

JADŁOSPIS III DEKADA

20.02.2026r.- 01.03.2026r.

Piątek 20.02.2026r.

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta bezmięсна
Śniadanie	Zupa ryż na mleku 400ml*7 Jajko gotowane 2 szt*3 Szcypiorek 10g Sałata 30g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Zupa ryż na mleku 400ml*7 Jajko gotowane na miękko 2 szt*3 Szcypiorek 10g Sałata 30g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 200g*1 Herbata 250ml	Zupa ryż na mleku 400ml*7 Jajko gotowane na miękko 2 szt*3 Szcypiorek 10g Sałata 30g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 200g*1 Herbata 250ml	Zupa ryż na mleku 400ml*7 Jajko gotowane 2 szt*3 Szcypiorek 10g Sałata 30g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata b/c 250ml	Zupa ryż na mleku 400ml*7 Jajko gotowane 2 szt*3 Szcypiorek 10g Sałata 30g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml
II Śniadanie	Kisiel owocowy 200ml	Kisiel owocowy 200ml	Kisiel owocowy 200ml	Kisiel b/c owocowy 200ml	Kisiel owocowy 200ml
Obiad	Zupa brokułowa z warzywami 400ml*7*9 Spaghetti mięsno-warzywne 300g*1 Napój z syropu owocowego 250ml	Zupa brokułowa z warzywami 400ml*7*9 Spaghetti mięsno (drobiowe) - warzywne 300g*1 Napój z syropu owocowego 250ml	Zupa brokułowa z warzywami bez śmietany 400ml*9 Spaghetti mięsno(drobiowe)-warzywne 300g*1 Napój z syropu owocowego 250ml	Zupa brokułowa z warzywami 400ml*7*9 Spaghetti mięsno(drobiowe)-warzywne 300g*1 Herbata owocowa b/c 250ml	Zupa brokułowa z warzywami 400ml*7*9 Spaghetti warzywne 300g*1 Napój z syropu owocowego 250ml
Podwieczorek	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Kolacja	Kiełbasa piwna 80g*1*3*9 Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Szynka drobiowa 80g Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 200g*1 Herbata 250ml	Szynka drobiowa 80g Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 10g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g Herbata 250ml	Szynka drobiowa 80g Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata b/c 250ml	Ser żółty 80g*7 Ogórek kiszony 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml
2560 kcal; 27,7 kcal z tłuszczu, Błonnik 39,8g Skrobia 131,7g; Białko 106g Białko roślinne 30,11g					

Sobota 21.02.2026r.

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta bezmięсна
Śniadanie	Kakao 250ml*7 Szynka wieprzowa gotowana 70g Ser żółty 30g*7 Ogórek kanapkowy 100g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Kakao 250ml*7 Szynka wieprzowa gotowana 70g Ser mozzarella 30g*7 Ogórek kanapkowy 100g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Kakao 250ml*7 Szynka wieprzowa gotowana 70g Ser mozzarella 30g*7 Ogórek kanapkowy 100g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Kakao 250ml*7 Szynka wieprzowa gotowana 70g Ser mozzarella 30g*7 Ogórek kanapkowy 100g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata b/c 250ml	Kakao 250ml*7 Ser żółty 70g*7 Dżem 30g Ogórek świeży 100g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml
II Śniadanie	Kefir 200ml*7	Kefir 200ml*7	Kefir 200ml*7	Kefir 200ml*7	Kefir 200ml*7
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem i zieleciną 400g*7*9 Ryba smażona 120g*4 Ziemniaki 300g Surówka z kapusty kiszanej z zieleciną 150g Herbata owocowo-ziołowa 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem i zieleciną 400g*7*9 Ryba gotowana 120g*4 Ziemniaki 300g Surówka z kapusty kiszanej z zieleciną 150g Herbata owocowo-ziołowa 250ml	Zupa pomidorowa bez śmietany z ryżem i zieleciną 400g*7*9 Ryba gotowana 120g*4 Ziemniaki 300g Surówka z kapusty kiszanej z zieleciną 150g Herbata owocowo-ziołowa 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem i zieleciną 400g*7*9 Ryba smażona 120g*4 Ziemniaki 300g Surówka z kapusty kiszanej z zieleciną 150g Herbata owocowo-ziołowa 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem i zieleciną 400g*7*9 Kotlety z ciecierzycy 120g Ziemniaki 300g Surówka z kapusty kiszanej z zieleciną 150g Herbata owocowo-ziołowa 250ml
Podwieczorek	Biszkopty 50g*3*1	Biszkopty 50g*1*3	Biszkopty 50g*1*3	Wafle ryżowe 3 szt	Biszkopty 50g*1*3
Kolacja	Pasztet sojowy 80 g*6 Ser topiony 25g*7 Pomidor 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Pasztet sojowy 80 g*6 Ser topiony 25g*7 Pomidor 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Pasztet sojowy 80 g*6 Ser twarogowy chudy 25g*7 Pomidor 100g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Pasztet sojowy 80 g*6 Ser topiony 25g*7 Pomidor 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Pasztet sojowy 80 g*6 Ser topiony 25g*7 Pomidor 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml
2560 kcal; 27,7 kcal z tłuszczu, Błonnik 39,8g Skrobia 131,7g; Białko 106g Białko roślinne 30,11g					

Niedziela 22.02.2026r.

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta bezmięсна
Śniadanie	Twaróg z cebulką 150g*7 Papryka czerwona 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Twaróg ze szczypiorkiem 150g*7 Pomidor 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Twaróg ze szczypiorkiem 150g*7 Pomidor 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Twaróg ze szczypiorkiem 150g*7 Papryka czerwona 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Twaróg z cebulką 150g*7 Papryka czerwona 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml
II Śniadanie	Sok pomidorowy bez soli 200ml	Sok pomidorowy bez soli 200ml	Sok pomidorowy bez soli 200ml	Sok pomidorowy bez soli 200ml	Sok pomidorowy bez soli 200ml
Obiad	Rosół z makaronem i zielenina 400ml*1*9 Kurczak pieczony 150g Ziemniaki z ziołami 300g Surówka z buraczków z cebulką 150g Napój z syropu owocowego 250ml	Bulion warzywny z makaronem i zielenina 400ml*1*9 Duszony filec z kurczaka 150g Ziemniaki z ziołami 300g Surówka z buraczków 150g Napój z syropu owocowego 250ml	Bulion warzywny z makaronem i zielenina 400ml*1*9 Duszony filec z kurczaka 150g Ziemniaki z ziołami 300g Surówka z buraczków 150g Napój z syropu owocowego 250ml	Bulion warzywny z makaronem i zielenina 400ml*1*9 Kurczak pieczony 150g Ziemniaki z ziołami 300g Surówka z buraczków z cebulką 150g Herbata owocowa b/c 250ml	Bulion warzywny z makaronem i zieleniną 400ml*1*9 Kotleciki sojowe 150g*6 Ziemniaki z ziołami 300g Surówka z buraczków z cebulką 150g Napój z syropu owocowego 250ml
Podwieczorek	Jogurt naturalny 200ml*7	Jogurt naturalny 200ml*7	Jogurt naturalny 0% tłuszczu 200ml*7	Jogurt naturalny 200ml*7	Jogurt naturalny 200ml*7
Kolacja	Parówki 2 szt*6*1 Musztarda 10 g*10 ogórki kiszone 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Parówki drobiowe chude 2 szt*6*1 Ogórki kiszone 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g Herbata 250ml	Chuda szynka drobiowa 80g*6*1 Ogórki kiszone 100g Margaryna Delma 10g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Parówki drobiowe chude 2 szt*6 Ogórki kiszone 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata b/c 250ml	Paprykarz 30g*4 Ogórki kiszone 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml

Poniedziałek 23.02.2026r.

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta bezmięсна
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400ml*1*7 Pasta z jajek z chrzanem 120g*3 Ogórek 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml*1*7 Jajka na miękko 2 szt 83 Ogórek 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml*1*7 Jajka na miękko 2 szt*3 Ogórek 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml*187 Pasta z jajek z chrzanem 120g*3 Ogórek 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g Herbata b/c250ml	Płatki owsiane na mleku 400ml*187 Pasta z jajek z chrzanem 120g*3 Ogórek 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml
II Śniadanie	Herbatniki 50g*1	Herbatniki 50g*1	Herbatniki 50g*1	Banan 1 szt	Herbatniki 50g
Obiad	Zupa meksykańska 400ml*9 Wątroba duszona z cebulką i ogórkiem konserwowym 150g w sosie pomidorowym Ziemniaki 300g Surówka z marchewki , selera i jabłka 150g*9	Zupa jarzynowa 400ml*9 Wątroba duszona i ogórkiem konserwowym 150g w sosie pomidorowym Ziemniaki 300g Surówka z marchewki , selera i jabłka 150g*9	Zupa jarzynowa 400ml*9 Wątroba duszona z ogórkiem konserwowym 150g w sosie pomidorowym Ziemniaki 300g Surówka z marchewki , selera i jabłka 150g*9	Zupa meksykańska 400ml*9 Wątroba duszona z cebulką i ogórkiem konserwowym 150g w sosie pomidorowym Ziemniaki 300g Surówka z marchewki , selera i jabłka 150g*9	Zupa fasolowa 400ml*9 Placki ziemniaczane z dipem jogurtowo czosnkowym 300g Surówka z marchewki , selera i jabłka 150g*9
Podwieczorek	Gruszka 100g	Gruszka 100g	Gruszka 100g	Gruszka 100g	Gruszka 100g
Kolacja	Kiełbasa szynkowa 80g*10 Ser topiony 25g*7 papryka czerwona 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Kiełbasa szynkowa 80g*10 Ser mozzarella 25g*7 papryka czerwona 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Kiełbasa szynkowa 80g*10 Ser mozzarella 25g*7 papryka czerwona 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Kiełbasa szynkowa 80g*10 Ser mozzarella 25g papryka czerwona 100g Margaryna delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Ser mozzarella 80g*7 Ogórek świeży 30g papryka czerwona 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml
2700kcal; 32 kcal z tłuszczu, Błonnik 39,8g Skrobia 101,7g; Białko 106g Białko roślinne 20,11g					
Wtorek 24.02.2026r.					

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta bezmięсна
Śniadanie	Zupa płatki kukurydżiane na mleku 400ml Paszтет z kurczaka 100 g*1*7*3 Ogórek konserwowy 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Zupa płatki kukurydżiane na mleku 400ml Paszтет z kurczaka 100 g*1*7*3 Ogórek konserwowy 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Zupa płatki kukurydżiane na mleku 400ml Paszтет z kurczaka 100 g*1*3*7 Ogórek konserwowy 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Zupa płatki kukurydżiane na mleku 400ml Paszтет z kurczaka 100 g*1*7*3 Ogórek konserwowy 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Zupa płatki kukurydżiane na mleku 400ml Paszтет sojowy 100 g*6 Ogórek konserwowy 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml
II Śniadanie	Pomarańcza 130g	Pomarańcza 130g	Pomarańcza 130g	Pomarańcza 130g	Pomarańcza 130g
Obiad	Zupa gulaszowa 400ml*9 Makaron z twarogiem, szpinakiem i czosnkiem*1 Surówka z brokuła i papryki 150g	Zupa gulaszowa 400ml*9 Makaron z twarogiem, szpinakiem i czosnkiem*1 Surówka z brokuła i papryki 150g	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml*9 Makaron z twarogiem, szpinakiem i czosnkiem 350g*1 Surówka z brokuła i papryki 150g	Zupa gulaszowa 400ml*9 Makaron z twarogiem, szpinakiem i czosnkiem 350g*1 Surówka z brokuła i papryki 150g	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml*9 Makaron z twarogiem, szpinakiem i czosnkiem 350g*1 Surówka z brokuła i papryki 150g
Podwieczorek	Marchewka starta surowa 100g	Marchewka starta surowa 100g	Marchewka starta surowa 100g	Marchewka starta surowa 100g	Marchewka starta surowa 100g
Kolacja	Kiełbasa biała parzona 100g*10 Musztarda 20g*10 Ogórek kiszony 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Szynka drobiowa 100g*10 Ogórek kiszony 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Szynka drobiowa 100g*10 Ogórek kiszony 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Kiełbasa biała parzona 100g*10 Musztarda 20g*10 Ogórek kiszony 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata b/c250ml	Serek topiony 70g*7 Dżem 30g Papryka 100g Chleb pszenno-żytni 100g Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml
2650kcal; 40kcal z tłuszczu, Błonnik 29,8g Skrobia 80,7g; Białko 112g Białko roślinne 20,11g					
Środa 25.02.2026r.					

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta bezmięсна
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400ml*1*7 baleron gotowany 80g*1*6 Serek topiony 25g Pomidor 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml*1*7 Baleron gotowany 80g Pomidor 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml*1*7 Jajka na miękko 2 szt.*3 Pomidor 100g Margaryna Delma 10g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml*1*7 Jajka 2 szt*3 Serek topiony 25g*7 Pomidor 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Kasza manna na mleku 400ml*1*7 Jajko 2 szt*3 Serek topiony 25g*7 Pomidor 100g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml
II Śniadanie	Galaretką owocową 200g	Galaretką owocową 200g	Galaretką owocową 200g	Kefir 200g*7	Galaretką owocową 200g
Obiad	Zupa ogórkowa z zieleciną i śmietaną 400ml*7*9 Gołąbki z mięsem i ryżem w sosie pomidorowym 300g*3 Herbata ziołowa parzona 250ml	Zupa ogórkowa z zieleciną 400ml*9 Gołąbki z mięsem drobiowym i ryżem w sosie pomidorowym 300g*3 Herbata ziołowa parzona 250ml	Zupa ogórkowa z zieleciną 400ml*9 Gołąbki z mięsem drobiowym i ryżem w sosie pomidorowym 300g*3 Herbata ziołowa parzona 250ml	Zupa ogórkowa z zieleciną i śmietaną 400ml*7*9 Gołąbki z mięsem i ryżem w sosie pomidorowym 300g*3 Herbata ziołowa parzona 250ml	Zupa ogórkowa z zieleciną i śmietaną 400ml*7*9 Pulpety ryżowe w sosie pomidorowym 300g*1*3 Herbata ziołowa parzona 250ml
Podwieczorek	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Kolacja	Salatka jarzynowa 200g*3*9 Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Salatka jarzynowa 200g*3*9 Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Salatka jarzynowa 200g*3*9 Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Salatka jarzynowa 200g*3*9 Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g Herbata b/c 250ml	Salatka jarzynowa 200g*3*9 Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml

Czwartek 26.02.2026r.

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta bezmięсна
Śniadanie	Zupa kaszka jaglana na mleku 400ml*1*7 Sałatka z rzodkiewką i jajkiem 150g*3 margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Zupa kaszka jaglana na mleku 400ml*1*7 Sałatka z rzodkiewką i jajkiem 150g*3 margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Zupa kaszka jaglana na mleku 400ml*1*7 Sałatka z rzodkiewką i jajkiem 150g*3 margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Zupa kaszka jaglana na mleku 400ml*1*7 Sałatka z rzodkiewką i jajkiem 150g*3 margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Zupa kaszka jaglana na mleku 400ml*1*7 Sałatka z rzodkiewką i jajkiem 150g*3 margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml
II Śniadanie	Jogurt naturalny 200g*7	Jogurt naturalny 200g*7	Jogurt naturalny 200g*7	Jogurt naturalny 200g*7	Jogurt naturalny 200g*7
Obiad	Zupa koperkowa 400ml*7*9 Pieczeń rzymska duszona z zielenią 120g*1 Kasza gryczana 300g Surówka z kapusty kiszonej z kukurydzą i zieleniną 150g	Zupa koperkowa 400ml*9 Schab duszony w sosie własnym z zielenią 120g Kasza gryczana 300g Surówka z kapusty kiszonej z kukurydzą i zieleniną 150g	Zupa koperkowa 400ml*9 Schab gotowany z zielenią 120g Kasza gryczana 300g Surówka z kapusty kiszonej z kukurydzą i zieleniną 150g	Zupa koperkowa 400ml*9 Schab duszony w sosie własnym z zielenią 120g Kasza gryczana 300g Surówka z kapusty kiszonej z kukurydzą i zieleniną 150g	Zupa koperkowa 400ml*9 Pieczeń rzymska duszona z zielenią 120g*1 Kasza gryczana 300g Surówka z kapusty kiszonej z kukurydzą i zieleniną 150g
Podwieczorek	Bieszczadzkie suchary50g Dżem 20g*1	Bieszczadzkie suchary50g Dżem 20g*1	Bieszczadzkie suchary50g *1 Dżem 20g	Serek wiejski 200g *7	Bieszczadzkie suchary50g*1 Dżem 20g
Kolacja	Sałatka owocowa z dodatkiem ryżu, z sosem jogurtowym 300g*7 Kawa zbożowa 250ml*1	Sałatka owocowa z dodatkiem ryżu, z sosem jogurtowym 300g*7 Kawa zbożowa 250ml*1	Sałatka owocowa z dodatkiem ryżu, z sosem jogurtowym 300g*7 Kawa zbożowa 250ml*1	Sałatka owocowa z dodatkiem ryżu, z sosem jogurtowym 300g*7 Kawa zbożowa 250ml*1	Sałatka owocowa z dodatkiem ryżu, z sosem jogurtowym 300g*7 Kawa zbożowa 250ml*1

2650kcal; 32 kcal z tłuszczu, Błonnik 39,8g Skrobia 101,7g; Białko 106g Białko roślinne 20,11g

Piątek 27.02.2026r.

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta bezmięсна
Śniadanie	Zupa płatki ryżowe na mleku 400ml*7 Meksykańska pasta z fasoli (czerwona fasola z puszki, cebula, czosnek, oliwa, przyprawy) 100g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Zupa płatki ryżowe na mleku 400ml*7 Paszтет drobiowy 100g*1*6 Sałata zielona 20g Pomidor 50g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Zupa płatki ryżowe na mleku 400ml*7 Paszтет drobiowy 100g*1*6 Sałata zielona 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Zupa płatki ryżowe na mleku 400ml*7 Meksykańska pasta z fasoli (czerwona fasola z puszki, cebula, czosnek, oliwa, przyprawy) 100g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Zupa płatki ryżowe na mleku 400ml*7 Meksykańska pasta z fasoli (czerwona fasola z puszki, cebula, czosnek, oliwa, przyprawy) 100g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml
II Śniadanie	Kisiel z owocami 250ml	Kisiel z owocami 250ml	Kisiel z owocami 250ml	Kisiel z owocami b/c 250ml	Kisiel z owocami 250ml
Obiad	Zupa barszcz czerwony z warzywami i zieleniną 400ml*7*9 Ryba pieczona ze szpinakowym pęczakiem 400g*1*4 Surówka z pora 150g Napój z syropu owocowego 250ml	Zupa barszcz czerwony z warzywami i zieleniną 400ml*7*9 Ryba gotowana ze szpinakowym pęczakiem 400g*1*4 Surówka z pomidora 150g Napój z syropu owocowego 250ml	Zupa barszcz czerwony z warzywami i zieleniną 400ml*7*9 Ryba gotowana ze szpinakowym pęczakiem 400g*1*4 Surówka z pomidora 150g Napój z syropu owocowego 250ml	Zupa barszcz czerwony z warzywami i zieleniną 400ml*7*9 Ryba pieczona ze szpinakowym pęczakiem 400g*1*4 Surówka z pora 150g Herbata owocowa b/c 250ml	Zupa barszcz czerwony z warzywami i zieleniną 400ml*7*9 Kasza pęczak z warzywami (papryka, cukinia, cebula, marchewka) 400g*1 Napój z syropu owocowego 250ml
Podwieczorek	Surówka z marchewki z jabłkiem 200g	Surówka z marchewki z jabłkiem 200g	Surówka z marchewki z jabłkiem 200g	Surówka z marchewki z jabłkiem 200g	Surówka z marchewki z jabłkiem 200g
Kolacja	Nocna owsianka z jabłkiem, cynamonem 300g*1*7 Kawa zbożowa 250ml*1	Nocna owsianka z jabłkiem, cynamonem 300g*1*7 Kawa zbożowa 250ml*1	Nocna owsianka z jabłkiem, cynamonem 300g*1*7 Kawa zbożowa 250ml*1	Nocna owsianka z jabłkiem, cynamonem 300g*1*7 Kawa zbożowa 250ml*1	Nocna owsianka z jabłkiem, cynamonem 300g*1*7 Kawa zbożowa 250ml*1
Sobota 28.02.2026r.					

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta bezmięсна
Śniadanie	Kakao 250ml*1 pasta z makreli 100g*4 Ogórek kwaszony 100g margaryna Delma20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1	Kakao 250ml*1 pasta z makreli 100g*4 Ogórek kwaszony 100g margaryna Delma20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1	Kakao 250ml*1 pasta z makreli 100g*4 Ogórek kwaszony 100g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1	Kakao 250ml*1 pasta z makreli 100g*4 Ogórek kwaszony 100g margaryna 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1	Kakao 250ml*1 Ser żółty 80g*7 Ogórek kwaszony 100g margaryna 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1
II Śniadanie	Jogurt naturalny 200g*7	Jogurt naturalny 200g*7	Jogurt naturalny 0% tłuszczu 200g*7	Jogurt naturalny 200g*7	Jogurt naturalny 200g*7
Obiad	Zupa grochowa 400g*9 Jajka w sosie chrzanowym jaglaną 200g*3*7 Pieczone warzywa z dipem czosnkowo-jogurtowym 150g*7	Zupa jarzynowa 400g*9 Kotlety drobiowe z kaszą jaglaną 200g*1*3 Pieczone warzywa z dipem czosnkowo-jogurtowym*7 150g	Zupa jarzynowa 400g*9 Klopsiki drobiowe z kaszą jaglaną 200g*3*1 Pieczone warzywa z dipem czosnkowo-jogurtowym*7 150g	Zupa grochowa 400g*9 Kotlety jajeczne z kaszą jaglaną 200g*1*3 Pieczone warzywa z dipem czosnkowo-jogurtowym*7 150g	Zupa grochowa 400g*9 Kotlety jajeczne z kaszą jaglaną 200g*4*1 Pieczone warzywa z dipem czosnkowo-jogurtowym*7 150g
Podwieczorek	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g
Kolacja	Bułka razowa z szarpaną wieprzowiną i warzywami 250g*1*7 Herbata 250ml	Bułka razowa z szarpaną wieprzowiną i warzywami 250g*1*7 Herbata 250ml	Bułka razowa z mięsem drobiowym i warzywami 250g*1*7 Herbata 250ml	Bułka razowa z szarpaną wieprzowiną i warzywami 250g*7*1 Herbata 250ml	Bułka razowa z twarogiem i warzywami 250g*1*7 Herbata 250ml
2622kcal; 30 kcal z tłuszczu, Błonnik 39,8g Skrobia 101,7g; Białko 96g Białko roślinne 10,11g					

Niedziela 01.03.2026r.

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta bezmięсна
Śniadanie	Salceson 80g*10 Ser topiony 25g*7 Pomidor 100g Rukola 20g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Salceson 80g*10 Ser topiony 25g*7 Pomidor 100g Rukola 20g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Szynka drobiowa 80g*10 Ser mozzarella 25g*7 Pomidor 100g Rukola 20g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml	Baleron gotowany 80g*10 Ser topiony 25g*7 Pomidor 100g Rukola 20g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata b/c 250ml	Humus z ciecierzycy 80g Pomidor 100g Rukola 20g Margaryna Delma 20g Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata 250ml
II Śniadanie	Deser bananowy z twarogiem 200g*7	Deser bananowy z twarogiem 200g*7	Deser bananowy z twarogiem 200g*7	Deser bananowy z twarogiem 200g*7	Deser bananowy z twarogiem 200g*7
Obiad	Wzmacniająca zupa ze szpinakiem i czosnkiem 400ml*9 Pieczone kotlety mielone mięsne 150g*1*3 Surówka z buraczków z cebulką 150g	Wzmacniająca zupa szpinakowa 400ml*9 Pulpety z mięsa w sosie pieczarkowym mięsne 150g*1*3 Surówka z buraczków 150g	Wzmacniająca zupa szpinakowa 400ml*9 Pulpety warzywne z kaszą 150g*3*1 Surówka z buraczków 150g	Wzmacniająca zupa ze szpinakiem i czosnkiem 400ml*9 Pieczone kotlety mielone mięsne 150g*1*3 Surówka z buraczków z cebulką 150g	Wzmacniająca zupa ze szpinakiem i czosnkiem 400ml*9 Pieczone kotlety ziemniaczane z sosem pieczarkowym 150g*3*1 Surówka z buraczków z cebulką 150g
Podwieczorek	Kisiel z owocami 200g	Kisiel z owocami 200g	Kisiel z owocami 200g	Kisiel z owocami b/c 200g	Kisiel z owocami 200g
Kolacja	Pasta z jaj i ze szczypiorkiem i rzodkiewką 200g*3 Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata czarna 250ml	Jajecznica z jaj 2 szt, ze szczypiorkiem i rzodkiewką 200g*3 Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata czarna 250ml	Jajka na miękko 2 szt i ze szczypiorkiem i rzodkiewką 200g*3 Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata czarna 250ml	Pasta z jaj i ze szczypiorkiem i rzodkiewką 200g*3 Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata czarna 250ml	Pasta z jaj i ze szczypiorkiem i rzodkiewką 200g*3 Chleb pszenno-żytni 100g*1 Chleb żytni ziarnisty 100g*1 Herbata czarna 250ml
2650kcal; 32 kcal z tłuszczu, Błonnik 29,8g Skrobia 99,7g; Białko 100g Białko roślinne 20,11g					

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 ziołowy, ziele angielskie, liść lauowy, majeranek, oregano, bazylia, tymianek, zioła 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.