

JADŁOSPIS DEKADOWY DLA DIETY BEZGLUTENOWEJ
10.04. - 19.04.2026

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Piątek 10.04.2026	Ryż na mleku 350ml(MLE) pieczywo bezglutenowe 110g(SOJ) masło 15g(MLE), twarożek 50g(MLE), miód 25g, pomidor 50g kawa zbożowa b/gł z mlekiem 250ml(MLE) II Galaretka z owoc. b/c150g	Zupa kalafiorowa 400ml(MLE,SEL), ryba po grecku 160g(RYB,SEL) ziemniaki 200g surówka z marchwi, jabłka i selera 150g(SEL) kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo bezglutenowe 120g(SOJ) , masło 15g(MLE), pasta z białej fasoli i warzyw 70g,(SOJ,MLE), papryka 50g herbata 250ml Posilek nocny Sok pomidorowy 200ml Wafle ryżowe 30g
E 2010kcal, Białko 83,4g, Tłuszcze 63,24g w tym NKT 26,18g, Węglowodany 283,51g w tym cukry 29,43g, Bł.pokar.41,73g, Sód 1242,4mg			
Sobota 11.04.2026	Pieczywo bezglutenowe 120g(SOJ) masło 15g(MLE), pasztet pieczony warzywno-drobiowy 70g(JAJ), pomidor 50g kakao 16% 250ml (MLE) II Jabłko 150g	Zupa jarzynowa 400ml(MLE,SEL), gołąbek b/zawijania z pieca konwek. w sosie pomidorowym 120g(MLE) ziemniaki z koperkiem 200g, fasolka szparagowa got. 150g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo bezglutenowe 120g(SOJ) , masło 15g(MLE), szynka 50g (SOJ,GOR,MLE) , ogórek kiszony 50g, herbata 250ml Posilek nocny Serek homogenizowany waniliowy 150g(MLE)
E 2184kcal, Białko 86,95g, Tłuszcze 77,5g w tym NKT 30,1g, Węglowodany 304,61g w tym cukry 18,17g, Bł.pokar.39,5g, Sód 1669,16mg			
Niedziela 12.04.2026	Pieczywo bezglutenowe 120g(SOJ) masło 15g(MLE), kielbas got.70g,(SOJ,GOR,JAJ) musztarda 30g(GOR) pomidor 50g, kakao 16% 250ml (MLE) II Mus owocowy 100g Chrupki kukurydziane 30g	Rosół z makaronem b/gł400ml(JAJ,SEL) udko pieczone 120g sos jogurtowo-koperk.80g (MLE), ziemniaki puree 200g(MLE), surówka z kapusty białej z jogurtem 150g(MLE) kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo bezglutenowe 120g(SOJ) , masło 15g(MLE), szynka z kurczaka 30g,(GOR,MLE), dżem niskosłodzony 20g papryka 50g herbata 250ml Posilek nocny Kefir 200g(MLE) Wafle ryżowe 20g
E 2345kcal, Białko 86,21g, Tłuszcze 78,21g w tym NKT 30,13g, Węglowodany 328,56g w tym cukry 48,89g, Bł.pokar.33,7g, Sód 2089,52mg			
Poniedziałek 13.04.2026	Zupa ml. budyniowa 300ml(MLE) pieczywo bezglutenowe 120g(SOJ) masło 15g(MLE), ryba w sosie pomidowo-warzyw. 80g(RYB,JAJ,SEL) sałata 30g kawa zbożowa b/gł z mlekiem 250ml(MLE) II Pomarańcza 150g	Krupnik z kaszy gryczanej 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL), pieczeń wieprzowa z pieca konwek.100g , ziemniaki 200g, sos pieczeniowy(MLE) surówka wielowarzynna z oliwą 150g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo bezglutenowe 120g(SOJ) , masło 15g(MLE), wędlina b/gł 40g (SEJ,MLE), ogórek zielony 50g herbata 250ml Posilek nocny II Jogurt nat. 150g(MLE)
E 2138kcal, Białko 76,91g, Tłuszcze 73,51g w tym NKT 20,47g, Węglowodany 299,67g, w tym cukry 28,4g, Bł.pokar.26,76g, Sód 2847,36mg			
Wtorek 14.04.2026	Zupa ml.pł.owsiane b/gł300ml(MLE), pieczywo bezglutenowe 120g(SOJ) masło 15g(MLE), wędlina 30g(SOJ,GOR,MLE), twarożek z koperkiem 60g(MLE) papryka kons.50g, kawa zbożowa b/gł z mlekiem 250ml(MLE) II Banan 150g Pieczywo chrupkie b/gł30g	Zupa szpinakowa 400ml(MLE,SEL), Kotlet z piersi kurczaka, pieczony 100g,(JAJ) ryż got. 180g, sos koperkowy 70g(MLE) surówka z marchwi i jabłka 150g kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo bezglutenowe 120g(SOJ) masło 15g(MLE), ser żółty 50g(MLE) pomidor 50g, herbata 250ml Posilek nocny Mus owocowy 150g
E 2023kcal, Białko 77,7g, Tłuszcze 67,33g w tym NKT 18,46g, Węglowodany 287,11g w tym cukry 37,95g, Bł.pokar.29,86g, Sód 2971,36mg			

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, lubin, mięczaki. 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:
Dietetyk mgr Dominika Kabacińska

JADŁOSPIS DEKADOWY DLA DIETY PODSTAWOWEJ

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Środa 15.04.2026	Pieczyno bezglutenowe 120g(SOJ) masło 15g(MLE), kurczak w galarecie z warzywami 120g(SEL), papryka 50g, kawa zbożowa b/gł z mlekiem 250ml(MLE) II Kiwi 70g Kisiel z owocami 150g	Barszcz ukraiński 400ml(SEL), jajko sadzone z pieca konw. 120g(JAJ) ziemniaki purre 200g(MLE), Mizeria na kefirze 150g(MLE), kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczyno bezglutenowe 120g(SOJ) , masło 15g(MLE), pasztet drobiowy pieczony 60g(JAJ) , pomidor 50g, herbata 250ml Posilek nocny Deser twarogowo - owocowy 120g(MLE)
	E 2027kcal, Białko 77,33g, Tłuszcze 66,02g w tym NKT 16,23g, Węglowodany 315,96g w tym cukry 20,79g, Bł.pokar.41,98g, Sód 1375,15mg		
Czwartek 16.04.2026	Zupa ml. budyniowa 350ml (MLE), pieczyno bezglutenowe 120g(SOJ) masło 15g(MLE), ser żółty 30g(MLE) dżem 20g, sałatka szwedzka 100g(GOR), kawa zbożowa b/gł z mlekiem 250ml(MLE) II Jabłko 150g	Zupa warzywna 350ml(MLE,SEL), kotlet mielony smażony 100g(JAJ), sos pieczarkowy 70g(GOR), ziemniaki z koperkiem 200g(MLE) kapusta czerwona got. 150g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczyno bezglutenowe 120g(SOJ) , masło 15g(MLE), kiełbasa 50g(SOJ,GOR,JAJ), pomidor 50g, herbata 250ml Posilek nocny II Jogurt nat. 150g(MLE)
	E 1972kcal, Białko 78,3g, Tłuszcze 63,15g w tym NKT 20,376g, Węglowodany 288,47g w tym cukry 21,85g, Bł.pokar.36,67g, Sód 2411,31mg		
Piątek 17.04.2026	Ryż na mleku 300ml(MLE) pieczyno bezglutenowe 120g(SOJ) masło 15g(MLE), jajecznica z koperkiem 120g (MLE), pomidor 50g, kawa zbożowa b/gł z mlekiem 250ml(MLE) II Sok pomidorowy 200g	Zupa owocowa z makaronem b/gł 400ml(JAJ), ryba smażona w panierce 100g(JAJ) sos cytrynowy 70g(MLE) ziemniaki puree z koperkiem 200g(MLE), surówka z kapusty kiszzonej i oliwą 150g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczyno bezglutenowe 120g(SOJ) , masło 15g(MLE), twarożek z ziołami 70g(MLE), ogórek ziel. 50g, herbata 250ml Posilek nocny Mus owocowy 150g
	E 2204kcal, Białko 73,62g, Tłuszcze 69,2g w tym NKT 15,28g, Węglowodany 342,75g w tym cukry 19,78g, Bł.pokar.35,26g, Sód 1543,51mg		
Sobota 18.04.2026r.	Pieczyno bezglutenowe 120g(SOJ) masło 15g(MLE), sałatka z ryżu i kurczaka 150g (MLE), sałata 30g, kakao 16% 250ml (MLE) II Kisiel z jabłkiem 200ml	Zupa krem z białych warzyw 400ml(MLE,SEL), spaghetti b/gł z mięsem i warzywami duszone 350g(JAJ) kompot z owoców mrożonych b/c 250ml	Pieczyno bezglutenowe 120g(SOJ) , masło 15g(MLE), pasta z jaj i pietruszki 70g(JAJ,MLE), pomidor 50g, herbata 250ml Posilek nocny: Ser twar.homogenizowany 100g(MLE)
	E 2169kcal, Białko 75,78g, Tłuszcze 71,12g w tym NKT 18,31g, Węglowodany 326,86g w tym cukier 27,11g , Bł.pokar 36,98g, Sód 1316,66mg		
Niedziela 19.04.2026r	Pieczyno bezglutenowe 120g(SOJ) masło 15g(MLE), szynka 50g(SEL,GOR,SOJ,MLE) sałatka szwedzka 70g(GOR), kakao 16% 250ml (MLE) II ciasto bezglutenowe 40g(JAJ)	Rosół z makaronem b/gł 400ml(JAJ,SEL) potrawka z kurczaka got. w sosie kop. 170g (JAJ,MLE), ryż got. 180g, marchewka z groszkiem, got. 150g, kompot z owoców mrożonych b/c 250ml	Pieczyno bezglutenowe 120g(SOJ) , masło 15g(MLE), sałatka jarzynowa na jogurcie 150g, (JAJ,MLE,SEL) pomidor 50g, herbata 250ml Posilek nocny Kefir 150(MLE)
	E 2093kcal, Białko 82,1g, Tłuszcze 66,95g w tym NKT 23,37g, Węglowodany 307,97g w tym cukier 21,11g, Bł.pokar.34,41g, Sód 1554,14mg		

Sporządziła: dietetyk mgr Monika Konieczna

1. 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.

2. 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.

3. Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywanych i dań dostępny na życzenie w Dziale Żywnienia.

Zatwierdza:
Dietetyk mgr Dominika Kabacińska