

**JADŁOSPIS DEKADOWY DLA DIETY
ŁATWOSTRAWNEJ DZIECI 4-9 LAT
01.03. - 10.03.2026**

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Niedziela 01.03.2026	Pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), szynka 40g(SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL), pomidor b/s 50g, kakao 16%(MLE) II Mandarynka 80g	Rosół z makaronem 300ml(GLU,JAJ,SEL) kotlety siekane z piersi kurczaka z pieca konwek. 80g (GLU PSZ,JAJ), sos 70g(GLU PSZ,MLE), ziemniaki puree 150g(MLE), marchewka z groszkiem 130g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), jaja gotowane 2szt(JAJ), pomidor b/s 50g, herbata 250ml Posilek nocny Mus owocowy 100g
	E 1710kcal, Białko 73,28g, Tłuszcze 57,45g, NKT 29,46g, Węglowodany 237g, Sacharoza 35,59g, Bł.pokar.27g, Sól 4,7g		
Poniedziałek 02.03.2026	Zupa ml.pł.owsiane 200ml(MLE,GLU PSZ) pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), sałatka jarzynowa na jogurcie 80g(JAJ,SEL), kielbasa kanapkowa 20g(SOJ,GOR,PSZ), sałata 30g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE) II Galaretką z owocami 200ml	Zupa kalafiorowa 300ml(GLU PSZ,MLE,SEL), gołąbek b/zawijania z pieca 80g, sos pomidorowy got. 50g(GLU PSZ,MLE), ziemniaki puree 150g(MLE), fasolka szparagowa 130g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), pasta z kurczaka z koperkiem 40g(MLE), ogórek kiszony b/s 50g, herbata 250ml Posilek nocny Jogurt owocowy 150ml(MLE)
	E 1626kcal, Białko 62,60g, Tłuszcze 56,96g, NKT 26,98g, Węglowodany 235,53g, Sacharoza 24,32g, Bł.pokar.39,89g, Sól 7,13g		
Wtorek 03.03.2026	Zupa ml.budyniowa 200ml(MLE), pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), ser żółty 40g(MLE), pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE) II Banan 150g	Zupa jarzynowa 300ml(GLU PSZ,MLE,SEL), schab duszony 80g(GLU PSZ), ziemniaki 150g, sos pieczeniowy 50g(GLU PSZ,MLE), buraczki z jabłkiem 130g kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), szynka delikatesowa 40g(SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL), pomidor b/s 50g, herbata 250ml Posilek nocny: Serek wiejski z owocami 100g(MLE)
	E 1820kcal, Białko 76,65g, Tłuszcze 68,45g, NKT 32,43g, Węglowodany 236,95g, Sacharoza 45,17g, Bł.pokar.24,25g, Sól 3,36g		
Środa 04.03.2026	Zupa mleczna z zacierką 200ml(MLE,GLU PSZ,JAJA) pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), parówki drobiowe 80g(SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL) ketchup 20g, pomidor b/s 50g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE) II Jabłko got. 150g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml(GLU PSZ,MLE,SEL), placuszki z cukinii z pieca z sosem jogurtowo koperk.200g (GLU PSZ,JAJ,MLE), surówka z marchwi i jabłka 130g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), pasta z dorsza z warzywami 50g(RYB,MLE), pomidor b/s 50g, herbata 250ml Posilek nocny: Jogurt owocowy 150ml(MLE)
	E1732kcal, Białko 54,96g, Tłuszcze 75,74g, NKT 30,46g, Węglowodany 220,85g, Sacharoza 29,65g, Bł.pokar.26,64g, Sól 2,91g		
Czwartek 05.03.2026	Zupa ml. pł.owsiane 200ml(GLU PSZ,MLE) pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), szynka wiejska 20g (SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL), ser twarogowy 20g(MLE), pomidor 80g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE) II Mus owocowy -kubuś- 100g	Zupa pomidorowa z makaronem 200ml(GLU PSZ,MLE,SELJAJ), pulpet gotowany 80g (GLU PSZ,JAJ,MLE), ziemniaki puree z koperkiem 150g(MLE), sos 70g(GLU PSZ,MLE), fasolka szparagowa 130g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), sałatka z ryżu i kurczaka 90g(MLE), sałata 30g, herbata 250ml Posilek nocny Budyń z musem owocowym 150g(MLE)
	Energia 1743kcal, Białko 69g, Tłuszcze 45g, NKT 12g, Węglowodany 276g, Sacharoza27g, Błonnik pokar.23g, Sól 3g		

Sporządziła: dietetyk mgr Monika Konieczna

- Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdały, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowce, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczany, łubin, mączczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.
- Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa.
- Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywanych i dań dostępny na życzenie w Dziale Żywnienia.

Zatwierdza:
mg Dominika Kabacińska
Dział Żywnienia
Dietetyk SPZOZ Krotoszyn

**JADŁOSPIS DEKADOWY DLA DIETY
ŁATWOSTRAWNEJ DZIECI 4-9 LAT**

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Piątek 06.03.2026	Zupa ml. kaszka manna 200ml (GLU PSZ,MLE), pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), jajko got.1,5szt (JAJ) pomidor b/s 50g kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE) II mus brzoskwinia – jabłko 100g	Krupnik 300ml(GLU PSZ,MLE,SEL), ryba z pieca w sosie brokułowym 80g(GLU PSZ,MLE) ziemniaki puree z koperkiem 150g(MLE), bukiet warzyw 130g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), twarożek 50g,(MLE), pomidor b/s 50g, herbata 250ml Posilek nocny Kisiel z owocami 200g
	Energia 1684kcal, Białko 66g, Tłuszcze 50g, NKT 14g, Węglowodany 261g, Sacharoza 19g, Błonnik pokar.25g, Sól 2g		
Sobota 07.03.2026	Pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), dżem niskosłodzony 20g, ser żółty 20g(MLE), pomidor b/s 60g, kakao 16% 250ml (MLE) II Ciasto marchewkowe 70g(GLU PSZ,JAJ)	Zupa brokułowa 3(GLU PSZ,MLE), kasza jagłana z pieczonym udkiem b/skóry z pieca konwekcyjnego 180g, kalafior got. 130g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), polędwica z indyka 40g(SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL) ogórek kiszony b/s50g, herbata 250m Posilek nocny Mus owocowy b/c 100g wafle ryżowe wieloziarniste 20g
	Energia 1622kcal, Białko 64g, Tłuszcze 44g, NKT 15g, Węglowodany 253g, Sacharoza20g, Błonnik pokar.24g, Sól 6g		
Niedziela 08.03.2026	Pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), pasta z jaj i pietruszki 50g(JAJ), pomidor b/s 60g, kakao 16% 250ml (MLE) II Pomarańcza z brzoskwinia – mus 150g	Rosół z makaronem 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL,JAJ), galantyna z kureczaka got. 60g, sos 70g(GLU PSZ,JAJ), ziemniaki puree 150g(MLE), marchewka z groszkiem130g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), kurczak w galarecie 80g, pomidor b/s 80g, herbata 250ml Posilek nocny Riso ryż na mleku z wanilią 200g(GLU PSZ,MLE)
	E 1651kcal, Białko 66,05g, Tłuszcze 55,90g, NKT 21,40g, Węglowodany 229,47g, Sacharoza 25g, Błonnik pokar.21,06g, Sód 1988,83mg		
Poniedziałek 09.03.2026	Zupa ml. pł.kukurydziane 200ml (MLE), pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), ,sałatka brokułowa jajkiem na jogurcie 80g(3,7) kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE) II ciasto buraczane b/c 80g(1,3,)	Krem z zielonego groszku 300ml(GLU PSZ,MLE,SEL), gulasz wieprzowy ze schabu duszony 90g(GLU PSZ,MLE), kluski śląskie 120g(GLU PSZ,JAJ), kalafior got, 130g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), szynka konserwowa 40g(1,3,6,7,9,10) ogórek kiszony b/s tary 40g, herbata 250ml, Posilek nocny Owsianka z jabłkiem 150g(GLU PSZ)
	Energia 1688kcal, Białko 60g, Tłuszcze 49g, NKT 17g, Węglowodany 261g, Sacharoza30g, Błonnik pokar.22g, Sól 3g		
Wtorek 10.03.2026	Zupa ml.budyniowa 200ml(MLE), pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), szynka 20g(1,3,6,7,9,10) twarożek z koperkiem 40g(MLE) pomidor b/s 50g kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE) II Jabłko got 150g	Zupa ogórkowa 300ml(GLU PSZ,MLE,SEL), pieczeń rzymska z pieca konw. 80g(GLU PSZ,JAJ) ziemniaki puree 150g(MLE), sos 70g(GLU PSZ, MLE) buraczki 130g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 15g(MLE), szynka 40g(1,3,6,7,9,10) pomidor b/s 50g, herbata 250ml Posilek nocny Jogurt owocowy 150g(MLE) wafle ryżowe 40g
	Energia 1897kcal, Białko 76g, Tłuszcze 55g, NKT 16g, Węglowodany 283g, Sacharoza 38g, Błonnik pokar. 23g, Sól 6g		

Sporządziła: dietetyk mgr Monika Konieczna

- Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdały, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowce, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyzca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczany, łubin, męczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.
- Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa.
- Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywanych i dań dostępny na życzenie w Dziale Żywnienia.

Zatwierdza:
mg Dominika Kabacińska
Dział Żywnienia
Dietetyk SPZOZ Krotoszyn