

JADŁOSPIS DEKADOWY DLA DIETY BOGATOBIAŁKOWA
20.04.- 29.04.2026

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Poniedziałek 20.04.2026	Zupa ml. z zacierką 300ml(GLU PSZ, JAJ, MLE) pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ, ŻYT), masło miks 15g(MLE), szynka wieprzowa got. 40g(SOJ, GOR, JAJ, SEL, GLU PSZ) ser żółty 30g(MLE), pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ, MLE) II Mus owocowy 100g	Zupa warzywna 400ml(GLU, MLE, SEL), schab faszerowany z pieca konw. 100g (GLU PSZ, JAJ), ziemniaki puree 200g(MLE), sos 70g(GLU PSZ, MLE) surówka z buraczka i jabłka 150g, kompot z owoców mrożonych b/c 250ml Budyń waniliowy 200ml(MLE)	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ), pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ, ŻYT), masło miks 15g(MLE), pasztet pieczony drobiowy 60g(GLU PSZ, JAJ), pomidor 50g, herbata 250ml Posilek nocny Jogurt owocowy 150g(MLE)
	E 2321kcal, Białko 101,58g, Tłuszcze 69,35g w tym NKT 28,45g, Węglowodany 332,78g w tym cukry 44,93g, Bł.pokar.24,78g, Sód 2907,75mg		
Wtorek 21.04.2026	Zupa ml.pł.owsiane 300ml(GLU PSZ, MLE), pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ, ŻYT), masło miks 15g(MLE), ser twarogowy 50g(MLE), miód 25g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ, MLE) II Banan 150g	Krem brokułowy z grzankami 400ml(GLU PSZ, MLE, SEL), ryż na mleku z jabłkiem prażonym 300g(MLE) kompot z owoców mrożonych b/c 250ml Maślanka 250ml(MLE)	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ, ŻYT), masło miks 15g(MLE), pasta z ryby got. 70g(RYB, MLE) sałata 30g, herbata 250ml Posilek nocny Jogurt nat.150g(MLE)
	E 2132kcal, Białko 95,61g, Tłuszcze 55,91g w tym NKT 24,23g, Węglowodany 323,93g w tym cukry 17,57g, Bł.pokar.26,09g, Sód 1872,23mg		
Środa 22.04.2026	Zupa ml. kaszka manna 200ml(GLU PSZ, MLE), pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ, ŻYT), masło miks 15g(MLE), połędwica drobiowa 50g(GOR, SOJ, JAJ, SEL, MLE), pomidor 50g kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ, MLE) II Jabłko got. 150g	Pomidorowa z ryżem 400ml(GLU PSZ, MLE, SEL), udko duszone 100g, sos jogurtowy 70g(GLU PSZ, MLE) ziemniaki puree z koperkiem 200g(MLE), fasolka szparagowa got. 150g, kompot z owoców mrożonych b/c 250ml Kefir 150g(MLE)	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ, ŻYT), masło miks 15g(MLE), ser żółty 40g(MLE), dżem niskosłodzony 30g, pomidor 50g, herbata 250ml Posilek nocny Serek wiejski z owocami 100(MLE) Pieczywo chrupkie 30g(GLU PSZ, ŻYT)
	E 2288kcal, Białko 99,46g, Tłuszcze 64,02g w tym NKT 26,19g, Węglowodany 327,13g w tym cukry 50,66g, Bł.pokar.30,29g, Sód 2861,42mg		
Czwartek 23.04.2026	Zupa ml.budyniowa 300ml (MLE), pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ, ŻYT), masło miks 15g(MLE), sałatka brokułowa z sosem jogurtowym 120g(JAJ, MLE), szynka konserwowa 30g(SEL, GOR, SOJ, MLE) kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ, MLE) II Deser kefir z galaretką 150g(MLE)	Zupa fasolowa 400ml(GLU PSZ, MLE, SEL), gulasz wieprzowy ze schabu duszony 180g(GLU PSZ, MLE), kopytka 180g(GLU PSZ, JAJ), buraczki na ciepło 150g, kompot z owoców mrożonych b/c 250ml Jogurt owocowy 150g(MLE)	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ, ŻYT), masło miks 15g(MLE), ser twarogowy z zieleciną 70g(MLE), sałata 30g, herbata 250ml Posilek nocny Sok pomidorowy 200ml
	E 2347cal, Białko 102,39g, Tłuszcze 62,55g w tym NKT 19,14g, Węglowodany 360,89g w tym cukry 62,71g, Bł.pokar.30,01g, Sód 2492,62mg		
Piątek 24.04.2026	Zupa ml. pł.kukurydziana 300ml (MLE), pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ, ŻYT), masło miks 15g(MLE), Jajecznicza z koperkiem 120g(JAJ), pomidor 80g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ, MLE) II Ciasto marchewkowe 40g (GLU, JAJ)	Barszcz ukraiński 400ml(GLU PSZ, MLE, SEL), pulpety rybne konwekcyjnego 100g(RYB, JAJ, GLU) sos cytrynowy 70g (MLE, GLU PSZ) ziemniaki puree 200g(MLE), bukiet warzyw got. 150g, kompot z owoców mrożonych b/c 250ml Jogurt nat.150g(MLE)	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ, ŻYT), masło miks 15g(MLE), dżem 50g, ser żółty 20g(MLE), pomidor 50g, herbata 250ml Posilek nocny Kefir 200ml(MLE)
	E 2246kcal, Białko 98,1g, Tłuszcze 64,76g w tym NKT 27,26g, Węglowodany 330g w tym cukry 40,93g, Bł.pokar.25,12g, Sód 2716,67mg		

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, męczaki. 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 BOGATOBIAŁKOWA

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Sobota 25.04.2026	<p>Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE), szynka wieprzowa got. 40g(SOJ,GOR,JAJ,SEL, GLU PSZ) ser twarogowy z ziołami 40g(MLE), sałata 30g, kakao 16% 250ml(MLE)</p> <p>II Jablko got.130g</p>	<p>Krem z ciecierzycy 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL), pieczeń wieprzowa w sosie, pieczona 170g(GLU,MLE) kasza jęczmienna 200g, buraczki got.150g, kompot z owoców mrożonych b/c 250ml</p> <p>Budyń waniliowy 200ml(MLE)</p>	<p>Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE), pasztet drobiowy pieczony 50g(GLU,JAJ) ogórek kiszony 50g, herbata 250ml</p> <p>Posilek nocny Jogurt owocowy 150g(MLE)</p>
	E 2206kcal, Białko 99,4g, Tłuszcze 72,21g w tym NKT 24,69g, Węglowodany 309,1g w tym cukry 43,02g, Bł.pokar.40,38g, Sód 2647,6mg		
Niedziela 26.04.2026	<p>Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE), kurczak z warzywami w galarecie 100g(GLU, SEL), ser żółty 30g(MLE), pomidor 50g, kakao 16% 250ml (MLE)</p> <p>II Mandarynka 1szt</p>	<p>Rosół z makaronem 400ml(GLU PSZ,JAJ,SEL) kotlety siekane z piersi kurczaka z pieca konwek. 100g (GLU PSZ, JAJ), sos 70g(GLU PSZ, MLE), ziemniaki puree 200g(MLE), marchewka z groszkiem 150g, kompot z owoców mrożonych 250ml</p> <p>Serek wiejski z owocami 150g(MLE)</p>	<p>Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE), jajka faszerowane szpinakiem 1,5szt(JAJ,MLE), pomidor 50g, herbata 250ml</p> <p>Posilek nocny Mus owocowy 100g</p>
	E 2209kcal, Białko 102,38g, Tłuszcze 65,46g w tym NKT 21,69g, Węglowodany 316,02g w tym cukry 38,13g, Bł.pokar.32,63g, Sód 2186,71mg		
Poniedziałek 27.04.2026	<p>Zupa ml.pł.owsiane 300ml(MLE,PSZ) pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE), sałatka jarzynowa na jogurcie 130g(JAJ,ML,SEL), kiełbasa kanapkowa 30g(SOJ,GOR,PSZ), sałata 30g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE)</p> <p>II Jogurt naturalny skyr 100ml</p>	<p>Zupa kalafiorowa 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL), gołąbek b/zawijania got.100g, sos pomidorowy(GLU PSZ,MLE), ziemniaki puree 200g(MLE), fasolka szparagowa 150g, kompot z owoców mrożonych 250ml</p> <p>Budyń 200ml (MLE)</p>	<p>Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE), pasta z kurczaka z koperkiem 50g(MLE), ogórek kiszony b/skóry 50g, herbata 250ml</p> <p>Posilek nocny Kefir 150ml(MLE)</p>
	E 2114kcal, Białko 90,68g, Tłuszcze 61,41g w tym NKT 22,25g, Węglowodany 317,03g w tym cukry 35,23g, Bł.pokar.38,41g, Sód 3487,59mg		
Wtorek 28.04.2026	<p>Zupa ml.budyniowa 300ml(MLE), pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE), ser żółty 50g(MLE), pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE)</p> <p>II Banan 150g</p>	<p>Zupa jarzynowa 400mlGLU PSZ,MLE,SEL), schab duszony w sosie własnym 180g(GLU PSZ,MLE), ziemniaki 200g, buraczki z jabłkiem 150g kompot z owoców mrożonych 250ml</p> <p>Maślanka 250ml(MLE)</p>	<p>Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE) szynka delikatesowa 50g (SOJ,GOR,PSZ), pomidor 50g, herbata 250ml</p> <p>Posilek nocny: Serek wiejski z owocami 100g(MLE)</p>
	E 2312kcal, Białko 107,56g, Tłuszcze 67,28g w tym NKT 25,59g, Węglowodany 333,85g w tym cukry 52,86g, Bł.pokar.31,73g, Sód 4155,56mg		
Środa 29.04.2026	<p>Zupa ml.płatki ryżowe 300ml(MLE, GLU PSZ,) pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE), parówka drobiowa 80g(GLU PSZE,MLE,GOR, SEL) ketchup 30g(GOR), pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE)</p> <p>II Jablko got. z nadzieniem twarogowym 150g</p>	<p>Zupa szpinakowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL), gzika z koperkiem 130g(MLE) ziemniaki got.200g masło 82%tł 10g(MLE) kompot z owoców mrożonych 250ml</p> <p>Kefir 200ml(MLE)</p>	<p>Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT) masło miks 15g(MLE) pasta z dorsza z warzywami 70g(RYB,MLE), pomidor 50g, herbata 250ml</p> <p>Posilek nocny: Jogurt owocowy 150ml(MLE)</p>
	E 2228kcal, Białko 112,16g, Tłuszcze 71,13g w tym NKT 30,44g, Węglowodany 296,36g w tym cukry 19,35g, Bł.pokar.27,92g, Sód 2313,75mg		

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, lubin, 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