

JADŁOSPIS DEKADOWY DIETA OGÓLNA 29.08-7.09.2026
(jadłospis może ulec zmianie)

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA 1/2
29.08.2026 Sobota En: 2654kcal B: 113g W: 296g C: 83g T: 112g w tym nasycone: 55g błonnik: 39g sól: 8,5 g	Zupa mleczna z makaronem(330ml) 7,1 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, parówka cienka (70g) 6 keczup kiełbasa żywiecka (40g) brzoskwinia herbata	Zupa koperkowa z zacierką (300ml) 9,1,3 klopsik (120g) 1,3 sos jarzynowy 1,9 ryż (70g) surówka z ogórka gruntowego z musz- tardą (100g) 10 kompot (250ml)	Wafelek (40g) 7,5,1	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, ser żółty (40g) 7 kiełbasa krakowska (40g) 6,9 pomidor herbata
30.08.2026 Niedziela En: 2524kcal B: 98g W: 273g C: 102g T: 110g w tym nasycone: 60g błonnik: 54g sól: 9,8 g	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, pasztet pieczony (40g) 1,6,7,10 kiełbasa szynkowa (40g) 6 jabłko herbata	Zupa pomidorowa z makaronem (300ml) 1,7,9 żeberka duszone (140) 1 kasza jęczmienna (70g) 1 surówka z kapusty pekińskiej (120g) kompot (250ml)	Jogurt naturalny (150ml) 7	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa kanapkowa (40g) 9 polędwica sopocka (40g) 6 ogórek kiszony herbata
31.08.2026 Poniedziałek En: 2490kcal B: 124g W: 250g C: 81g T: 105g w tym nasycone: 49g błonnik: 45g sól: 8,1 g	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, jajo (50g) 3 szynka wędzona (40g) 6,1,9 Pomarańcza herbata	Barszcz czerwony (300ml) 1,7,9 karkówka pieczona (130g) ziemniaki (300g) brokuł z masłem(150g) 7 kompot (250ml)	Sok pomidorowy (220ml)	Zupa mleczna z zacierką (330ml) 1,3,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, serek wiejski (150ml)7 mielonka (40g) 1,6,9 nektarynka herbata

1.09.2026 Wtorek En: 2777kcal B: 101g W: 425 g C: 135g T: 76g w tym nasycone: 34g błonnik:56g sól: 8,4 g	Zupa mleczna z kaszą manną (330ml) 7,1 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, ser kanapkowy(50ml) 7 ogonówka (40g) 6 banan herbata	Zupa jarzynowa z zacierką (300ml) 1,7,9 gołąbki (250g) sos pomidorowy 1,9 ziemniaki (300g) ogórek małosolny kompot (250ml)	Herbatniki (50g)1,7, 3	Zupa mleczna z (330ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, pasztet drobiowy (40g) 6 kiełbasa golonkowa (40g) 6 śliwka herbata
2.09.2026 Środa En: 2743kcal B: 137g W: 278g C: 90g T: 113g w tym nasycone: 46g błonnik: 37g sól: 9,2 g	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa krakowska (40g) 6 połędwica sopocka (40g) 6 Gruszka herbata	Rosół z makaronem (300ml) 1,9 kurczak pieczony (200g) ziemniaki (300g) sałatka grecka (100g) kompot (250ml)	Skyr (150ml)7	Zupa mleczna z płatkami jęczmieniowymi (330ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa parówkowa (40g) 6 keczup kiełbasa żywiecka (40g) papryka herbata
3.09.2026 Czwartek En:2601kcal B: 117g W: 306g C: 118g T: 101g w tym nasycone: 46 g błonnik:55g sól: 10,5 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi(330ml) 7,1 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, mortadela (40g) 1,6 twaróg (40g) 7 dżem papryka herbata	Krupnik (300ml) 1,9 zrazy z kurczaka (220g) 1,3,7 ziemniaki (300g) surówka z marchwi i chrzanu (120g) kompot (250ml)	Sok owocowy (250ml)	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa szynkowa (40g) 6 paprykarz (40g)4 ogórek kiszony (70g) herbata
4.09.2026 Piątek En: 2584kcal B: 126g W: 279 g C: 91g T: 108g w tym nasycone: 53g błonnik: 41g sól: 8,8g	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa kanapkowa (40g) 9 pasta rybna (40g) 4 pomidor herbata	Zupa jarzynowa z zacierką (300ml) 1,7,9 ryba panierowana (140g) 1,4,3 ziemniaki (300g) surówka z rzepy (100g) 7 kompot (250ml)	Serek wiejski (150ml) 7	Zupa mleczna z makaronem (330ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, jajo (50g) 3 pasztet pieczony (40g) 1,6,7,10 Brzoskwinia herbata

5.09.2026 Sobota En: 2580kcal B: 111g W: 388g C: 127g T: 109g w tym nasycone: 45g błonnik: 58g sól: 10,4 g	Zupa mleczna z zacierką (330ml) 1,3,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, mielonka (40g) 1,6,9 kiełbasa gołonkowa (40g) 6 śliwka herbata	Zupa ogórkowa z ziemniakami (300ml) 9 gulasz wołowy (120g) 1 kasza jęczmienna (70g) 1 ćwikła(100g) kompot (250ml)	Bułka kukurydziana (50g)1	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, ser topiony (40g) 7 ogonówka (40g) 6 banan herbata
6.09.2026 Niedziela En: 2502kcal B: 97g W: 287g C: 96g T: 104g w tym nasycone: 42g błonnik: 49g sól: 7,5 g	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim(80g) 1 , masłem (10g) 7, parówka cienka (70g) 6 keczup ser kanapkowy(50ml) 7 Pomarańcza herbata	Krupnik (300ml) 9 kotlet schabowy (120g) 1,3 ziemniaki (300g) surówka z papryki (100g) kompot (250ml)	Jabłko pieczone	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim(80g) 1 , masłem (10g) 7, szynka wędzona (40g) 6,1,9 kiełbasa krakowska (40g) 6 nektarynka herbata
7.09.2026 Poniedziałek En: 2516kcal B: 110g W: 334g C: 137g T: 78g w tym nasycone: 43g błonnik: 40g sól: 7 g	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim(80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa szynkowa (40g) 6 twaróg (40g) 7 ogórek kiszony herbata	Zupa ogonowa z ryżem (300ml) 9 łopatka duszona (140g) 1 ziemniaki (300g) surówka z kapusty pekińskiej (120g) kompot (250ml)	Jogurt pitny (250ml)7	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (330ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, połędwica sopocka (40g) 6 miód nat. 50ml Gruszka herbata

(jadłospis może ulec zmianie)

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
29.08.2026 Sobota En: 2752kcal B: 118g W: 324g C: 92g T: 111g w tym nasycone: 48g błonnik: 34g sól: 7,9 g	Zupa mleczna z makaronem(330ml) 7,1 Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, parówka cienka (70g) 6 keczup kielbasa żywiecka (40g) brzoskwinia herbata	Zupa koperkowa z zacierką (300ml) 9,1,3 gałka (100g) 1,3 sos jarzynowy 1,9 ryż (70g) surówka z selera (100g) 7,9 kompot (250ml)	Wafelek (40g) 7,5,1	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, mortadela (40g) 1,6 kielbasa krakowska (40g) 6,9 pomidor herbata
30.08.2026 Niedziela En: 2590kcal B: 119g W: 303g C: 112g T: 93g w tym nasycone: 49g błonnik: 44g sól: 9,1 g	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, pasztet pieczony (40g) 1,6,7,10 kielbasa szynkowa (40g) 6 jabłko herbata	Zupa pomidorowa z makaronem (300ml) 1,7,9 mięso zapiekane (120) 1,3 sos jarzynowy 1,9 kasza jęczmienna (70g) 1 marchew duszona (120g) 1,7 kompot (250ml)	Jogurt naturalny (150ml) 7	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, kielbasa kanapkowa (40g) 9 polędwica sopocka (40g) 6 ogórek kiszony herbata
31.08.2026 Poniedziałek En: 2448kcal B: 140g W: 272g C: 87g T: 87g w tym nasycone: 37g błonnik: 32g sól: 7,3 g	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, jajo (50g) 3 szynka wędzona (40g) 6,1,9 Pomarańcza herbata	Barszcz czerwony (300ml) 1,7,9 filet z indyka (120g) sos koperkowy 1,9 ziemniaki (300g) sałata z olejem (50g) kompot (250ml)	Sok pomidorowy (220ml)	Zupa mleczna z zacierką (330ml) 1,3,7 Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, serek wiejski (150ml)7 mielonka (40g) 1,6,9 nektarynka herbata

1.09.2026 Wtorek En: 2863kcal B: 99g W: 437 g C: 140g T: 81g w tym nasycone: 35g błonnik: 42g sól: 6,4 g	Zupa mleczna z kaszą manną (330ml) 7,1 Kanapki z chlebem mieszany pyłowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, ser kanapkowy(50ml) 7 ogonówka (40g) 6 banan herbata	Zupa jarzynowa z zacierką (300ml) 1,7,9 gałka z ryżem (250g) sos pomidorowy 1,9 ziemniaki (300g) surówka z marchwi (100g) kompot (250ml)	Herbatniki (50g)1,7, 3	Zupa mleczna z (330ml) 1,7 Kanapki z chlebem mieszany pyłowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, pasztet drobiowy (40g) 6 kiełbasa golonkowa (40g) 6 śliwka herbata
2.09.2026 Środa En: 2860kcal B: 134g W: 322g C: 111g T: 114g w tym nasycone: 45g błonnik: 41g sól: 8,8 g	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem mieszany pyłowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa krakowska (40g) 6 polędwica sopocka (40g) 6 Gruszka herbata	Rosół z makaronem (300ml) 1,9 potrawka z kurczaka (120g) ziemniaki (300g) surówka z selera naciowego (100g) 9 kompot (250ml)	S kyr (150ml)7	Zupa mleczna z płatkami jęczmieniowymi (330ml) 1,7 Kanapki z chlebem mieszany pyłowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa parówkowa (40g) 6 keczup kiełbasa żywiecka (40g) jabłko herbata
3.09.2026 Czwartek En: 2350kcal B: 99g W: 329g C: 130g T: 68g w tym nasycone: 32 g błonnik: 45g sól: 7,2 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi(330ml) 7,1 Kanapki z chlebem mieszany pyłowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, mortadela (40g) 1,6 twaróg (40g) 7 dżem jabłko pieczone herbata	Krupnik (300ml) 1,9 filet z kurczaka (120g) sos jarzynowy 1,9 ziemniaki (300g) surówka z pomidorów (100g) kompot (250ml)	Sok owocowy (250ml)	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem mieszany pyłowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa szynkowa (40g) 6 paprykarz (40g)4 ogórek kiszony (70g) herbata
4.09.2026 Piątek En: 2530kcal B: 132g W: 289 g C: 93g T: 92g w tym nasycone: 43g błonnik: 28g sól: 7,8g	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem mieszany pyłowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa kanapkowa (40g) 9 pasta rybna (40g) 4 pomidor herbata	Zupa jarzynowa z zacierką (300ml) 1,7,9 gulasz z ryby (120g) 1,4 ziemniaki (300g) sałata z olejem (50g) kompot (250ml)	Serek wiejski (150ml) 7	Zupa mleczna z makaronem (330ml) 1,7 Kanapki z chlebem mieszany pyłowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, jajo (50g) 3 pasztet pieczony (40g) 1,6,7,10 Brzoskwinia herbata

5.09.2026 Sobota En: 2957kcal B: 116g W: 393g C: 129g T: 102g w tym nasycone: 45g błonnik: 52g sól: 8,5 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 kiełbasa gołonkowa (40g) 6 śliwka herbata	Zupa ogórkowa z ziemniakami (300ml) 9 gulasz wołowy (120g) 1 kasza jęczmienna (70g) 1 buraki (100g) kompot (250ml)	Bułka kukurydziana (50g)1	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem mieszany pytlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, ser topiony (40g) 7 ogonówka (40g) 6 banan herbata
6.09.2026 Niedziela En: 2565kcal B: 105g W: 307g C: 107g T: 102g w tym nasycone: 39g błonnik: 40g sól: 6,8 g	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy(80g) 1 , masłem (10g) 7, parówka cienka (70g) 6 keczup ser kanapkowy(50ml) 7 Pomarańcza herbata	Krupnik (300ml) 9 schab gotowany (120g) sos jarzynowy 1,9 ziemniaki (300g) marchew duszona (120g) 1,7 kompot (250ml)	Jabłko pieczone	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy(80g) 1 , masłem (10g) 7, szynka wędzona (40g) 6,1,9 kiełbasa krakowska (40g) 6 nektarynka herbata
7.09.2026 Poniedziałek En: 2520kcal B: 111g W: 339g C: 137g T: 78g w tym nasycone: 42g błonnik: 32g sól: 6,7 g	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy(80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa szynkowa (40g) 6 twaróg (40g) 7 ogórek kiszony herbata	Zupa ogonowa z ryżem (300ml) 9 mięso zapiekane (120g) 1,3,7 sos jarzynowy 1,9 ziemniaki (300g) surówka z pomidorów (100g) kompot (250ml)	Jogurt pitny (250ml)7	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (330ml) 1,7 Kanapki z chlebem mieszany py- tlowy (80g) 1 , masłem (10g) 7, połędwica sopocka (40g) 6 miód nat. 50ml Gruszka herbata

JADŁOSPIS DIETY Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 29.08-7.09.2026
(jadłospis może ulec zmianie)

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
29.08.2026 Sobota En: 2435kcal B: 112g W: 285g C: 78g T: 98g w tym nasycone: 42g błonnik: 40g sól: 8,5 g	Zupa mleczna z makaronem(330ml) 7,1 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, parówka cienka (70g) 6 keczup kiełbasa żywiecka (40g) brzoskwinia herbata	Zupa koperkowa z zacierką (300ml) 9,1,3 gałka (100g) 1,3 sos jarzynowy 1,9 ryż (70g) surówka z ogórka gruntowego z musz- tardą (100g) 10 kompot (250ml)	Nektarynka	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, ser żółty (40g) 7 kiełbasa krakowska (40g) 6,9 pomidor herbata
30.08.2026 Niedziela En: 2441kcal B: 111g W: 283g C: 102g T: 90g w tym nasycone: 48g błonnik: 55g sól: 9,9 g	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, pasztet pieczony (40g) 1,6,7,10 kiełbasa szynkowa (40g) 6 jabłko herbata	Zupa pomidorowa z makaronem (300ml) 1,7,9 mięso zapiekane (120) 1,3 sos jarzynowy 1,9 kasza jęczmienna (70g) 1 surówka z kapusty pekińskiej (120g) kompot (250ml)	Jogurt naturalny (150ml) 7	Kawa z mlekiem (250ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa kanapkowa (40g) 9 połędwica sopocka (40g) 6 ogórek kiszony herbata
31.08.2026 Poniedziałek En: 2227kcal B: 120g W: 258g C: 82g T: 78g w tym nasycone: 37g błonnik: 46g sól: 8,2 g	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, jajo (50g) 3 szynka wędzona (40g) 6,1,9 Pomarańcza herbata	Barszcz czerwony (300ml) 1,7,9 filet z indyka (120g) sos koperkowy 1,9 ziemniaki (300g) brokuł z masłem(150g) 7 kompot (250ml)	Sok pomidorowy (220ml)	Zupa mleczna z zacierką (330ml) 1,3,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, serek wiejski (150ml)7 mielonka (40g) 1,6,9 nektarynka herbata

1.09.2026 Wtorek En: 2598cakl B: 94g W: 404 g C: 142g T: 69g w tym nasycone: 33g błonnik:56g sól: 7,5 g	Zupa mleczna z kaszą manną (330ml) 7,1 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, ser kanapkowy(50ml) 7 ogonówka (40g) 6 banan herbata	Zupa jarzynowa z zacierką (300ml) 1,7,9 gałka z ryżem (250g) sos pomidorowy 1,9 ziemniaki (300g) ogórek małosolny kompot (250ml)	Jabłko	Zupa mleczna z (330ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, pasztet drobiowy (40g) 6 kiełbasa golonkowa (40g) 6 śliwka herbata
2.09.2026 Środa En: 2654kcal B: 130g W: 278g C: 92g T: 107g w tym nasycone: 43g błonnik: 37g sól: 9 g	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa krakowska (40g) 6 połędwica sopocka (40g) 6 Gruszka herbata	Rosół z makaronem (300ml) 1,9 potrawka z kurczaka (120g) ziemniaki (300g) sałatka grecka (100g) kompot (250ml)	Skyr (150ml)7	Zupa mleczna z płatkami jęczmieniowymi (330ml) 1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa parówkowa (40g) 6 keczup kiełbasa żywiecka (40g) papryka herbata
3.09.2026 Czwartek En:2062kcal B: 93g W: 282g C: 93g T: 60g w tym nasycone: 29 g błonnik:52g sól: 7,6 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi(330ml) 7,1 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, mortadela (40g) 1,6 twaróg (40g) 7 papryka herbata	Krupnik (300ml) 1,9 filet z kurczaka (120g) sos jarzynowy 1,9 ziemniaki (300g) surówka z marchwi i chrzanu (120g) kompot (250ml)	Sok pomidorowy (250ml)	Kawa z mlekiem (250ml)1,7 Kanapki z chlebem żytnim (80g) 1 , masłem (10g) 7, kiełbasa szynkowa (40g) 6 paprykarz (40g)4 ogórek kiszony (70g) herbata

4.09.2026 Piątek En: 2431kcal B: 126g W: 283 g C: 93g T: 87g w tym nasycone: 43g błonnik: 42g sól: 8,5g	Kawa z mlekiem (250ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem żytnim (80g) ¹ , masłem (10g) ⁷ , kiełbasa kanapkowa (40g) ⁹ pasta rybna (40g) ⁴ pomidor herbata	Zupa jarzynowa z zacierką (300ml) ^{1,7,9} gulasz z ryby (120g) ^{1,4} ziemniaki (300g) surówka z rzepy (100g) ⁷ kompot (250ml)	Serek wiejski (150ml) ⁷	Zupa mleczna z makaronem (330ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem żytnim (80g) ¹ , masłem (10g) ⁷ , jajo (50g) ³ pasztet pieczony (40g) ^{1,6,7,10} Brzoskwinia herbata
5.09.2026 Sobota En: 2892kcal B: 109g W: 375g C: 135g T: 107g w tym nasycone: 45g błonnik: 59g sól: 10,4 g	Zupa mleczna z zacierką (330ml) ^{1,3,7} Kanapki z chlebem żytnim (80g) ¹ , masłem (10g) ⁷ , mielonka (40g) ^{1,6,9} kiełbasa golonkowa (40g) ⁶ śliwka herbata	Zupa ogórkowa z ziemniakami (300ml) ⁹ gulasz wołowy (120g) ¹ kasza jęczmienna (70g) ¹ ćwikła(100g) kompot (250ml)	Brzoskwinia	Kawa z mlekiem (250ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem żytnim (80g) ¹ , masłem (10g) ⁷ , ser topiony (40g) ⁷ ogonówka (40g) ⁶ banan herbata
6.09.2026 Niedziela En: 2434kcal B: 96g W: 289g C: 97g T: 99g w tym nasycone: 38g błonnik: 51g sól: 7,5 g	Kawa z mlekiem (250ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem żytnim(80g) ¹ , masłem (10g) ⁷ , parówka cienka (70g) ⁶ keczup ser kanapkowy(50ml) ⁷ Pomarańcza herbata	Krupnik (300ml) ⁹ schab gotowany (120g) sos jarzynowy ^{1,9} ziemniaki (300g) surówka z papryki (100g) kompot (250ml)	Jabłko	Kawa z mlekiem (250ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem żytnim(80g) ¹ , masłem (10g) ⁷ , szynka wędzona (40g) ^{6,1,9} kiełbasa krakowska (40g) ⁶ nektarynka herbata
7.09.2026 Poniedziałek En: 2407kcal B: 115g W: 294g C: 98g T: 85g w tym nasycone: 42g błonnik: 41g	Kawa z mlekiem (250ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem żytnim(80g) ¹ , masłem (10g) ⁷ , kiełbasa szynkowa (40g) ⁶ twaróg (40g) ⁷ ogórek kiszony herbata	Zupa ogonowa z ryżem (300ml) ⁹ mięso zapiekane (120g) ^{1,3,7} sos jarzynowy ^{1,9} ziemniaki (300g) surówka z kapusty pekińskiej (120g) kompot (250ml)	Jogurt pitny (250ml) ⁷	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (330ml) ^{1,7} Kanapki z chlebem żytnim (80g) ¹ , masłem (10g) ⁷ , połędwica sopocka (40g) ⁶ mortadela (40g) ^{1,6} Gruszka herbata

sól: 8,7 g				
------------	--	--	--	--

JADŁOSPIS DIETY POOPERACYJNEJ 29.08-7.09.2026
(jadłospis może ulec zmianie)

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
29.08.2026 Sobota En: 1713kcal B: 69g W: 237g C: 67g T: 54g w tym nasycone: 28g błonnik:24g sól: 2,4g	Zupa mleczna z makaronem (330ml) 1,7 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata	Barszcz czerwony przecierany (300ml) 9 gałka (120g) 1 ,3 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
30.08.2026 Niedziela En: 1669kcal B: 70g W: 227g C: 65g T: 54g w tym nasycone: 28g błonnik:26g sól: 2,2 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 (120g) 1 ziemniaki (300g) marchew mielona (120g) kompot (250ml)		Zupa mleczna z płatkami owsianymi (330ml) 7 ,1 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata

31.08.2026 Poniedziałek En: 1626kcal B: 72g W: 228g C: 66g T: 47g w tym nasycone: 25g błonnik:24g sól: 2,2 g	Zupa mleczna z makaronem (330ml) 7,1 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata	Barszcz czerwony przecierany (300ml) 9 indyk mielony 100g 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
1.09.2026 Wtorek En: 1706kcal B: 66g W: 239 g C: 65g T: 54g w tym nasycone: 28g błonnik:24g sól: 3 g	Zupa mleczna z kaszą manną (330ml) 1,7 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata	Zupa jarzynowa przecierana (300ml) 9 gałka (120g) ziemniaki (300g) marchew mielona (120g) kompot (250ml)		Zupa mleczna z płatkami ryżowymi (330ml) 7 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata
2.09.2026 Środa En: 1794kcal B: 76g W: 228g C: 66g T: 62g w tym nasycone: 29g błonnik:26g sól: 2,9 g	Zupa mleczna z makaronem (330ml) 7,1 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata	Zupa jarzynowa przecierana (300ml) 9 kurczak mielony (120g) ziemniaki (300g) marchew mielona (120g) kompot (250ml)		Zupa mleczna z płatkami jęczmieni- nymi (330ml) 1,7 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata

3.09.2026 Czwartek En:1633kcal B: 71g W: 227g C: 65g T: 49g w tym nasycone: 25 g błonnik:26g sól: 2,2 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (330ml) 7,1 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata	Zupa jarzynowa przecierana (300ml) 9 indyk mielony(100g) 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
4.09.2026 Piątek En: 1505kcal B: 57g W: 230 g C: 66g T: 41g w tym nasycone: 23g błonnik:23g sól: 2,6g	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) buraki mielone (120g) kompot (250ml)		Zupa mleczna z makaronem (330ml) 1,7 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata
5.09.2026 Sobota En: 1731kcal B: 72g W: 228g C: 66g T: 58g w tym nasycone: 30g błonnik:24g sól: 2,2 g	Zupa mleczna z zacierką (330ml) 1,3,7 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
6.09.2026 Niedziela En: 1714kcal B: 71g W: 228g C: 66g T: 57g w tym nasycone: 28g błonnik:24g sól: 2,1 g	Zupa mleczna z makaronem (330ml) 1,7 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata	Zupa jarzynowa przecierana (300ml) 9 schab mielony (120g) ziemniaki (300g) marchew mielona (120g) kompot (250ml)	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi (330ml) 7 Zupa mleczna z płatkami ryżowymi (330ml) 1,7 Zupa mleczna z płatkami owsianymi (330ml) 1,7	Zupa mleczna z zacierką (330ml) 1,3,7 Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata

7.09.2026 Poniedziałek 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 wołowina mielona (120g) ziemniaki (300g) marchew mielona (120g) kompot (250ml)		Kanapki z bułką pszenną (80g) 1 , masłem (10g) 7, herbata

JADŁOSPIS DEKADOWY DIETY KLEIKOWEJ 30.06-9.07.2026
(jadłospis może ulec zmianie)

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
29.08.2026 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
30.08.2026	Kleik 1	Kleik 1		Kleik 1

Niedziela En: 510kcal B: 15g W: 105g C: 1,95g T: 1,65g w tym nasycone: 0,45g błonnik: 6,6 sól: 0 g	herbata	herbata		herbata
31.08.2026 Poniedziałek 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
1.09.2026 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
2.09.2026 Środa En: 510kcal B: 15g W: 105g C: 1,95g T: 1,65g	Kleik 1 herbata	Kleik 1 herbata		Kleik 1 herbata

w tym nasycone: 0,45g błonnik: 6,6 sól: 0 g				
3.09.2026 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
4.09.2026 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
5.09.2026 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
6.09.2026 Niedziela En: 510kcal B: 15g W: 105g C: 1,95g T: 1,65g	Kleik 1 herbata	Kleik 1 herbata		Kleik 1 herbata

w tym nasycone: 0,45g błonnik: 6,6 sól: 0 g				
7.09.2026 Poniedziałek 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

JADŁOSPIS DEKADOWY DIETY MIKSOWANEJ WYSOKOBIAŁKOWEJ 30.06-9.07.2026
(jadłospis może ulec zmianie)

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
29.08.2026 Sobota En: 1528kcal B: 87g W: 93g C: 23g T: 71g w tym nasycone: 29g błonnik: 18	Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9	Zupa jarzynowa z mięsem miksowana 7,9		Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9

sól: 2,5 g				
30.08.2026 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
31.08.2026 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
1.09.2026 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

2.09.2026 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
3.09.2026 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
4.09.2026 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
5.09.2026 Sobota En: 1528kcal B: 87g W: 93g C: 23g T: 71g w tym nasycone: 29g	Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9	Zupa jarzynowa z mięsem miksowana 7,9		Zupa jarzynowa z mięsem mikso- wana 7,9

błonnik: 18 sól: 2,5 g				
6.09.2026 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
7.09.2026 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