowane 60g(3)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) jajko gotowane 60g(3)Sałata 20g Herbata 250ml
II Śniadani e					Babka drożdżowa 60g (1,3,7)	Babka drożdżowa 60g (1,3,7)
Obiad	Zupa kalafiorowa 400ml(1,7,9) Udziec z indyka pieczony120g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7) Kapusta gotowana150g (7)	Zupa kalafiorowa 400ml(1,7,9) Udziec z indyka gotowany 120g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7)Sos pietruszkowy 125 ml (1,7) Buraczki	Zupa kalafiorowa 400ml(1,7,9) Udziec z indyka gotowany 120g Ziemniaki gotowane 180g Surówka z białej kapusty i jabłka	Zupa kalafiorowa 400ml(1,7,9) Udziec z indyka gotowany 120g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7)Sos pietruszkowy 125	Zupa kalafiorowa 400ml(1,7,9) Udziec z indyka gotowany 120g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7)Sos pietruszkowy 125	Zupa kalafiorowa 400ml(1,7,9) Udziec z indyka gotowany 120g Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 250g(7)Sos pietruszkowy 125 ml (1,7) Buraczki

	Kompot 200ml	gotowane150g (7) Kompot 200ml	100g Buraczki gotowane150g (7) Kompot b/cukru 200ml	ml (1,7) Buraczki gotowane150g (7) Kompot 200ml	ml (1,7) Buraczki gotowane150g (7) Kompot 200ml	gotowane150g (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- żytnie70g (1,3,7,11) Masło15g(7) Szyńka drobiowa 50g(3,6,9,10) Sałata 20g Ogórek 50g Herbata 200ml	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11)Masło15g(7) Szyńka drobiowa 50g(3,6,9,10) Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku35g,Pieczyw o graham70g (1,3,7,11)Masło roślinne15g, Szyńka drobiowa 50g(3,6,9,10) Sałata 20g Ogórek 50g Herbata 200ml	Pieczywo pszenne100g (1,3,7,11)Masło15g (7) Szyńka drobiowa 50g(3,6,9,10) Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15g(7) Szyńka drobiowa 50g(3,6,9,10) Sałata 20g Herbata 200ml	Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15g(7) Szyńka drobiowa 50g(3,6,9,10) 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)
Poniedziałek 31.08.2026						
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 250ml (1,7) Pieczywo graham 30g Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11)Masło 15g	Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15 g	Kawa z mlekiem 250ml(1,7) Pieczywo pełnoziarniste własnego wypieku	Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11)	Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15	Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Pieczywo pszenno- żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło 15

	(7)Szynka biała gotowana 50g (1,3,7,9,11) Jajko gotowane 60g(3)Sałata 25g pomidor 50g) Herbata 250ml	(7) Szynka biała gotowana 50g (1,3,7,9,11) Jajko gotowane 60g(3) Sałata 25 g Herbata 250ml	35gPieczywo graham 70g (1,3,7,11)Masło roślinne15g Jajko gotowane 60g(3)Szynka biała gotowana 50g (1,3,7,9,11) Sałata 25g pomidor 50g Herbata 250ml	Masło 15 g (7) Szynka biała gotowana 50g (1,3,7,9,11) Pasta z białka jaja z koperkiem 60g(3) Sałata 25 g Herbata 250ml	g (7) Szynka biała gotowana 50g (1,3,7,9,11) Jajko gotowane 60g(3) Sałata 25 g Herbata 250ml	g (7) Szynka biała gotowana 50g (1,3,7,9,11) Jajko gotowane 60g(3) Sałata 25 g Herbata 250ml
II Śniadanie					Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)	Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)
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	Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)	Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)	Bułka mleczna własnego wypieku b/cukru 80g (1,3,7)	Bułka mleczna własnego wypieku 80g (1,3,7)	Kefir 200ml (7)	
Kolacja	Pieczywo graham 30 g Pieczywo pszenno-żytnie 70g (1,3,7,11)	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15g(7) Szynka	Pieczywo pełnoziarniste własnego wyrobu 35 g Pieczywo	Pieczywo pszenne 100 g (1,3,7,11) Masło15g(7) Szynka z indyka	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15g(7)	Pieczywo pszenno-żytnie 100 g (1,3,7,11) Masło15g(7) Szynka

	Masło 15g (7) Szynka z indyka gotowana 50g (3,6,9,10) Pomidor 50g Herbata 250ml	z indyka gotowana 50g (3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 250ml	graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Szynka z indyka gotowana 50g (3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 250ml	gotowana 50g (3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 250ml	Szynka z indyka gotowana 50g (3,6,9,10) Sałata 25g Herbata 250ml	z indyka gotowana 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)
Wtorek 01.09.2026						
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 80g(7) Sałata 25g, 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 sera z koperkiem 80g(7) Sałata 25g 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 sera z koperkiem 80g(7) Sałata 25g Pomidor 50 g 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 sera z koperkiem 80g(7) 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 15 g (7) Pasta z sera z koperkiem 80g(7) 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 15 g (7) Pasta z sera z koperkiem 80g(7) Sałata 25g Herbata 250ml

II Śniadanie					Budyń z sokiem owocowym 150g (7)	Budyń z sokiem owocowym 150g (7)
Obiad	Zupa ziemniaczana 400ml (1,7,9) Kasza jęczmienna gotowana 180g (1) Gulasz z szynki duszony 150g (1) Sałatka z ogórka kiszzonego 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 ziemniaczana 400ml (1,7,9) Kasza jęczmienna gotowana 180g (1) Szynka gotowana 100g Buraczki gotowane 100g (7) Sałatka z ogórka kiszzonego 120g 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
Podwieczorek	Budyń z sokiem owocowym 150g (7)	Budyń z sokiem owocowym 150g (7)	Budyń bez cukru 150g (7)	Budyń z sokiem owocowym 150g (7)	Jabłko 150g	
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) Sałata 25g 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 graham 70 g (1,3,7,11) Masło roślinne 15g Szynka konserwowa 40g (3,6,9,10) Sałata 25g Ogórek 25g Herbata 250ml	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
II Kolacja	Sok warzywny 300ml	Sok warzywny 300ml	Sok warzywny 300ml	Sok warzywny 300ml	Sok warzywny 300ml	Sok warzywny 300ml

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 (D01)								
DATA	KCAL	BIAŁKO	TŁUSZCZ	KW.TŁ.NAS.	WEGLOWODANY	CUKRY	SÓD	BŁONNIK
23.08.2026	2178	95,8	77,2	38	299,7	29,8	1524	27,4
24.08.2026	2096	82,1	57,7	25	342	30,7	1440	34,4
25.08.2026	2184	88,8	81,1	32	304	37	1298	31,5
26.08.2026	2116	80	70,5	32	309	43,5	1918	29,4
27.08.2026	2170	89,9	65,1	26	332	35	2104	29
28.08.2026	2150	86,8	77,3	37	304	36	2280	29,6
29.08.2026	2088	79,5	83,1	32	283,8	21,5	1988	29,4
30.08.2026	2223	86,6	70,3	31,6	340,2	48,7	2016	31,5
31.08.2026	2139	95,2	70,3	31,5	315	54,8	1739	36,2
01.09.2026	2270	81,4	79,8	34	336	41,7	1591	31,8

Dieta łatwostrawna (D02)								
DATA	KCAL	BIALKO	TŁUSZCZ	KW.TŁ.NAS.	WEGLOWODANY	CUKRY	SÓD	BŁONNIK
23.08.2026	1946	80,8	62,3	30,3	285,2	24,1	1654	22,3
24.08.2026	1953	81,7	47,5	25	324,5	28	1483	28,6
25.08.2026	2011	82,8	72,7	32	279,9	33	1328	25,3
26.08.2026	2296	83,9	65,4	29,9	367	56	1870	27,2
27.08.2026	2061	82,7	54,3	26,6	335,6	36	2024	28,7
28.08.2026	1902	72,6	57,8	28,2	293,6	42	2200	23,4
29.08.2026	1948	76,1	66	29	259,6	25	2300	21,7
30.08.2026	2227	85,2	71	32	332	53	1876	24
31.08.2026	2112	91,3	72,5	34,3	290,3	57,2	1646	19,2
01.09.2026	2076	77,3	74,2	33,6	296	54,8	1596	23,3

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)								
DATA	KCAL	BIALKO	TŁUSZCZ	KW.TŁ.NAS.	WEGLOWODANY	CUKRY	SÓD	BŁONNIK
23.08.2026	1855	81,5	58,7	15	272,5	10,7	1783	29,6
24.08.2026	1886	91,7	49,6	13,5	291,5	13,4	1555	39,5
25.08.2026	1886	87,7	70,7	19,1	256	13,5	1521	33,5
26.08.2026	1870	85,7	61	16,6	273	16,6	1702	31,5
27.08.2026	1920	87	60,9	15,3	263	12,4	1578	34,2
28.08.2026	1887	75,3	59,1	16,8	276,4	23,5	2224	32,8
29.08.2026	1898	86,6	71	19	252	11,3	2160	29,2
30.08.2026	1960	88,5	62,1	17,7	292,9	38,9	1717	33,8
31.08.2026	1965	95,2	68,6	20,8	269	44,6	1697	29,7
01.09.2026	1921	78,6	73,4	21,1	263,5	39	2309	28,4

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)								
DATA	KCAL	BIALKO	TŁUSZCZ	KW.TŁ.NAS.	WEGLOWODANY	CUKRY	SÓD	BŁONNIK
23.08.2026	1946	80,8	62,3	30,3	285,2	24,1	1654	22,3
24.08.2026	1953	81,7	47,5	25	324,5	28	1483	28,6
25.08.2026	2011	82,8	72,7	32	279,9	33	1328	25,3
26.08.2026	2296	83,9	65,4	29,9	367	56	1870	27,2
27.08.2026	2061	82,7	54,3	26,6	335,6	36	2024	28,7
28.08.2026	1902	72,6	57,8	28,2	293,6	42	2200	23,4
29.08.2026	1948	76,1	66	29	259,6	25	2300	21,7
30.08.2026	2227	85,2	71	32	332	53	1876	24
31.08.2026	2112	91,3	72,5	34,3	290,3	57,2	1646	19,2
01.09.2026	2076	77,3	74,2	33,6	296	54,8	1596	23,3

Dieta łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub w okresie laktacji (C02)								
DATA	KCAL	BIALKO	TŁUSZCZ	KW.TŁ.NAS.	WEGLOWODANY	CUKRY	SÓD	BŁONNIK
23.08.2026	2303	82,04	82,8	36,74	301,46	58,5	2463,4	23
24.08.2026	1946	80,8	62,3	30,3	285,2	24,1	1654	22,3
25.08.2026	1953	81,7	47,5	25	324,5	28	1483	28,6
26.08.2026	2011	82,8	72,7	32	279,9	33	1328	25,3
27.08.2026	2296	83,9	65,4	29,9	367	56	1870	27,2
28.08.2026	2061	82,7	54,3	26,6	335,6	36	2024	28,7
29.08.2026	1902	72,6	57,8	28,2	293,6	42	2200	23,4
30.08.2026	1948	76,1	66	29	259,6	25	2300	21,7
31.08.2026	2227	85,2	71	32	332	53	1876	24
01.09.2026	2112	91,3	72,5	34,3	290,3	57,2	1646	19,2

Dieta łatwostrawna dla dzieci i młodzieży (P02)								
DATA	KCAL	BIALKO	TLUSZCZ	KW.TŁ.NAS.	WEGLOWODANY	CUKRY	SÓD	BŁONNIK
23.08.2026	1946	80,8	62,3	30,3	285,2	24,1	1654	22,3
24.08.2026	1953	81,7	47,5	25	324,5	28	1483	28,6
25.08.2026	2011	82,8	72,7	32	279,9	33	1328	25,3
26.08.2026	2296	83,9	65,4	29,9	367	56	1870	27,2
27.08.2026	2061	82,7	54,3	26,6	335,6	36	2024	28,7
28.08.2026	1902	72,6	57,8	28,2	293,6	42	2200	23,4
29.08.2026	1948	76,1	66	29	259,6	25	2300	21,7
30.08.2026	2227	85,2	71	32	332	53	1876	24
31.08.2026	2112	91,3	72,5	34,3	290,3	57,2	1646	19,2
01.09.2026	2076	77,3	74,2	33,6	296	54,8	1596	23,3