

31.07.2026	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250g(2), chleb pszenny 35g (1 kromka)(6), chleb razowy 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), pasta z jaj 70g(1,2), polędwica z indyka 30g(4,5,6,7), pomidor 50g, ogórek świeży 50g, sałata lodowa 40g, banan, herbata 250g.	Płatki owsiane na mleku 250g(2), chleb pszenny 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), pasta z jaj 70g(1,2), polędwica z indyka 30g(4,5,6,7), pomidor 50g, sałata lodowa 30g, banan, herbata 250g.	Chleb razowy 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), pasta z jaj 70g(1,2), polędwica z indyka 30g(4,5,6,7), pomidor 50g, ogórek świeży 50g, papryka 50g, ½ banana, herbata bez cukru 250g.
Obiad	Barszcz ukraiński 300g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, ryba pieczona z warzywami 100g/60(3,4,7), surówka z kapusty kiszanej 50g, pomidor z jogurtem 100g(4), kompot 250g.	Barszcz czerwony (bez zabielenia) 300g(4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, ryba pieczona z warzywami 100g/60(3,4,7), pomidor bez skórki z jogurtem 100g(4), kompot 250g.	Barszcz ukraiński 300g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 180g, ryba pieczona z warzywami 120g/60(3,4,7), surówka z kapusty kiszanej 50g, pomidor z jogurtem 100g(4), kompot bez dodatku cukru 250g.
Kolacja	Bułka grahamka 80g (1 sztuka), chleb razowy 35g (1 kromka)(6), masło 15g(2), szynka drobiowa 60g(4,5,6,7), ser żółty 15g(2), ogórek świeży 50g, papryka 50g, jogurt naturalny 150g(2), herbata bez dodatku cukru 250g(2).	Bułka pszenna 60g (1 sztuka)(6), chleb pszenny 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), szynkowa z indyka 60g(4,5,6,7), serek kanapkowy 40g(2), ogórek świeży 50g, roszponka 20g, kawa zbożowa 250g(2).	Bułka grahamka 80g (1 sztuka), chleb razowy 35g (1 kromka)(6), masło 15g(2), szynkowa z indyka 60g(4,5,6,7), ser żółty 15g(2), ogórek świeży 50g, papryka 50g, jogurt naturalny 150g(2), herbata bez dodatku cukru 250g(2).
Wartość odżywcza; Energia 2289 Kcal, Białko 103g (pochodzenia roślinnego 30),Tłuszcz 71g, Węglowodany 278g, Sól 6,95g.			
Alergeny: jaja(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).			
W jadłospisie mogą wystąpić zmiany.			

1.08.2026	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 250g(2), chleb pszenny 35g (1 kromka)(6), chleb razowy 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), pieczeń wieprzowa 60g(2,4,6), twaróg ze szczypiorem 50g(2), pomidor 50g, papryka 50g, jabłko, herbata 250g(2).	Chleb pszenny 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), pieczeń wieprzowa 60g(2,4,6), twaróg z koperkiem 30g(2), pomidor 50g, pieczone jabłko 100g, herbata 250g(2).	Chleb razowy 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), pieczeń wieprzowa 60g(2,4,6), twaróg ze szczypiorem 50g(2), pomidor 50g, papryka 50g, jabłko, herbata bez cukru 250g.
Obiad	Pomidorowa z makaronem i zieloną pietruszką 300g(2,4,7), ziemniaki z koprem 200g, jajka w sosie musztardowym 140g(4,6,7), surówka z czerwonej kapusty 100g(2), kompot 250g.	Pomidorowa z makaronem (bez zabielenia) i zieloną pietruszką 300g(4,7), ziemniaki z koprem 180g, pulpet drobiowy w sosie koperkowym 180 140g(4,6,7), surówka z jarzyn mieszanych 100g(2), kompot 250g.	Pomidorowa z makaronem i zieloną pietruszką 300g(2,4,7), ziemniaki z koprem 160g, pulpet drobiowy w sosie koperkowym 180 140g(4,6,7), surówka z jarzyn mieszanych 100g(2), kompot bez dodatku cukru 250g.
Kolacja	Dieta podstawowa: Płatki owsiane na mleku 250g(2), Chleb pszenny 35g (1 kromka)(6), chleb razowy 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), polędwica sopocka 60g(4,5,6,7), ogórek świeży 50g, roszponka 10g, banan, herbata 250g.	Płatki owsiane na mleku 250g(2), chleb pszenny 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), polędwica sopocka 60g(4,5,6,7), ogórek świeży 50g, roszponka 5g, banan, herbata 250g.	Chleb razowy 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), polędwica sopocka 60g(4,5,6,7), ogórek świeży 50g, roszponka 5g, ½ banana, jogurt naturalny 150g(2), herbata bez cukru 250g.
Posilek nocny	jabłko	jabłko	jabłko
Wartość odżywcza; Energia 2215 Kcal, Białko 104g (pochodzenia roślinnego 31g), Tłuszcz 83g, Węglowodany 255g, Sól 8,4g.			
Alergeny: jaja(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).			
W jadłospisie mogą wystąpić zmiany.			

2.08.2026	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250g(2), chleb pszenny 35g (1 kromka)(6), chleb razowy 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), wędlina szynkowa 50g(4,5,6,7), pasztet drobiowy 50g(2,4,6,7), ogórek świeży 50g, sałata lodowa 40g, arbuz 100g, herbata 250g.	Płatki owsiane na mleku 250g(2), chleb pszenny 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), wędlina szynkowa 50g(4,5,6,7), pasztet drobiowy 50g(2,4,6,7), ogórek świeży 50g, sałata lodowa 30g, arbuz 100g, herbata 250g.	Płatki owsiane na mleku 250g(2), chleb razowy 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), wędlina szynkowa 50g(4,5,6,7), pasztet drobiowy 50g(2,4,6,7), ogórek świeży 50g, sałata lodowa 40g, arbuz 100g, herbata bez cukru 250g.
Obiad	Zupa jarzynowa z zieloną pietruszką 300g(2,4,6,7), ryż 100g, kurczak pieczony 120g (1,2,6), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i oliwą 120g), kompot 250g.	Zupa jarzynowa (bez zabielenia) z zieloną pietruszką 300g(4,6,7), ryż 80g, kurczak pieczony (bez skóry) 120g (1,2,6), surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i oliwą 120g, kompot 250g.	Zupa jarzynowa z zieloną pietruszką 300g(2,4,6,7), ryż 80g, kurczak pieczony 120g (1,2,6), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i oliwą 120g, kompot bez dodatku cukru 250g.
Kolacja	Chleb pszenny 35g (1 kromka)(6), chleb razowy 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), szynka z piersi indyka 60g(4,5,6,7), krakowska parzona 30g(4,5,6,7), musztarda 15g(7), papryka konserwowa 30g, pomidor 50g, rukola 10g, jogurt naturalny 150g(2), herbata 250g.	Chleb pszenny 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), szynka z piersi indyka 60g(4,5,6,7), krakowska parzona 30g(4,5,6,7), pomidor 50g, sałata lodowa 20g, jogurt naturalny 150g(2), herbata 250g.	Chleb razowy 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), szynka z piersi indyka 60g(4,5,6,7), krakowska parzona 30g(4,5,6,7), rukola 10g, pomidor 50g, jogurt naturalny 150g(2), herbata bez cukru 250g.
Posilek nocny	½ banana	½ banana	½ banana
Wartość odżywcza; Energia 2245 Kcal, Białko 104g (pochodzenia roślinnego 31g), Tłuszcz 87g, Węglowodany 264g, Sól 9,1g.			
Alergeny: jaja(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).			
W jadłospisie mogą wystąpić zmiany.			

3.08.2026	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 250g(2,6), chleb pszenny 35g (1 kromka)(6), chleb razowy 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), polędwica drobiowa 60g(4,5,6,7), jajko na twardo 60g(1), majonez 5g(7) jabłko, pomidor 50g, rukola 10g, herbata 250g.	Kasza jęczmienna na mleku 250g(2,6), chleb pszenny 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), polędwica drobiowa 60g(4,5,6,7) jajko na miękko 60g(1), jabłko, pomidor 50g, rozponka 10g, herbata 250g.	Kasza jęczmienna na mleku 250g(2,6), chleb razowy 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), polędwica drobiowa 60g(4,5,6,7), jajko na twardo 60g(1), majonez 5g(7) jabłko, pomidor 50g, rukola 10g, herbata bez cukru 250g.
Obiad	Zupa fasolowa 300g(4,7), ziemniaki z koprem 180g, leczy 150g(4,5,6,7), kompot 250g.	Zupa koperkowa z ryżem 300g(2,4,7), ziemniaki z koprem 120g, gulasz z fileta 150g(2,3,4), pomidor bez skórki z jogurtem 100g(2), kompot 250g.	Zupa fasolowa 300g(4,7), ziemniaki z koprem 150g, gulasz z fileta 150g(2,3,4) pomidor z jogurtem 100g(2), kompot bez dodatku cukru 250g.
Kolacja	Chleb pszenny 35g (1 kromka)(6), chleb razowy 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), szynka drobiowa 60g(4,5,6,7), humus 30g (2), ogórek świeży 50g, sałata lodowa 40g, arbuz 100g, kakao 250g(2).	Chleb pszenny 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), szynka drobiowa 60g(4,5,6,7), humus 30g(4,5,7), ogórek świeży 50g, rozponka 20g, arbuz 100g, herbata 250g.	Chleb razowy 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), szynka drobiowa 60g (4,5,6,7), humus 30g(4,5,7,8), ogórek świeży 50g, sałata lodowa 40g, arbuz 100g, herbata bez cukru 250g.
Posilek nocny	jogurt owocowy 150g(2)	jogurt naturalny 150g(2)	jogurt naturalny 150g(2)
Wartość odżywcza; Energia 2311 Kcal, Białko 112g (pochodzenia roślinnego 30g),Tłuszcz 85,5g, Węglowodany 295g, Sól 9,5g.			
Alergeny: jaja(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).			
W jadłospisie mogą wystąpić zmiany.			

4.08.2026	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Chleb pszenny 35g (1 kromka)(6), chleb razowy 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), twaróg z jogurtem 60g(2), golonkowa z indyka 60g(4,5,6,7,8), marmolada 30g, pomidor 50g, papryka 50g pomarańcza, wafle ryżowe 10g, kakao 250g(2).	Chleb pszenny 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), twaróg z jogurtem 60g(2), golonkowa z indyka 60g(4,5,6,7,8), marmolada 40g, pomidor 50g, jabłko, wafle ryżowe 10g, kakao 250g(2).	Chleb razowy 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), twaróg z jogurtem 60g(2), golonkowa z indyka 60g(4,5,6,7,8), pomidor 50g, papryka 50g, pomarańcza, wafle ryżowe 10g, jogurt naturalny 15g(2), herbata bez cukru 250g.
Obiad	Zupa ogórkowa z zieloną pietruszką 300g(2,4,6,7), ziemniaki 200g, pierś drobiowa w sosie szpinakowym 150g(1,2,4,6), surówka z marchwi i selera 100g, ogórek konserwowy 30g, kompot z galaretki 250g.	Zupa ryżowa 300g(2,4,6,7), ziemniaki 150g, pierś drobiowa w sosie szpinakowym 150g(1,2,4,6), seler duszony 100g, kompot 250g.	Zupa ogórkowa z zieloną pietruszką 300g(2,4,6,7), ziemniaki 150g, pierś drobiowa w sosie szpinakowym 150g(1,2,4,6), surówka z marchwi i selera 100g, ogórek konserwowy 30g, kompot bez dodatku cukru 250g.
Kolacja	Płatki owsiane na mleku 2500g(2), chleb pszenny 35g (1 kromka)(6), chleb razowy 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), sałatka rybna 60g(3,7), szynka z piersi indyka 60g(4,5,6,7), ogórek świeży 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250g.	Płatki owsiane na mleku 250g(2), chleb pszenny 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), sałatka rybna 60g(3,7), szynka z piersi indyka 60g(4,5,6,7), pomidor 50g, sałata masłowa 10g, herbata 250g.	Płatki owsiane na mleku 250g(2), chleb razowy 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), ryba w oleju 60g(3,7), szynka z piersi indyka 60g(4,5,6,7), ogórek świeży 50g, sałata masłowa 10g, jogurt naturalny 150g(2), herbata bez cukru 250g.
Posilek nocny	pasztet drobiowy 50g, kajzerka 1szt(6)	pasztet drobiowy 50g, kajzerka 1szt(6)	pasztet drobiowy 50g, grahamka ½ szt(6)
Wartość odżywcza; Energia 2251 Kcal, Białko 119g (pochodzenia roślinnego 28g),Tłuszcz 77g, Węglowodany 279g, Sól 8,2g.			
Alergeny: jaja(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).			
W jadłospisie mogą wystąpić zmiany.			

5.08.2026	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Ryż na mleku 300g(2), bułka grahamka 80g (1 sztuka), chleb razowy 35g (1 kromka)(6), masło 15g(2), wędlina krakowska 60g(4,5,6,7), humus 50g(2), dżem 30g, pomidor 50g, papryka 50g, herbata 250g.	Ryż na mleku 300g(2), bułka pszenna 60g (1 sztuka)(6), chleb pszenny 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), wędlina krakowska 60g(4,5,6,7), humus 30g(2), dżem 30g, pomidor 50g, herbata 250g.	Bułka grahamka 80g (1 sztuka), chleb razowy 35g (1 kromka)(6), masło 15g(2), wędlina krakowska 60g (4,5,6,7), humus 50g(2), pomidor 50g, papryka 50g, jogurt naturalny 150g(2), herbata bez cukru 250g.
Obiad	Zupa kalafiorowa z zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki 200g, fasolka po bretońsku 150g(4,5,6,7), ogórek konserwowy 30g, kompot 250g.	Zupa Kalafiorowa (bez zabielenia) z zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki 150g, kurczak gotowany 150g, sałata lodowa z pomidorem i oliwą 120g, kompot 250g.	Zupa Kalafiorowa z zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki 150g, fasolka po bretońsku 150g(4,5,6,7), ogórek konserwowy 30g, kompot bez dodatku cukru 250g.
Kolacja	Chleb pszenny 35g (1 kromka)(6), chleb razowy 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), szynka z piersi indyka 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), ogórek świeży 50g, rukola, kakao 250g(2).	Chleb pszenny 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), szynka z piersi indyka 60g (2,4,7), pasztet drobiowy 50g(2,4,6,7), ogórek świeży 50g, ½ banana, herbata 250g.	Chleb razowy 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), szynka z piersi indyka 60g (2,4,7), pasztet drobiowy 50g(2,4,6,7), ogórek świeży 50g, rukola, ½ banana, herbata bez cukru 250g.
Posilek nocny	jogurt owocowy 150g(2)	jogurt naturalny 150g(2)	jogurt naturalny 150g(2)
Wartość odżywcza; Energia 2256 Kcal, Białko 101g(pochodzenia roślinnego 35,2g),Tłuszcz 68,3g, Węglowodany 301,5g, Sól 8,1g.			
Alergeny: jaja(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).			
W jadłospisie mogą wystąpić zmiany.			

6.08.2026	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250g(2), chleb pszenny 35g (1 kromka)(6), chleb razowy 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), wędlina żywiecka 60g,(4,5,6,7), jajko na twardo 60g (1 sztuka)(1), pomidor 50g, papryka 50g, jabłko, herbata 250g.	Płatki owsiane na mleku 250g(2), chleb pszenny 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), wędlina żywiecka 60g(4,5,6,7), jajko na miękko 60g (1 sztuka)(1), pomidor 50g, roszponka 20g, jabłko, herbata 250g.	Płatki owsiane na mleku 250g(2), chleb razowy 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), wędlina żywiecka 60g(4,5,6,7), jajko na twardo 60g (1 sztuka)(1), pomidor 50g, papryka 50gr, jabłko, jogurt naturalny 150g(2) herbata bez cukru 250g.
Obiad	Zupa z groszku zielonego 300g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, kotlet mielony pieczony 130g(2,6), sałata masłowa ze szczypiorkiem i rzodkiewką 120g(2), kompot 250g.	Zupa jarzynowa (bez zabielenia) z zieloną pietruszką 300g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, pulpet mięsny 120g/70g(2,6), sałata masłowa z koperkiem 100g(2), kompot 250g.	Zupa z groszku zielonego 300g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 180g, pulpet mięsny 120g/70g(2,6), sałata masłowa ze szczypiorkiem i rzodkiewką 120g(2), kompot bez dodatku cukru 250g.
Kolacja	Chleb pszenny 35g (1 kromka)(6), chleb razowy 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), szynka z piersi indyka 60g(4,5,6,7), parówka drobiowa 60g(2,4,7), ketchup 15g, ogórek świeży 50g, papryka konserwowa 30g, sałata lodowa 20g, jogurt owocowy 150g(2), herbata 250g.	Chleb pszenny 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), szynka z piersi indyka 60g(4,5,6,7), parówka drobiowa 60g(2,4,7), ketchup 15g, ogórek świeży 50g, sałata lodowa 20g, ½ banana, jogurt naturalny 150g(2), herbata 250g.	Chleb razowy 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), szynka z piersi indyka 60g(4,5,6,7), parówka drobiowa 60g(2,4,7), ogórek świeży 50g, papryka 50g, sałata lodowa 20g, pomarańcza, jogurt naturalny 150g(2), herbata bez cukru 250g.
Posilek nocny	wafle ryżowe 10g(2 sztuki)	wafle ryżowe 10g(2 sztuki)	wafle ryżowe 10g(2 sztuki)
Wartość odżywcza; Energia 2221 Kcal, Białko 106g (pochodzenia roślinnego 30g), Tłuszcz 79g, Węglowodany 289g, Sól 8,7g.			
Alergeny: jaja(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).			
W jadłospisie mogą wystąpić zmiany.			

7.08.2026	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 250g(2), chleb pszenny 35g (1 kromka)(6), chleb razowy 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), wędlina krakowska 60g(4,5,6,7), serek kanapkowy 40g(2), pomidor 50g, papryka 50g, arbuz, herbata 250g.	Kasza jęczmienna na mleku 250g(2), chleb pszenny 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), wędlina krakowska 60g(4,5,6,7), serek kanapkowy 30g(2), pomidor 50g, sałata lodowa 30g, arbuz, herbata 250g.	Kasza jęczmienna na mleku 250g(2), chleb razowy 100g(6), masło 15g(2), wędlina krakowska 60g(4,5,6,7), serek kanapkowy 40g(2), pomidor 50g, papryka 50g, arbuz, herbata bez cukru 250g.
Obiad	Rosół drobiowy z makaronem i zieloną pietruszką 300g(4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, pieczeń rybna 120g(3,4,7), mizeria z ogórków 60g(2), fasolka szparagowa 30g(6) kompot 250g.	Rosół drobiowy z makaronem i zieloną pietruszką 300g(4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, pieczeń rybna 100g(3,4,7), mizeria z ogórków 60g(2), fasolka szparagowa bez dodatków 20g, kompot 250g.	Rosół drobiowy z makaronem i zieloną pietruszką 300g (4,6,7), ziemniaki z koprem 180g, pieczeń rybna 120g(3,4,7), mizeria z ogórków 60g(2), fasolka szparagowa 30g(6) kompot bez dodatku cukru 250g.
Kolacja	Chleb pszenny 35g (1 kromka)(6), chleb razowy 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), szynka z piersi indyka 60g(4,5,6,7), sałatka z tuńczykiem 100g(2,7), pomidor 50g, kawa zbożowa na mleku 250g(2,6).	Chleb pszenny 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), szynka z piersi indyka 60g(4,5,6,7), sałatka z tuńczykiem 80g(2,7), pomidor 50g, kawa zbożowa na mleku 250g(2,6).	Chleb razowy 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), szynka z piersi indyka 60g(4,5,6,7), sałatka z tuńczykiem 100g(2,7), pomidor 50g, herbata bez cukru 250g.
Posilek nocny	jogurt owocowy 150g(2)	jogurt naturalny 150g(2)	jogurt naturalny 150g(2)
Wartość odżywcza; Energia 2124 Kcal, Białko 98g (pochodzenia roślinnego 31,2g), Tłuszcz 81,1g, Węglowodany 252,2g, Sól 8,9g.			
Alergeny: jaja(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).			
W jadłospisie mogą wystąpić zmiany.			

8.08.2026	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250g(2), chleb pszenny 35g (1 kromka)(6), chleb razowy 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), polędwica drobiowa 60g(4,5,6,7), ser żółty 30g(2), pasta z kurczaka 30g, pomidor 50g, rzodkiewka 30g, jabłko, herbata bez cukru 250g.	Płatki owsiane na mleku 250g(2), chleb pszenny 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), polędwica drobiowa 60g(4,5,6,7), pasta z kurczaka 30g, pomidor 50g, jabłko, herbata 250g.	Płatki owsiane na mleku 250g(2), chleb razowy 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), polędwica drobiowa 60g(4,5,6,7), ser żółty 30g(2), pasta z kurczaka 30g, pomidor 50g, rzodkiewka 30g, jabłko, herbata 250g.
Obiad	Zupa ziemniaczanka 300g(2,4,6,7), ryż 100g, klops wieprzowy 110g w sosie 80g(2,4,6), surówka z marchwi i jabłek 100g(2), kompot 250g.	Zupa ziemniaczanka 300g(4,6,7), ryż 80g, klops wieprzowy 110g w sosie 60g(2,4,6), marchew duszona 100g(4), kompot 250g.	Zupa ziemniaczanka 300g(4,6,7), ryż 80g(2), klops wieprzowy 110g w sosie 60g(2,4,6), surówka z marchwi i jabłek 100g(2), kompot bez dodatku cukru 250g.
Kolacja	Chleb pszenny 35g (1 kromka)(6), chleb razowy 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), szynka konserwowa 60g(4,5,6,7), pasta z jajka 50g(1,2,4,7), serek kanapkowy 30g(2), ogórek świeży 50g, roszponka 10g, jogurt naturalny 150g(2), herbata 250g.	Chleb pszenny 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), szynka konserwowa 60g(4,5,6,7), pasta z jajka 50g(1,2,4,7), serek kanapkowy 30g(2), ogórek świeży 50g, roszponka 10g, jogurt naturalny 150g(2), herbata 250g.	Chleb razowy 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), szynka konserwowa 60g(4,5,6,7), pasta z jajka 80g(1,2,4,7), papryka 50g, rukola 10g, jogurt naturalny 150g(2), herbata bez cukru 250g.
Posiłek nocny	jabłko	jabłko	jabłko
Wartość odżywcza; Energia 2189 Kcal, Białko 101g (pochodzenia roślinnego 32g), Tłuszcz 74,9g, Węglowodany 264g, Sól 9,4g.			
Alergeny: jaja(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).			
W jadłospisie mogą wystąpić zmiany.			

9.08.2026	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Ryż na mleku 250g(2), chleb pszenny 35g (1 kromka)(6), chleb razowy 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), szynka drobiowa 60g(4,5,6,7), szprot w sosie pomidorowym 50g(3), pomidor 50g, rukola, jabłko, herbata 250g.	Ryż na mleku 250g(2), chleb pszenny 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), szynka drobiowa 60g(4,5,6,7), szprot w sosie pomidorowym 50g(3), pomidor 50g, jabłko, herbata 250g.	Chleb razowy 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), szynka drobiowa 60g(4,5,6,7), szprot w sosie pomidorowym 50g(3), pomidor 50g, rukola, jogurt naturalny 150g(2), jabłko, herbata bez cukru 250g.
Obiad	Zupa krupnik z zieloną pietruszką 350g(4,6,7), makaron 150g, sos węgierski z pieczarkami 160g(6), surówka z białej kapusty 120g, kompot 250g.	Zupa krupnik z zieloną pietruszką 350g(4,6,7), makaron 150g, sos węgierski z pieczarkami 160g(6), surówka z kapusty pekińskiej 100g, kompot 250g.	Zupa krupnik z zieloną pietruszką 350g(4,6,7), makaron 150g, sos węgierski z pieczarkami 160g(6), surówka z kapusty pekińskiej 100g, kompot bez dodatku cukru 250g.
Kolacja	Chleb pszenny 35g (1 kromka)(6), chleb razowy 70g (2 kromki)(6), masło 15g(2), szynka konserwowa 60g(4,5,6,7), kaszanka 100g(4,5,7,8), sałata lodowa 40g, papryka 50g, kakao 250g(2).	Chleb pszenny 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), szynka konserwowa 60g(4,5,6,7), pasztet drobiowy 55g(4,5,7,8), pomidor 50g, roszponka 10g, jogurt naturalny 150g(2), herbata 250g.	Chleb razowy 105g (3 kromki)(6), masło 15g(2), szynka konserwowa 60g(4,5,6,7), pasztet drobiowy 55g(4,5,7,8), sałata lodowa 40g, papryka 50g, jogurt naturalny 150g(2), herbata bez cukru 250g.
Posilek nocny	½ banana	½ banana	½ banana
Wartość odżywcza; Energia 2179 Kcal, Białko 98g (pochodzenia roślinnego 35g), Tłuszcz 79,3g, Węglowodany 267g, Sól 9,1g.			
Alergeny: jaja(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).			
W jadłospisie mogą wystąpić zmiany.			