

JADŁOSPIS DEKADOWY DLA DIETY PODSTAWOWEJ DZIECI DO 3 LAT
20.04.- 29.04.2026

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Poniedziałek 20.04.2026	Zupa ml. z zacierką 150ml(GLU PSZ,MLE,JAJ) pieczywo razowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), szynka wieprzowa got. 20g(SOJ,GOR,JAJ,SEL,GLU PSZ) ser żółty 20g(MLE), pomidor b/s 50g, herbata 250ml II Mus owocowy b/c 100g	Zupa warzywna 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), schab faszerowany z pieca konw. 50g (JAJ,GLU PSZ), ziemniaki puree 40g(MLE), sos 30g(GLU PSZ,MLE) surówka z buraczka i jabłka 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo razowe 30g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), pasta z kurczaka 30g(GLU PSZ,JAJ), pomidor b/s 50g, herbata 150ml Posilek nocny Jogurt owocowy 150g(MLE)
	E 1025kcal, Białko 46,74g, Tłuszcze 43,05g w tym NKT 24,37g, Węglowodany 114,27g w tym cukry 13,75g, Bł.pokar.10,72g, Sód 772,42mg		
Wtorek 21.04.2026	Zupa ml.pł.owsiane 150ml(GLU PSZ,MLE), pieczywo prazowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), ser twarogowy 50g(MLE), pomidor 50g, herbata 150ml II Banan 100g	Krem brokułowy z grzankami 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), ryż na mleku z jabłkiem prażonym 120g(MLE) kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo razowe 30g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), pasta z ryby got.z koperkiem 30g(RYB,MLE) sałata 30g, herbata 150ml Posilek nocny Kisiel z owocami 150g
	E 1020 kcal, Białko 38,34g, Tłuszcze 34,7g w tym NKT 19,03g, Węglowodany 143,35g w tym cukry 22,55g, Bł.pokar.13,9g, Sód 513,61mg		
Środa 22.04.2026	Zupa ml. kaszka manna 150ml(GLU PSZ,MLE), pieczywo razowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), połędwica drobiowa 40g(GOR,SOJ,JAJ,SEL,MLE), pomidor b/s 50g, herbata 150ml II Jabłko 150g	Pomidorowa z ryżem 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), udko duszone w sosie jogurtowym 90g(GLU PSZ,MLE) ziemniaki puree z koperkiem 50g(MLE), surówka z kapusty pekińskiej 50g(MLE), kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo razowe 30g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), ser żółty 10g(MLE), dżem niskosłodzony 30g, pomidor b/s 50g, herbata 250ml Posilek nocny Serek wiejski z owocami 100(MLE) Pieczywo chrupkie30g(GLU)
	E 995kcal, Białko 47,33g, Tłuszcze 38,35g w tym NKT 21,32g, Węglowodany 119,41g w tym cukry 12,82g, Bł.pokar.14,81g, Sód 1757,22 mg		
Czwartek 23.04.2026	Zupa ml.budyniowa 100ml (GLU PSZ,MLE), pieczywo razowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), sałatka brokułowa z sosem jogurtowym 60g(JAJ,MLE), szynka konserwowa 10g(SEL,GOR,SOJ,MLE), herbata 150ml II Deser kefir z galaretką b/c 150g(MLE)	Zupa fasolowa 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), gulasz wieprzowy ze schabu duszony 80g(GLU PSZ,MLE), kopytka 40g(GLU PSZ,JAJ), buraczki na ciepło 150g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo razowe 30g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), pasta twarogowa 30g(MLE), sałata 30g, herbata 150ml Posilek nocny mus owocowy b/c 100g
	E 960kcal, Białko 41,06g, Tłuszcze 36,39g w tym NKT 19,4g, Węglowodany 122,95g w tym cukry 39,74g, Bł.pokar.11,54g, Sód 615,92 mg		
Piątek 24.04.2026	Zupa ml. pł.kukurydziana 150ml (MLE), pieczywo razowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), jajecznicza z koperkiem na parze 60g(JAJ), pomidor b/s 50g, herbata 150ml II Ciasto marchewkowe 40g (GLU PSZ,JAJ),	Barszcz ukraiński 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), pulpetki z ryby, z pieca z sosem cytrynowym 40g(GLU PSZ,RYB,JAJ,MLE), ziemniaki puree 40g(MLE), surówka Colesław 50g(MLE), kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo razowe 30g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), dżem niskosłodzony 20g, ser żółty 20g(MLE), pomidor b/s 50g, herbata 150ml Posilek nocny Kisiel z tartym jabłkiem150g
	E 1016kcal, Białko 35,48g, Tłuszcze 39,74g w tym NKT 21,92g, Węglowodany 140,97g w tym cukry 20,43g, Bł.pokar.13,64g, Sód 944,85mg		

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, 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 DZIECI DO 3 LAT

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Sobota 25.04.2026	Pieczywo razowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), szynka wieprzowa got. 30g(SOJ,GOR,JAJ,SEL,GLU PSZ), ser twarogowy z ziołami 20g(MLE), sałata 30g, kakao 16% 150ml(MLE) II Jablko 120g	Krem z cukinii i marchwi 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), pieczeń wieprzowa w sosie własnym, pieczona 40g(GLU,MLE) kasza jęczmienna 40g(GLU JĘCZ), buraczki z jabłkiem got. 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo razowe 30g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), pasztet drobiowy pieczony 30g(GLU,JAJ) pomidor b/s 50g, herbata 150ml Posilek nocny Jogurt owocowy b/cukru 150g(MLE) Wafle ryżowe 30g
	E 935kcal, Białko 39,91g, Tłuszcze 39,41g w tym NKT 17,02g, Węglowodany 111,14g w tym cukry 16,66g, Bł.pokar.13,77g, Sód 667,91mg		
Niedziela 26.04.2026	Pieczywo razowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT), pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), szynka kanapkowa 30g(SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL), pomidor b/s 40g, kakao 16% 150ml(MLE) II Jablko got.100g	Rosół z makaronem 200ml(GLU,JAJ,SEL) kotlety siekane z piersi kurczaka z pieca konwek. 50g (GLU PSZ,JAJ) sos 30g(GLU PSZ,MLE), ziemniaki puree 40g(MLE), marchewka z groszkiem 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo razowe 30g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), jajko got. 1szt (JAJ), pomidor b/s 40g, herbata b/c 150ml Posilek nocny Mus owocowy 100g
	E 969kcal, Białko 39,29g, Tłuszcze 36,91g w tym NKT 20g, Węglowodany 123,95g w tym cukry 22,15g, Bł.pokar.13,01g, Sód 861,57mg		
Poniedziałek 27.04.2026	Zupa ml.pł.owsiane 150ml(MLE,GLU PSZ) pieczywo razowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT), pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), sałatka jarzynowa na jogurcie 70g(JAJ,MLE), kiełbasa kanapkowa 20g(SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL), sałata 20g, herbata b/c 150ml II Galaretką z owocami b/c100ml	Zupa kalafiorowa 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), gołąbek b/zawijania got. 50g, sos pomidorowy(GLU PSZ,MLE), ziemniaki puree 40g(MLE), fasolka szparagowa 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo razowe 30g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT), pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), pasta z kurczaka z koperkiem 30g(MLE), ogórek kiszony b/s 30g, herbata b/c 150ml Posilek nocny Kefir 150g(MLE)
	E 892kcal, Białko 38,13g, Tłuszcze 39,31g w tym NKT 19,05g, Węglowodany 100,35g w tym cukry 14,17g, Bł.pokar.13,32g, Sód 1632,51mg		
Wtorek 28.04.2026	Zupa ml.budyniowa 100ml(MLE), pieczywo razowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT), pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), pasta z humusa 20g(SOJ) ser żółty 20g(MLE), pomidor b/s 40g, herbata b/c 150ml II Banan 100g	Zupa jarzynowa 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), schab duszony 50g, ziemniaki 40g, sos pieczeniowy 30g(GLU PSZ,MLE), surówka wielowarzywna z jogurtem 60g kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo razowe 30g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), szynka delikatesowa 30g(SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL), pomidor b/s 40g, herbata b/c 150ml Posilek nocny: Sok wielowarzywny 100g
	E 1024kcal, Białko 44,05g, Tłuszcze 34,22g w tym NKT 17,69g, Węglowodany 142,29g w tym cukry 30,13g, Bł.pokar.18,44g, Sód 1164,09mg		
Środa 29.04.2026	Zupa mleczna z zacierką 150ml(MLE,GLU PSZ,JAJ) pieczywo razowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), parówki drobiowe 60g(SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL) ketchup 10g, pomidor b/s 50g, herbata b/c 150ml II Jablko got. 100g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), gzika z koperkiem 70g(MLE) ziemniaki got.50g masło 82% tł.5g(MLE) kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo razowe 30g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), pasta z dorsza z warzywami 30g(RYB,MLE), pomidor 40g, herbata b/c 150ml Posilek nocny: Jogurt owocowy 150ml(MLE)
	E 1025kcal, Białko 46,13g, Tłuszcze 43,89g w tym NKT 23,39g, Węglowodany 116,26g w tym cukry 14,18g, Bł.pokar.13,74g, Sód 856,54mg		

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, 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