

JADŁOSPIS DEKADOWY DIETA OGÓLNA 19.08-28.08.2026
(jadłospis może ulec zmianie)

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA 1/2
19.08.2026 Środa En: 2869kcal B: 117g W: 336g C: 131g T: 112g w tym nasycone: 58g błonnik: 49g sól: 8,6 g	Kawa z mlekiem (250ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, ogonówka (40g) 6 jajo (50g) 3 pomidor herbata	Krupnik (300ml) ^{1,9} żeberka duszone (140) 1 ziemniaki (300g) sałatka grecka (100g) kompot (250ml)	Serek waniliowy (150ml) 7	Zupa mleczna z zacierką (330ml) ^{1,3,7} Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa żywiecka (40g) ser żółty (40g) 7 śliwka herbata
20.08.2026 Czwartek En: 2565kcal B: 107g W: 323g C: 102g T: 100g w tym nasycone: 49g błonnik: 44g sól: 8,2 g	Zupa mleczna z kaszą manną (330ml) ^{7,1} Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa kanapkowa (40g) 9 kiełbasa golonkowa (40g) 6 banan herbata	Zupa pomidorowa z makaronem (300ml) ^{1,7,9} szynka pieczona z cebulą (140g) ziemniaki (300g) kalafior z masłem (100g) 7 kompot (250ml)	Sok warzywny (220ml)	Kawa z mlekiem (250ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa krakowska (40g) ^{6,9} parówka cienka (70g) 6 keczup Gruszka herbata
21.08.2026 Piątek En: 2583kcal B: 134g W: 295g C: 92g T: 96g w tym nasycone: 48g błonnik: 48g sól: 9,9 g	Kawa z mlekiem (250ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, pasta rybna (40g) 4 kiełbasa szynkowa (40g) 6 ogórek kiszony herbata	Zupa pieczarkowa z ryżem (300ml) 9 kotlet z ryby (150g) ^{1,3,4} sos musztardowy ^{1,9,10} ziemniaki (300g) ćwikła (120g) kompot (250ml)	Skyr(150ml) 7	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (330ml) ^{7,1} Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, polędwica sopocka (40g) 6 Serek wiejski (150ml) 7 nektarynka herbata

22.08.2026 Sobota En: 2536kcal B: 97g W: 352 g C: 97g T: 82g w tym nasycone: 38g błonnik: 43g sól: 8,1 g	Zupa mleczna z makaronem (330ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, dżem kiełbasa kanapkowa (40g) 9 jabłko herbata	Zupa koperkowa z zacierką (300ml) 1,7,9 Kotlet z kapustą (120g) sos pomidorowy 1,9 makaron (70g) 1 ogórek małosolny kompot (250ml)	Herbatniki (50g) 1,7, 3	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, mortadela (40g) 1,6 pasztet pieczony (40g) 1,6,7,10 pomidor herbata
23.08.2026 Niedziela En: 2609kcal B: 123g W: 275g C: 102g T: 118g w tym nasycone: 48g błonnik: 51g sól: 9,3 g	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, twaróg (40g) 7 szynka wędzona (40g) 6,1,9 Brzoskwinia herbata	Barszcz czerwony (300ml) 1,7,9 zrazy z kurczaka (220g) 1,3,7 ryż (70g) surówka z marchwi i chrzanu (120g) kompot (250ml)	Pomarańcza	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, mielonka (40g) 1,6,9 jajo (50g) 3 gruszka herbata
24.08.2026 Poniedziałek En: 2897kcal B: 112g W: 334g C: 117g T: 115g w tym nasycone: 51 g błonnik: 43g sól: 9,2 g	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa żywiecka (40g) kiełbasa parówkowa (40g) 6 keczup nektarynka herbata	Zupa ogonowa z makaronem (300ml) 1,7,9 łopatka duszona (140g) 1 ziemniaki (300g) surówka z papryki (100g) kompot (250ml)	Sok owocowy (220ml)	Zupa mleczna z płatkami jęczmieniowymi (330ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa golonkowa (40g) 6 ogonówka (40g) 6 banan herbata

25.08.2026 Wtorek En: 2691kcal B: 131g W: 315 g C: 114g T: 96g w tym nasycone: 46g błonnik: 47g sól: 9,2g	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi (330ml) 7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, serek wiejski (150ml)7 kiełbasa krakowska (40g) 6 śliwka herbata	Rosół z zacierką (300ml) 1,3,9 kurczak pieczony (200g) ziemniaki (300g) brukselka z masłem(150g) 7 kompot (250ml)	Bułka drożdżowa (100g) 1,7,3	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa szynkowa (40g) 6 pasta rybna (40g) 4 pomidor herbata
26.08.2026 Środa En: 2651kcal B: 117g W: 306g C: 103g T: 101g w tym nasycone: 49g błonnik: 54g sól: 10 g	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, mortadela (40g) 1,6 połędwica sopocka (40g) 6 jabłko herbata	Zupa ogórkowa z ziemniakami (300ml) 7,9 gulasz wołowy (120g) 1 kasza jęczmienna (70g) 1 surówka z rzepy (120g) 7 kompot (250ml)	Jogurt owocowy (150ml)7	Zupa mleczna z kaszą manną (330ml) 7,1 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa kanapkowa (40g) 9 pasztet drobiowy (40g) 6 ogórek kiszony herbata
27.08.2026 Czwartek En: 2844kcal B: 107g W: 295g C: 97g T: 101g w tym nasycone: 44g błonnik: 41g sól: 7,6 g	Zupa mleczna z zacierką (330ml) 1,3,7 Kanapki z chlebem żytnim(80g) 1 , masłem (10g) 7, mielonka (40g) 1,6,9 jajo (50g) 3 papryka herbata	Krupnik ryżowy (300ml) 9 kotlet schabowy (120g) 1,3 ziemniaki (300g) mizeria (120g) 7 kompot (250ml)	Jogurt pitny (250ml)7	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim(80g) 1 , masłem (10g) 7, szynka wędzona (40g) 6,1,9 ser kanapkowy(50ml) 7 pomarańcza herbata

28.08.2026 Piątek En: 3188kcal B: 105g W: 465g C: 183g T: 51g w tym nasycone: 39g błonnik: 56g sól: 5,9 g	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim(80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa gołonkowa (40g) 6 twaróg (40g) 7 miód nat. 25ml banan herbata	Zupa rybna (300ml) 4,9 pyzy z mięsem (400g) 1 surówka z kapusty białej (120g) kompot (250ml)	Jabłko pieczone	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (330ml) 1,7 Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, paprykarz (40g)4 szynka wędzona (40g) 6,1,9 śliwka herbata
--	--	---	-----------------	--

JADŁOSPIS DEKADOWY DIETY ŁATWOSTRAWNEJ 19.08-28.08.2026
(jadłospis może ulec zmianie)

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
19.08.2026 Środa En: 2824kcal B: 125g W: 360g C: 141g T: 92g w tym nasycone: 41g błonnik: 41g sól: 6,9 g	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem mieszany py- tłowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, ogonówka (40g) 6 jajo (50g) 3 pomidor herbata	Krupnik (300ml) 1,9 mięso zapiekane (120) 1,3,7 sos jarzynowy 1,9 ziemniaki (300g) marchew duszona (100g) 1,7 kompot (250ml)	Serek waniliowy (150ml) 7	Zupa mleczna z zacierką (330ml) 1,3,7 Kanapki z chlebem mieszany py- tłowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa żywiecka (40g) mortadela (40g) 1,6 śliwka herbata
20.08.2026 Czwartek	Zupa mleczna z kaszą manną (330ml) 7,1	Zupa pomidorowa z makaronem (300ml) 1,7,9	Sok warzywny (220ml)	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7

En: 2987kcal B: 148g W: 378g C: 110g T: 108g w tym nasycone: 49g błonnik: 38g sól: 7,6 g	Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa kanapkowa (40g) 9 kiełbasa golonkowa (40g) 6 banan herbata	szynka gotowana (120g) sos jarzynowy 1,9 ziemniaki (300g) surówka z selera korzeniowego (100g) 7,9 kompot (250ml)		Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy(80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa krakowska (40g) 6,9 parówka cienka (70g) 6 keczup Gruszka herbata
21.08.2026 Piątek En: 2498kcal B: 138g W: 309g C: 97g T: 78g w tym nasycone: 38g błonnik: 35g sól: 8,6 g	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, pasta rybna (40g) 4 kiełbasa szynkowa (40g) 6 ogórek kiszony herbata	Zupa pieczarkowa z ryżem (300ml) 9 gałka z ryby (150g)1,3,4 sos koperkowy 1,9,10 ziemniaki (300g) buraczki (120g) kompot (250ml)	Skyr(150ml) 7	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (330ml) 7,1 Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, połędwica sopocka (40g) 6 Serek wiejski (150ml) 7 nektarynka herbata
22.08.2026 Sobota En: 2848cakl B: 110g W: 396 g C: 110g T: 91g w tym nasycone: 41g błonnik:35g sól: 7,5 g	Zupa mleczna z makaronem (330ml) 1,7 Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, dżem kiełbasa kanapkowa (40g) 9 jabłko herbata	Zupa koperkowa z zacierką (300ml) 1,7,9 gałka z ryżem (120g) sos pomidorowy 1,9 makaron (70g) 1 surówka z marchwi (100g) kompot (250ml)	Herbatniki (50g)1,7, 3	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, mortadela (40g) 1,6 pasztet pieczony (40g) 1,6,7,10 pomidor herbata
23.08.2026 Niedziela En: 2296kcal B: 105g W: 280g C: 99g T: 85g w tym nasycone: 35g błonnik:36g sól: 6 g	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, twaróg (40g) 7 szynka wędzona (40g) 6,1,9 Brzoskwinia herbata	Barszcz czerwony (300ml) 1,7,9 filet z kurczaka (120g) sos jarzynowy 1,9 ryż (70g) surówka z pomidorów (120g) kompot (250ml)	Pomarańcza	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, mielonka (40g) 1,6,9 jajo (50g) 3 gruszka herbata

24.08.2026 Poniedziałek En:2962kcal B: 115g W: 347g C: 120g T: 116g w tym nasycone: 49 g błonnik:37g sól: 9 g	Kawa z mlekiem (250ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa żywiecka (40g) kiełbasa parówkowa (40g) 6 keczup nektarynka herbata	Zupa ogonowa z makaronem (300ml) ^{1,7,9} mięso zapiekane (120g) 1,3,7 sos jarzynowy 1,9 ziemniaki (300g) sałata z olejem (50g) kompot (250ml)	Sok owocowy (220ml)	Zupa mleczna z płatkami jęczmien- nymi (330ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa golonkowa (40g) 6 ogonówka (40g) 6 banan herbata
25.08.2026 Wtorek En: 2881kcal B: 138g W: 348 g C: 121g T: 101g w tym nasycone: 46g błonnik: 37g sól: 8,5g	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi (330ml) ⁷ Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, serek wiejski (150ml) ⁷ kiełbasa krakowska (40g) 6 śliwka herbata	Rosół z zacierką (300ml) ^{1,3,9} kurczak gotowany (120g) sos koperkowy 1,9 ziemniaki (300g) surówka z selera naciowego (100g) 9 kompot (250ml)	Bułka drożdżowa (100g) ^{1,7,3}	Kawa z mlekiem (250ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa szynkowa (40g) 6 pasta rybna (40g) 4 pomidor herbata
26.08.2026 Środa En: 2646kcal B: 123g W: 311g C: 106g T: 102g w tym nasycone: 46g błonnik: 42g sól: 9,3 g	Kawa z mlekiem (250ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, mortadela (40g) ^{1,6} polędwica sopocka (40g) 6 jabłko herbata	Zupa ogórkowa z ziemniakami (300ml) ^{7,9} gulasz wołowy (120g) 1 kasza jęczmienna (70g) 1 marchew duszona (100g) ^{1,7} kompot (250ml)	Jogurt owocowy (150ml) ⁷	Zupa mleczna z kaszą manną (330ml) ^{7,1} Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa kanapkowa (40g) 9 pasztet drobiowy (40g) 6 ogórek kiszony herbata
27.08.2026 Czwartek En: 2914kcal B: 114g W: 310g C: 105g T: 102g w tym nasycone: 41g błonnik: 30g sól: 6,7 g	Zupa mleczna z zacierką (330ml) ^{1,3,7} Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy(80g) 1 , masłem (10g) 7, mielonka (40g) ^{1,6,9} jajo (50g) 3 gruszka herbata	Krupnik ryżowy (300ml) 9 schab gotowany (120g) sos jarzynowy 1,9 ziemniaki (300g) sałata z olejem (50g) kompot (250ml)	Jogurt pitny (250ml) ⁷	Kawa z mlekiem (250ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy(80g) 1 , masłem (10g) 7, szynka wędzona (40g) ^{6,1,9} ser kanapkowy(50ml) 7 pomarańcza herbata

28.08.2026 Piątek En: 2511kcal B: 85g W: 363g C: 169g T: 85g w tym nasycone: 33g błonnik: 38g sól: 5,2 g	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy(80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa gołonkowa (40g) 6 twaróg (40g) 7 miód nat. 25ml banan herbata	Zupa rybna (300ml) 4,9 pyzy z mięsem (400g) 1 surówka z pomidorów (100g) kompot (250ml)	Jabłko pieczone	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (330ml) 1,7 Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, paprykarz (40g)4 szynka wędzona (40g) 6,1,9 śliwka herbata

JADŁOSPIS DIETY Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 19.08-28.08.2026
(jadłospis może ulec zmianie)

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
19.08.2026 Środa En: 2717kcal B: 151g W: 327g C: 114g T: 86g w tym nasycone: 45g błonnik: 50g sól: 10 g	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, ogonówka (40g) 6 jajo (50g) 3 pomidor herbata	Krupnik (300ml) 1,9 mięso zapiekane (120) 1,3,7 sos jarzynowy 1,9 ziemniaki (300g) sałatka grecka (100g) kompot (250ml)	Serek wiejski (150ml) 7	Zupa mleczna z zacierką (330ml) 1,3,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa żywiecka (40g) ser żółty (40g) 7 śliwka herbata

20.08.2026 Czwartek En: 2545kcal B: 109g W: 330g C: 97g T: 103g w tym nasycone: 46g błonnik: 45g sól: 8,2 g	Zupa mleczna z kaszą manną (330ml) 7,1 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa kanapkowa (40g) 9 kiełbasa gołonkowa (40g) 6 banan herbata	Zupa pomidorowa z makaronem (300ml) 1,7,9 szynka gotowana (120g) sos jarzynowy 1,9 ziemniaki (300g) kalafior z masłem (100g) 7 kompot (250ml)	Sok warzywny (220ml)	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa krakowska (40g) 6,9 parówka cienka (70g) 6 keczup Gruszka herbata
21.08.2026 Piątek En: 2368kcal B: 130g W: 296g C: 92g T: 74g w tym nasycone: 38g błonnik: 48g sól: 9,5 g	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, pasta rybna (40g) 4 kiełbasa szynkowa (40g) 6 ogórek kiszony herbata	Zupa pieczarkowa z ryżem (300ml) 9 gałka z ryby (150g)1,3,4 sos koperkowy 1,9,10 ziemniaki (300g) ćwikła (120g) kompot (250ml)	Skyr(150ml) 7	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (330ml) 7,1 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, polędwica sopocka (40g) 6 Serek wiejski (150ml) 7 nektarynka herbata
22.08.2026 Sobota En: 2435kcal B: 105g W: 324 g C: 88g T: 81g w tym nasycone: 41g błonnik:44g sól: 8 g	Zupa mleczna z makaronem (330ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa szynkowa (40g) 6 kiełbasa kanapkowa (40g) 9 jabłko herbata	Zupa koperkowa z zacierką (300ml) 1,7,9 gałka z ryżem (120g) sos pomidorowy 1,9 makaron (70g) 1 ogórek małosolny kompot (250ml)	Nektarynka	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, mortadela (40g) 1,6 pasztet pieczony (40g) 1,6,7,10 pomidor herbata
23.08.2026 Niedziela En: 2187kcal B: 99g W: 280g C: 103g T: 77g w tym nasycone: 32g	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, twaróg (40g) 7 szynka wędzona (40g) 6,1,9 Brzoskwinia herbata	Barszcz czerwony (300ml) 1,7,9 filet z kurczaka (120g) sos jarzynowy 1,9 ryż (70g) surówka z marchwi i chrzanu (120g) kompot (250ml)	Pomarańcza	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, mielonka (40g) 1,6,9 jajo (50g) 3 gruszka herbata

błonnik: 52g sól: 7 g				
24.08.2026 Poniedziałek En:2849kcal B: 111g W: 326g C: 99g T: 114g w tym nasycone: 49 g błonnik:40g sól: 8,8g	Kawa z mlekiem (250ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa żywiecka (40g) kiełbasa parówkowa (40g) 6 keczup nektarynka herbata	Zupa ogonowa z makaronem (300ml) ^{1,7,9} mięso zapiekane (120g) ^{1,3,7} sos jarzynowy ^{1,9} ziemniaki (300g) surówka z papryki (100g) kompot (250ml)	Sok pomidorowy (220ml)	Zupa mleczna z płatkami jęczmien- nymi (330ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa golonkowa (40g) 6 ogonówka (40g) 6 banan herbata
25.08.2026 Wtorek En: 2791kcal B: 133g W: 345 g C: 131g T: 95g w tym nasycone: 44g błonnik: 55g sól: 9,2g	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi (330ml) 7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, serek wiejski (150ml) ⁷ kiełbasa krakowska (40g) 6 śliwka herbata	Rosół z zacierką (300ml) ^{1,3,9} kurczak gotowany (120g) sos koperkowy ^{1,9} ziemniaki (300g) brukselka z masłem(^{150g}) 7 kompot (250ml)	Jabłko	Kawa z mlekiem (250ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa szynkowa (40g) 6 pasta rybna (40g) 4 pomidor herbata
26.08.2026 Środa En: 2551kcal B: 116g W: 297g C: 102g T: 98g w tym nasycone: 46g błonnik: 55g sól: 10 g	Kawa z mlekiem (250ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, mortadela (40g) ^{1,6} polędwica sopocka (40g) 6 jabłko herbata	Zupa ogórkowa z ziemniakami (300ml) ^{7,9} gulasz wołowy (120g) 1 kasza jęczmienna (70g) 1 surówka z rzepy (120g) 7 kompot (250ml)	Jogurt naturalny (150ml) ⁷	Zupa mleczna z kaszą manną (330ml) ^{7,1} Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa kanapkowa (40g) 9 pasztet drobiowy (40g) 6 ogórek kiszony herbata
27.08.2026 Czwartek En: 2776kcal B: 106g W: 297g	Zupa mleczna z zacierką (330ml) ^{1,3,7} Kanapki z chlebem żytnim(80g) 1 , masłem (10g) 7, mielonka (40g) ^{1,6,9} jajo (50g) 3	Krupnik ryżowy (300ml) 9 schab gotowany (120g) sos jarzynowy ^{1,9} ziemniaki (300g) mizeria (120g) 7	Jogurt pitny naturalny (250ml) ⁷	Kawa z mlekiem (250ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem żytnim(80g) 1 , masłem (10g) 7, szynka wędzona (40g) ^{6,1,9} ser kanapkowy(50ml) 7

C: 98g T: 96g w tym nasycone: 41g błonnik: 42g sól: 7,6 g	papryka herbata	kompot (250ml)		pomarańcza herbata
28.08.2026 Piątek En: 2292kcal B: 76g W: 335g C: 143g T: 77g w tym nasycone: 30g błonnik: 46g sól: 5,7 g	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim(80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa golonkowa (40g) 6 twaróg (40g) 7 banan herbata	Zupa rybna (300ml) 4,9 pyzy z mięsem (400g) 1 surówka z kapusty białej (120g) kompot (250ml)	Jabłko	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (330ml) 1,7 Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, paprykarz (40g)4 szynka wędzona (40g) 6,1,9 śliwka herbata

JADŁOSPIS DIETY POOPERACYJNEJ 19.08-28.08.2026
(jadłospis może ulec zmianie)

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
19.08.2026 Środa En: 1657kcal B: 69g W: 230g C: 65g T: 52g w tym nasycone: 27g błonnik:23g sól: 2,8g	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi (330ml) 7 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata	Barszcz czerwony przecierany (300ml) 9 łopatka mielona (120g) 1 ziemniaki (300g) marchew mielona (120g) kompot (250ml)		Zupa mleczna z zacierką (330ml) 1,3,7 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata
20.08.2026 Czwartek En: 1640kcal B: 72g	Zupa mleczna z kaszą manną (330ml) 1,7 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7,	Zupa jarzynowa przecierana (300ml) 9 szynka mielona (120g) 1 ziemniaki (300g) marchew mielona (120g)		Zupa mleczna z makaronem (330ml) 1,7 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7,

W: 249g C: 66g T: 49g w tym nasycone: 25g błonnik:24g sól: 2 g	herbata	kompot (250ml)		herbata
21.08.2026 Piątek En: 1486kcal B: 57g W: 222g C: 61g T: 43g w tym nasycone: 23g błonnik:24g sól: 2,7 g	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi (330ml) 7 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata	Zupa jarzynowa przecierana (300ml) 9 ryba mielona (120g) 4 ziemniaki (300g) buraczki mielone (120g) kompot (250ml)		Zupa mleczna z płatkami owsianymi (330ml) 7 ,1 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , ma- słem (10g) 7, herbata
22.08.2026 Sobota En: 1726kcal B: 65g W: 259 g C: 68g T: 49g w tym nasycone: 26g błonnik:26g sól: 2,1 g	Zupa mleczna z makaronem (330ml) 7 ,1 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata	Zupa jarzynowa przecierana (300ml) 9 gałka(120g) 1,3 ziemniaki (300g) marchew mielona (120g) kompot (250ml)		Zupa mleczna z kaszą manną (330ml) 1,7 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , ma- słem (10g) 7, herbata
23.08.2026 Niedziela En: 1692kcal B: 75g W: 204g C: 61g T: 63g w tym nasycone: 29g błonnik:24g sól: 2,6 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (330ml) 7 ,1 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata	Barszcz czerwony przecierany (300ml) 9 kurczak mielony (120g) ziemniaki (300g) marchew mielona (120g) kompot (250ml)		Zupa mleczna z makaronem (330ml) 7 ,1 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , ma- słem (10g) 7, herbata

24.08.2026 Poniedziałek En:1663kcal B: 70g W: 228g C: 65g T: 53g w tym nasycone: 27 g błonnik:26g sól: 2,6 g	Zupa mleczna z kaszą manną (330ml) ^{1,7} Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata	Zupa jarzynowa przecierana (300ml) 9 łopatka mielona (100g) ziemniaki (300g) buraki mielone (120g) kompot (250ml)	Zupa mleczna z płatkami jęczmieniowymi (330ml) ^{1,7} Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata
25.08.2026 Wtorek En: 1781kcal B: 74g W: 230 g C: 65g T: 61g w tym nasycone: 29g błonnik:23g sól: 3,1g	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi (330ml) 7 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata	Zupa jarzynowa przecierana (300ml) 9 kurczak mielony (120g) ziemniaki (300g) buraki mielone (120g) kompot (250ml)	Zupa mleczna z zacierką (330ml) ^{1,3,7} Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata
26.08.2026 Środa En: 1745kcal B: 73g W: 227g C: 65g T: 60g w tym nasycone: 30g błonnik:26g sól:2,23 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (330ml) ^{1,7} Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata	Zupa jarzynowa przecierana (300ml) 9 wołowina mielona (120g) ziemniaki (300g) marchew mielona (120g) kompot (250ml)	Zupa mleczna z kaszą manną (330ml) ^{1,7} Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata
27.08.2026 Czwartek En: 1714kcal B: 71g W: 228g C: 66g T: 57g w tym nasycone: 28g błonnik:24g sól: 2,1 g	Zupa mleczna z zacierką (330ml) ^{1,3,7} Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata	Zupa jarzynowa przecierana (300ml) 9 schab mielony (100g) ziemniaki (300g) marchew mielona (120g) kompot (250ml)	Zupa mleczna z makaronem (330ml) ^{1,7} Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata

28.08.2026 Piątek En: 1670kcal B: 69g W: 229g C: 65g T: 54g w tym nasycone: 28g błonnik: 25g sól: 2,8g	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi (330ml) 7 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata	Zupa jarzynowa przecierana (300ml) 9 łopatką mieloną (120g) ziemniaki (300g) marchew mielona (120g) kompot (250ml)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (330ml) 1,7 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , ma- słem (10g) 7, herbata
---	---	--	--

JADŁOSPIS DEKADOWY DIETY KLEIKOWEJ 19.08-28.08.2026

(jadłospis może ulec zmianie)

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
19.08.2026 Środa En: 510kcal B: 15g W: 105g C: 1,95g T: 1,65g w tym nasycone: 0,45g błonnik: 6,6 sól: 0 g	Kleik 1 herbata	Kleik 1 herbata		Kleik 1 herbata
20.08.2026 Czwartek En: 510kcal B: 15g W: 105g C: 1,95g	Kleik 1 herbata	Kleik 1 herbata		Kleik 1 herbata

T: 1,65g w tym nasycone: 0,45g błonnik: 6,6 sól: 0 g				
21.08.2026 Piątek En: 510kcal B: 15g W: 105g C: 1,95g T: 1,65g w tym nasycone: 0,45g błonnik: 6,6 sól: 0 g	Kleik 1 herbata	Kleik 1 herbata		Kleik 1 herbata
22.08.2026 Sobota En: 510kcal B: 15g W: 105g C: 1,95g T: 1,65g w tym nasycone: 0,45g błonnik: 6,6 sól: 0 g	Kleik 1 herbata	Kleik 1 herbata		Kleik 1 herbata
23.08.2026 Niedziela En: 510kcal B: 15g W: 105g C: 1,95g T: 1,65g w tym nasycone: 0,45g błonnik: 6,6 sól: 0 g	Kleik 1 herbata	Kleik 1 herbata		Kleik 1 herbata
24.08.2026 Poniedziałek En: 510kcal B: 15g	Kleik 1 herbata	Kleik 1 herbata		Kleik 1 herbata

W: 105g C: 1,95g T: 1,65g w tym nasycone: 0,45g błonnik: 6,6 sól: 0 g				
25.08.2026 Wtorek En: 510kcal B: 15g W: 105g C: 1,95g T: 1,65g w tym nasycone: 0,45g błonnik: 6,6 sól: 0 g	Kleik 1 herbata	Kleik 1 herbata		Kleik 1 herbata
26.08.2026 Środa En: 510kcal B: 15g W: 105g C: 1,95g T: 1,65g w tym nasycone: 0,45g błonnik: 6,6 sól: 0 g	Kleik 1 herbata	Kleik 1 herbata		Kleik 1 herbata
27.08.2026 Czwartek En: 510kcal B: 15g W: 105g C: 1,95g T: 1,65g w tym nasycone: 0,45g błonnik: 6,6 sól: 0 g	Kleik 1 herbata	Kleik 1 herbata		Kleik 1 herbata
28.08.2026 Piątek En: 510kcal B: 15g	Kleik 1 herbata	Kleik 1 herbata		Kleik 1 herbata

W: 105g C: 1,95g T: 1,65g w tym nasycone: 0,45g błonnik: 6,6 sól: 0 g				
---	--	--	--	--

JADŁOSPIS DEKADOWY DIETY MIKSOWANEJ WYSOKOBIAŁKOWEJ 19.08-28.08.2026
(jadłospis może ulec zmianie)

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
19.08.2026 Środa En: 1528kcal B: 87g W: 93g C: 23g T: 71g w tym nasycone: 29g błonnik: 18 sól: 2,5 g	Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9	Zupa jarzynowa z mięsem miksowana 7,9		Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9
20.08.2026 Czwartek En: 1528kcal	Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9	Zupa jarzynowa z mięsem miksowana 7,9		Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9

B: 87g W: 93g C: 23g T: 71g w tym nasycone: 29g błonnik: 18 sól: 2,5 g				
21.08.2026 Piątek En: 1528kcal B: 87g W: 93g C: 23g T: 71g w tym nasycone: 29g błonnik: 18 sól: 2,5 g	Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9	Zupa jarzynowa z mięsem miksowana 7,9		Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9
22.08.2026 Sobota En: 1528kcal B: 87g W: 93g C: 23g T: 71g w tym nasycone: 29g błonnik: 18 sól: 2,5 g	Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9	Zupa jarzynowa z mięsem miksowana 7,9		Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9
23.08.2026 Niedziela En: 1528kcal B: 87g W: 93g C: 23g T: 71g w tym nasycone: 29g błonnik: 18 sól: 2,5 g	Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9	Zupa jarzynowa z mięsem miksowana 7,9		Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9

24.08.2026 Poniedziałek En: 1528kcal B: 87g W: 93g C: 23g T: 71g w tym nasycone: 29g błonnik: 18 sól: 2,5 g	Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9	Zupa jarzynowa z mięsem miksowana 7,9		Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9
25.08.2026 Wtorek En: 1528kcal B: 87g W: 93g C: 23g T: 71g w tym nasycone: 29g błonnik: 18 sól: 2,5 g	Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9	Zupa jarzynowa z mięsem miksowana 7,9		Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9
26.08.2026 Środa En: 1528kcal B: 87g W: 93g C: 23g T: 71g w tym nasycone: 29g błonnik: 18 sól: 2,5 g	Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9	Zupa jarzynowa z mięsem miksowana 7,9		Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9
27.08.2026 Czwartek En: 1528kcal B: 87g W: 93g C: 23g T: 71g w tym nasycone: 29g błonnik: 18 sól: 2,5 g	Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9	Zupa jarzynowa z mięsem miksowana 7,9		Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9

28.08.2026 Piątek En: 1528kcal B: 87g W: 93g C: 23g T: 71g w tym nasycone: 29g błonnik: 18 sól: 2,5 g	Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9	Zupa jarzynowa z mięsem miksowana 7,9	Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9
---	--	--	--