

JADŁOSPIS I DEKADA

31.01.2026r.- 09.02.2026r.

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta bezmięсна
Sobota 31.01.2026r.					
Śniadanie	Kakao 250ml*7 Kiełbasa szynkowa 60g *1*10*11 Ser topiony 20g*7 Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 20g Pieczywomieszane200g*1	Kakao 250ml*7 Kiełbasa szynkowa 60g *1*10*11 Ser topiony 20g Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 20g Pieczywo mieszane200g*1	Kakao 250ml*7 Kiełbasa szynkowa 60g *1*10*11 Ser topiony b/t 20g*7 Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 10g Pieczywo mieszane200g*1	Kakao 250ml*7 Kiełbasa szynkowa 60g *1*10*11 Ser topiony 20g*7 Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 20g Pieczywo mieszane200g*1	Kakao 250ml*7 Ser żółty 60g*7 Ser topiony 20g*7 Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 20g Pieczywo mieszane200g*1
II Śniadanie	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad	Zupa brokułowa z warzywami 400g*9 Pulpety z mięsa drobiowego w sosie koperkowym 200g *1*7 Kasza jęczmienna 300g*1 Surówka z buraczków z cebulką 150g Syrop owocowy 250ml	Zupa brokułowa z warzywami 400g*9 Pulpety mięsa drobiowego w sosie koperkowym 200g*1*7 Kasza jęczmienna 300g*1 Surówka z buraczków z cebulką 150g Syrop owocowy 250ml	Zupa brokułowa z warzywami 400g*9 Pulpety sojowe w sosie koperkowym 200g *6*1 Kasza jęczmienna 300g*1 Surówka z buraczków z cebulką 150g Syrop owocowy 250ml	Zupa brokułowa z warzywami 400g*9 Pulpety mięsa drobiowego w sosie koperkowym 200g *1*7 Kasza jęczmienna 300g*1 Surówka z buraczków z cebulką 150g Herbata owocowab/c250ml	Zupa brokułowa z warzywami 400g*9 Pulpety sojowe w sosie koperkowym 200g *1*7 Kasza jęczmienna 300g*1 Surówka z buraczków z cebulką 150g Syrop owocowy250ml
Podwieczorek	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g
Kolacja	Parówki drobiowe 100g *1*6*10 Serek topiony 20g Musztarda 10g*10 Pomidor 100g Cebula 30g Margaryna Delma 20g Herbata 250ml Pieczywo mieszane200g*1	Parówki drobiowe100g *1*6*10 Serek topiony 20g Musztarda 10g*10 Pomidor 100g Cebula 30g Margaryna Delma 20g Herbata 250ml Pieczywo mieszane200g*1	Parówki drobiowe100g *1*6*10 Serek topiony 10g Musztarda 10g*10 Pomidor 100g Cebula 30g Margaryna Delma 20g Herbata 250ml Chleb pszenny 200g*1	Twaróg chudy 100g*7 Pomidor 100g Cebula 30g Margaryna Delma 20g Herbata 250ml Pieczywo mieszane200g*1	Twaróg chudy 100g*7 Pomidor 100g Cebula 30g Margaryna Delma 20g Herbata 250ml Pieczywo mieszane200g *1
2804kcal;B:98g;T:99g;W:440g					

Niedziela 01.02.2026r.

Śniadanie	Jajka gotowane 2 szt*3 Margaryna do kanapek 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 herbata 250ml	Jajka gotowane na miękko 2 szt *3 Margaryna do kanapek 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 herbata 250ml	Jajka na miękko 2 szt*3 Margaryna do kanapek 10g Chleb pszenno-żytni 200g*1 herbata 250ml	Jajka gotowane 2 szt*3 Margaryna do kanapek 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 herbata b/c 250ml	Jajka gotowane 2 szt*3 Margaryna do kanapek 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 herbata 250ml
II Śniadanie	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1szt	Banan 1szt	Banan 1szt
Obiad	Rosół z makaronem i zieleciną 400ml*1*9 Karkówka duszona 150g Ziemniaki z koperkiem 400g Surówka z kapusty kiszzonej 150g Syrop owocowy 250ml	Zupa koperkowa 400ml*9 Karkówka duszona 150g Ziemniaki z koperkiem 400g Surówka z kapusty kiszzonej 150g Syrop owocowy 250ml	Zupa koperkowa 400ml*9 Kotlet drobiowy 150g Ziemniaki z koperkiem 400g Surówka z kapusty kiszzonej 150g Syrop owocowy 250ml	Rosół z makaronem i zieleciną 400ml*1*9 Karkówka duszona 150g Ziemniaki z koperkiem 400g Surówka z kapusty kiszzonej 150g Herbata owocowa b/c 250ml	Zupa koperkowa 400ml*1 Kotlet sojowy 150g*6 Ziemniaki z koperkiem 400g Surówka z kapusty kiszzonej 150g Syrop owocowy 250ml
Podwieczorek	Sok pomidorowy 200ml	Sok pomidorowy 200ml	Sok pomidorowy 200ml	Sok pomidorowy 200ml	Sok pomidorowy 200ml
Kolacja	Kiełbasa kanapkowa 80g *1*6*10 ser topiony 20g*7 Ogórek kiszony 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g *1 Margaryna Delma 20g Herbata 250ml	Szynka drobiowa 80g *1*6*10 ser topiony 20g*7 Ogórek kiszony 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Margaryna Delma 20g Herbata 250ml	Szynkadrobiowa 80g *1*6*10 ser topiony 20g*7 Ogórek kiszony 100g Chleb pszenno-żytni 200g *1 Margaryna Delma 10g Herbata 250ml	Kiełbasa kanapkowa 80g *1*6*10 ser topiony 20g *7 Ogórek kiszony 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Margaryna Delma 20g Herbata b/c 250ml	Pasztet sojowy 80g *1*6*10 ser topiony 20g *7 Ogórek kiszony 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Margaryna Delma 20g Herbata 250ml

2880kcal;B:85g;T:86g;W:444

Poniedziałek 02.02.2026r.

Śniadanie	Kasza manna na mleku 400ml*1 Szprot w sosie pomidorowym 150g*4*1 Ogórek kiszony 100g Chleb pszenno-żytni 100g Margaryna Delma 20g Chleb żytni 100g*1	Kasza manna na mleku 400ml*1 Szprot w sosie pomidorowym 150g*4*1 Ogórek kiszony 100g Chleb pszenno-żytni 200g*1 Margaryna Delma 20g	Kasza manna na mleku 400ml*1 Szprot w sosie pomidorowym 150g*1*4 Ogórek kiszony 100g Chleb pszenno-żytni 200g*1 Margaryna Delma 10g	Kasza manna na mleku 400ml*1 Szprot w sosie pomidorowym 150g*1*4 Ogórek kiszony 100g Chleb pszenno-żytni 100g *1 Margaryna Delma 20g Chleb żytni 100g	Kasza manna na mleku 400ml*1 Dżem 60g topiony serek 20g*7 pomidor 100g Chleb pszenno-żytni 100g Margaryna Delma 20g Chleb żytni 100g *1
II Śniadanie	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad	Zupa barszcz czerwony z warzywami 400g*9 Gołąbki bez zawijania w sosie	Zupa barszcz czerwony z warzywami 400g*9 Gołąbki bez zawijania w	Zupa barszcz czerwony z warzywami 400g*9 Mięso gotowane z	Zupa barszcz czerwony z warzywami 400g*9 Gołąbki bez zawijania w	Zupa barszcz czerwony z warzywami 400g*9 Fasolka z warzywami i

	pomidorowym 250g *3 Ziemniaki 400g Syrop owocowy 250ml	sosie pomidorowym 250g *3 Ziemniaki 400g Syrop owocowy 250ml	warzywami 200g Ziemniaki 400g Syrop owocowy 250ml	sosie pomidorowym 250g *3 Ziemniaki 400g Herbata owocowa b/c 250ml	sosem 2500g Ziemniaki 400g Syrop owocowy 250ml
Podwieczorek	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g
Kolacja	Konserwa mięsna 100g *1*6*10 Papryka czerwona 100g Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Herbata 250ml	Szynka drobiowa 100g *1*6*10 Papryka czerwona 100g Delma 20g Chleb pszenno-żytni 200g *1 Herbata 250ml	Szynka drobiowa 100g *1*6*10 Papryka czerwona 100g Delma 10g Chleb pszenno-żytni 200g *1 Herbata 250ml	Szynka drobiowa 100g *1*6*10 Papryka czerwona 100g Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Herbata 250ml	Serek grani 120g*7 Papryka czerwona 100g Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Herbata 250ml
2871kcal; B:84g;T:86g;W:445g					
Wtorek 03.02.2026r.					
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400ml *1*7 Kiełbasa kanapkowa drobiowa 80g *1*6*10 Ser topiony z ziołami 20g *7 Papryka 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Margaryna Delma 20g Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml *1*7 Kiełbasa kanapkowa drobiowa 80g *1*6*10 Ser topiony z ziołami 20g *7 Pomidor 100g Chleb pszenno-żytni 100g *1 Margaryna Delma 20g Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml *1*7 Kiełbasa szynkowa 80g *1*6*10 Ser topiony z ziołami 10g *7 pomidor 100g Chleb pszenno-żytni 100g *1 Margaryna Delma 10g Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml *1*7 Kiełbasa kanapkowa drobiowa 80g *1*6*10 Ser topiony z ziołami 20g *7 papryka 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Margaryna Delma 20g Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml *1*7 Ser żółty 80g*7 Papryka 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Margaryna Delma 20g Herbata 250ml
II Śniadanie	Kefir 200g*7	Kefir 200g*7	Kefir 200g*7	Kefir 200g*7	Kefir 200g*7
Obiad	Zupa z soczewicy z kiełbasą i zieleniną 400ml *9*1*6*10 Makaron z sosem pieczarkowym 400g*1 Sałatka z rukoli z papryką i ogórkiem kiszonym Syrop owocowy 250ml	Zupa jarzynowa 400ml*9 Makaron z sosem pieczarkowym 400g*1 Sałatka z rukoli z papryką i ogórkiem kiszonym Syrop owocowy 250ml	Zupa jarzynowa 400ml*9 Makaron z sosem pieczarkowym 400g*1 Sałatka z rukoli z papryką i ogórkiem kiszonym Syrop owocowy 250ml	Zupa z soczewicy z kiełbasą i zieleniną 400ml *9*1*6*10 Makaron z sosem pieczarkowym 400g*1 Sałatka z rukoli z papryką i ogórkiem kiszonym Herbata owocowa b/c 250ml	Zupa z soczewicy z zieleniną 400ml*9 Makaron z sosem pieczarkowym 400g*1 Sałatka z rukoli z papryką i ogórkiem kiszonym Syrop owocowy 250ml
Podwieczorek	Kisiel porzeczkowy 200ml	Kisiel porzeczkowy 200ml	Kisiel porzeczkowy 200ml	Kisiel porzeczkowy b/c 200ml	Kisiel porzeczkowy 200ml
Kolacja	Sałatka jarzynowa 300g*9	Sałatka jarzynowa 300g z	Sałatka jarzynowa 300g*9	Sałatka jarzynowa 300g z	Sałatka jarzynowa 300g z

	z majonezem 10g*3 Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Herbata 250ml	majonezem 10g*3*9 Chleb pszenno-żytni 200g*1 Herbata 250ml	Chleb pszenno-żytni 200g*1 Herbata 250ml	majonezem 10g*3*9 Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Herbata 250ml	majonezem 10g*3*9 Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Herbata 250ml
2849kcal;B:83g;T:87g;W:436g					
Środa 04.02.2026r.					
Śniadanie	Makaron na mleku 400ml *1*7 Pieczona biała kielbasa 100g Musztarda 10g*1*6*10 Chleb pszenno- żytni 100g Chleb żytni 100g *1 Margaryna Delma 20g herbata 250ml	Makaron na mleku 400ml *1*7 Biała kielbasa parzona100g Musztarda 10g*1*6*10 Chleb pszenno- żytni 200g *1 Margaryna Delma 20g Herbata 250ml	Makaron na mleku 400ml *1*7 Biała kielbasa parzona 100g *1*6*10 Chleb pszenno- żytni 200g *1 Margaryna Delma 20g Herbata 250ml	Makaron na mleku 400ml *1*7 Pieczona biała kielbasa 100g *1*6*10 Musztarda 10g Chleb pszenno- żytni 100g Chleb żytni 100g *1 Margaryna Delma 20g Herbata 250 ml b/c	Makaron na mleku 400ml *1*7 Naleśniki z pieczarkami 300g Herbata 250 ml
II Śniadanie	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad	Krupnik 400g*1*9 Bigos tradycyjny 200g Ziemniaki 400g Herbata mietowa 250ml	Krupnik 400g*1*9 Makaron z białym serem i jogurtem 400g*1*7 Herbata mietowa 250ml	Krupnik 400g*1*9 Makaron z białym serem i jogurtem 400g*1*7 Herbata mietowa 250ml	Krupnik 400g*1*9 Bigos tradycyjny 200g Ziemniaki 400g Herbata mietowa 250ml	Krupnik 400g*1*9 Makaron z białym serem i jogurtem 400g*1*7 Herbata mietowa 250ml
Podwieczorek	Biszkopty 50g*1*3	Biszkopty 50g*1*3	Biszkopty 50g*1*3	Jabłko 150g	Biszkopty 50g*1*3
Kolacja	Salatka z rzodkiewką i jajkiem 200g majonez 10g*3 Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g *1 Kawa zbożowa 250ml*1	Salatka z rzodkiewką i jajkiem 200g majonez 10g*3 Chleb pszenno-żytni 200g*1 Kawa zbożowa 250ml*1	Jajko na miekko 2 szt *3 sałata zielona 50g szczypiorek 10g Chleb pszenny 200g*1 Kawa zbożowa 250ml*1	Salatka z rzodkiewką i jajkiem 200g majonez 10g*3 Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g *1 Kawa zbożowa 250ml*1	Salatka z rzodkiewką i jajkiem 200g majonez 10g*3 Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g *1 Kawa zbożowa 250ml*1
2891kcal; B:92g;T:88g;W:440g					
Czwartek 05.02.2026r.					
Śniadanie	Zupa mleczna zacierka 400ml*1*7*3 Twaróg z cebulką i 150g*7 Papryka czerwona 100g	Zupa mleczna zacierka 400ml *1*3*7 Twaróg ze szczypiorkiem 150g*7	Zupa mleczna zacierka 400ml*1*3*7 Twaróg ze szczypiorkiem 150g*7	Zupa mleczna zacierka 400ml*1*3*7 Twaróg z cebulką 150g*7 Papryka czerwona 100g	Zupa mleczna zacierka 400ml*1*3*7 Twaróg z cebulką 150g*7 Papryka czerwona 100g

	Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Margaryna Delma 20g Herbata 250ml	Pomidor 100g Chleb pszenno-żytni 200g*1 Margaryna Delma 20g Herbata 250ml	Pomidor100g Chleb pszenno-żytni 200g*1 Margaryna Delma 10g Herbata 250ml	Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Margaryna Delma 20g Herbata b/c 250ml	Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Margaryna Delma 20g Herbata 250ml
II Śniadanie	Marchewka 100g	Marchewka 100g	Marchewka 100g	Marchewka 100g	Marchewka 100g
Obiad	Zupa wiejska 400ml*9 Risotto z kurczakiem i warzywami 500g Kompot owocowy 250ml	Zupa wiejska 400ml*9 Risotto z kurczakiem i warzywami 500g Kompot owocowy 250ml	Zupa wiejska 400ml*9 Risotto z kurczakiem i warzywami 500g Kompot owocowy 250ml	Zupa wiejska 400ml*9 Risotto z kurczakiem i warzywami 500g Kompot owocowy b/c 250ml	Zupa wiejska 400ml*9 Risotto z warzywami 500g Kompot owocowy 250ml
Podwieczorek	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt
Kolacja	Kiełbasa mortadela 80g *1*6*10 serek topiony 20g*7 Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g *1 Herbata 250ml	Kiełbasa szynkowa 80g *1*6*10 serek topiony 20g*7 Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 200g *1 Herbata 250ml	Kiełbasa szynkowa 80g *1*6*10 serek topiony 20g*7 Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 10g Chleb pszenno-żytni 200g *1 Herbata 250ml	Kiełbasa szynkowa80g *1*6*10 serek topiony 20g*7 Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g *1 Herbata b/c250ml	Ser salami 80g*7 Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g *1 Herbata 250ml

2914kcal;B:81g;T:90g; W:448g

Piątek 06.02.2026r

Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 400ml*7 Ser żółty z kminkiem 80g *7 Pomidor 100g Sałata zielona 20g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g *1 herbata 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400ml*7 Ser żółty z kminkiem 80g *7 Pomidor 100g Sałata zielona 20g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 200g *1 herbata 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400ml*7 Ser biały 80g*7 Pomidor 100g Sałata zielona 20g Margaryna Delma 10g Chleb pszenno-żytni 200g *1 herbata 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400ml*7 Ser żółty z kminkiem 80g *7 Pomidor 100g Sałata zielona 20g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 herbata b/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400ml*7 Ser żółty z kminkiem 80g *7 Pomidor 100g Sałata zielona 20g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 herbata 250 ml
II Śniadanie	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g
Obiad	Zupa pieczarkowa z zieleńką 400ml*9 Ryba 200g ze szpinakowym pieczakiem 400g	Zupa pieczarkowa z zieleńką 400ml*9 Ryba duszona 200g ze szpinakowym pieczakiem	Zupa pieczarkowa z zieleńką 400ml*9 Ryba duszona 200g ze szpinakowym pieczakiem	Zupa pieczarkowa z zieleńką 400ml*9 Ryba 200g ze szpinakowym pieczakiem 400g*4	Zupa pieczarkowa z zieleńką 400ml*9 Placki ziemniaczane 300g*3 Surówka z kiszonej kapusty

	Surówka z kiszonej kapusty 150g Kompot owocowy 250ml	400g Surówka z kiszonej kapusty 150g Kompot owocowy 250ml	400g Surówka z kiszonej kapusty 150g Kompot owocowy 250ml	Surówka z kiszonej kapusty 150g Kompot owocowy b/c 250ml	150g Kompot owocowy 250ml
Podwieczorek	Jogurt naturalny 200g*7	Jogurt naturalny 200g*7	Jogurt naturalny 200g*7	Jogurt naturalny 200g*7	Jogurt naturalny 200g*7
Kolacja	Paprykarz szczeciński 80g*1*6*10*4 ogórek kiszony 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 margaryna Delma 20g Herbata owocowa 250ml	Szynka drobiowa 80g *1*6*10 Serek topiony 20g*7 ogórek kiszony 100g Chleb pszenno-żytni 200g *1 margaryna Delma 20g Herbata owocowa 250ml	Szynka drobiowa 80g *1*6*10 serek topiony 10g*7 ogórek kiszony 100g Chleb pszenny200g*1 margaryna Delma 10g Herbata owocowa 250ml	Paprykarz szczeciński 80g *1*6*10*4 ogórek kiszony 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 margaryna Delma 20g Herbata owocowa b/c 250ml	Pasztet sojowy 80g *1*6*10*4 ogórek kiszony 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 margaryna Delma 20g Herbata owocowa 250ml
2904 kcal;B:80g;T:90g;W:447g					
Sobota 07.02.2026r.					
Śniadanie	Kakao 250ml*7 Ser żółty 80g*7 Dżem 20g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g *1 Pomidor 100g	Kakao 250ml*7 Ser mozzarella 80g Dżem 20g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 200g *1 Pomidor 100g	Kakao 250ml*7 Ser mozzarella 80g*7 Dżem 20g Margaryna Delma 10g Chleb pszenny 200g*1 Pomidor 100g	Kakao 250ml*7 Ser mozzarella 100g*7 Pomidor 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1	Kakao 250ml*7 Ser żółty 80g*7 Dżem 20g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Pomidor 100g
II Śniadanie	Kisiel owocowy 200g	Kisiel owocowy 200g	Kisiel owocowy 200g	Kisiel owocowy b/c 200g	Kisiel owocowy 200g
Obiad	Zupa ogórkowa z zieleńnią i śmietaną 400ml *7*9 Fasolka po bretońsku 200g *1*6*10 Ziemniaki 400g Syrop owocowy 250ml	Zupa ogórkowa z zieleńnią 400ml*9 Mięso gotowane z warzywami 200g Ziemniaki 400g Syrop owocowy 250ml	Zupa ogórkowa z zieleńnią 400ml*9 Mięso gotowane z warzywami 200g Ziemniaki 400g Syrop owocowy 250ml	Zupa ogórkowa z zieleńnią 400ml*9 Fasolka po bretońsku 200g *1*6*10 Ziemniaki 400g Herbata owocowa b/c 250ml	Zupa ogórkowa z zieleńnią i śmietaną 400ml*7*9 Fasolka z warzywami i sosem 200g Ziemniaki 400g Syrop owocowy 250ml
Podwieczorek	Gruszka 100g	Gruszka 100g	Gruszka 100g	Gruszka 100g	Gruszka 100g
Kolacja	Kiełbasa szynkowa 80g *1*6*10 Serek kanapkowy 10g*7	Kiełbasa szynkowa 80g *1*6*10 Serek kanapkowy 10g*7 Ogórek kiszony 100g	Kiełbasa szynkowa 80g *1*6*10 Serek kanapkowy 10g*7 Ogórek kiszony 100g	Kiełbasa szynkowa 80g *1*6*10 Serek kanapkowy 10g*7 Ogórek kiszony 100g	Serek grani 100g*7 Szczypiorek 10g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1

	Ogórek kiszony 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g Delma 20g Kawa zbożowa 250ml*1	Chleb pszenno-żytni 200g Delma 20g Kawa zbożowa 250ml*1	Chleb pszenny200g Delma 10g Kawa zbożowa 250ml*1	Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Delma 20g Kawa zbożowa b/c 250ml*1	Delma 20g Kawa zbożowa 250ml*1
2900kcal;B:88g;T:94g; W:449g					
Niedziela 08.02.2026r.					
Śniadanie	Kiełbasa mortadela 80g *1*6*10 Serek topiony ziołowy20g *7 Musztarda 10g*10 Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Herbata 250ml Mleko 400ml*7	Kiełbasa szynkowa 80g *1*6*10 Serek topiony ziołowy 20g *7 Musztarda 10g *10 Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 200g *1 Herbata 250ml Mleko 400ml*7	Kiełbasa szynkowa 80g *1*6*10 Serek topiony ziołowy 20g *7 Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 10g Chleb pszenny 200g*1 Herbata 250ml Mleko 400ml*7	Kiełbasa mortadela 80g *1*6*10 Serek topiony ziołowy 20g *7 Musztarda 10g *10 Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g *1 Herbata b/c 250ml Mleko 400ml*7	Pasztet jarski 80g *1*6*10 Serek topiony ziołowy 20g *7 Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Herbata 250ml Mleko 400ml*7
II Śniadanie	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt
Obiad	Rosół z makaronem i zieleń 400ml *1*9 Pierś z kurczaka w sosie jogurtowo-musztardowym z koperkiem 250g*7*10 Surówka z buraczków z cebulką 150g Syrop owocowy 250ml	Zupa grysikowa 400ml*1*9 Pierś z kurczaka w sosie jogurtowo-musztardowym z koperkiem 250g*7*10 Surówka z buraczków 150g Syrop owocowy 250ml	Zupa grysikowa 400ml*1*9 Pierś z kurczaka w sosie jogurtowo-musztardowym z koperkiem 250g*7*10 Surówka z buraczków 150g Syrop owocowy 250ml	Rosół z makaronem i zieleń 400ml *1*9 Pierś z kurczaka w sosie jogurtowo-musztardowym z koperkiem 250g*7*10 Surówka z buraczków z cebulką 150g Herbata owocowa b/c 250ml	Zupa grysikowa 400ml*1*9 Kotlety sojowe 200g*6 Surówka z buraczków z cebulką 150g Syrop owocowy 250ml
Podwieczorek	Herbatniki 50g*1	Herbatniki 50g*1	Herbatniki 50g*1	Pomarańcza 1 szt	Herbatniki 50g*1
Kolacja	Pasztet drobiowy 80g *1*6*10 Serek topiony 20g*7 Pomidor 100g cebula 30g Margaryna Delma 20g chleb pszenno-żytni 100g chleb żytni 100g*1 Herbata 250ml	Pasztet drobiowy 80g *1*6*10 Serek topiony 20g*7 Pomidor 100g cebula 30g Margaryna Delma 20g chleb pszenno-żytni 200g*1 Herbata 250ml	Pasztet drobiowy 80g *1*6*10 Serek topiony 20g*7 Pomidor 100g Margaryna Delma 10g chleb pszenny 200g*1 Herbata 250ml	Pasztet drobiowy 80g *1*6*10 Serek topiony 20g*7 Pomidor 100g cebula 30g Margaryna Delma 20g chleb pszenno-żytni 100g chleb żytni 100g*1 Herbata b/c 250ml	Serek kanapkowy 80g*7 Pomidor 100g cebula 30g Margaryna Delma 20g chleb pszenno-żytni 100g chleb żytni 100g*1 Herbata 250ml
2784kcal;B:88;T:81g;W:410g					

Poniedziałek 09.02.2026r.

Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 400ml*1*7 Jajko gotowane 2 szt*3 Kiełbasa sucha (kabanos) 20g*1*6*10 Papryka 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Margaryna Delma 20g Herbata 250ml	Kasza jaglana na mleku 400ml*1*7 Jajko gotowane 2 szt*3 Serek kanapkowy 20g*7 Pomidor 100g Chleb pszenno-żytni 200g *1 Margaryna Delma 20g Herbata 250ml	Kasza jaglana na mleku 400ml*1*7 Jajko gotowane 2 szt*3 serek kanapkowy 20g*7 Pomidor 100g Chleb pszenny 200g*1 Margaryna Delma 10g Herbata 250ml	Kasza jaglana na mleku 400ml*1*7 Jajko gotowane 2 szt*3 Kiełbasa sucha (kabanos) 20g *1*6*10 Papryka 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Margaryna Delma 20g Herbata b/c 250ml	Kasza jaglana na mleku 400ml*1*7 Jajko gotowane 2 szt*3 serek paprykowy 20g*7 Papryka 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni 100g*1 Margaryna Delma 20g Herbata 250ml
II Śniadanie	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g
Obiad	Zupa meksykańska 400ml *9 Pieczeń rzymska duszona z zieleciną 200g Ziemniaki 400g Sałatka szwedzka 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa 400ml*9 Pieczeń rzymska duszona z zieleciną 200g Ziemniaki 400g Ogórek kiszony 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa 400ml*9 Pieczeń rzymska duszona z zieleciną 200g Ziemniaki 400g Ogórek kiszony 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa meksykańska 400ml *9 Pieczeń rzymska duszona z zieleciną 200g Ziemniaki 400g Sałatka szwedzka 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa meksykańska 400ml*9 Ryż z warzywami 400g Ziemniaki 400g Sałatka szwedzka 150g Kompot owocowy 250ml
Podwieczorek	Kefir 200g*7	Kefir 200g*7	Kefir 200g*7	Kefir 200g*7	Kefir 200g*7
Kolacja	Sałatka owocowa z ryżem 400g Kawa zbożowa 250ml*1	Sałatka owocowa z ryżem 400g Kawa zbożowa 250ml*1	Sałatka owocowa z ryżem 400g Kawa zbożowa 250ml*1	Sałatka owocowa z ryżem 400g Kawa zbożowa b/c 250ml*1	Sałatka owocowa z ryżem 400g Kawa zbożowa 250ml*1
Średnia n. 2880 kcal; B:98g;T:92g;W:410g					

LEGENDA ALERGENÓW:

1. Gluten tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, także produkty pochodne
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne(arachidowe) i produkty pochodne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne, (łącznie z laktozą)
8. Orzechy tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan orzechy brazylijskie, pistacje/ orzechy pistacjowe, orzechy makadamia, a także produkty pochodne
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10mg/kg lub 10mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia
13. Łubin i produkty pochodne
14. Mięczaki i produkty pochodne

Przyprawy używane w ww posiłkach:

pieprz, pieprz ziółowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, tymianek, zióła prowansalskie, papryka słodka, sól niskosodowana, cukier wanilinowy, majeranek, czosnek granulowany, papryka ostra, curry, cząber, pietruszka suszona nać, mieszanka warzywna, przyprawa w płynie, cukier, lubczyk, ocet.