

Menu dekadowe 2026-06-01 - 2026-06-07 Dieta: Podstawowa D01

Danie	2026-06-01 Poniedziałek	2026-06-02 Wtorek	2026-06-03 Środa	2026-06-04 Czwartek	2026-06-05 Piątek	2026-06-06 Sobota	2026-06-07 Niedziela
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku *1, *7, 400.g Szynka drobiowa 30 *1, *6, *7, *9, *10, 30.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, *6, *8, *9, *10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 *7, *9, *10, 15.g Herbata 250.g Ogórek kiszony 50 50.g	Kasza manna na mleku *1, *7, 400.g Jajko gotowane 1 szt *3, 50.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, *6, *8, *9, *10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 *7, *9, *10, 15.g Herbata 250.g Pomidor 50 50.g	Płatki owsiane na mleku *1, *7, 400.g Połędwica miodowa 30 *1, *6, *7, *9, *10, 30.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, *6, *8, *9, *10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 *7, *9, *10, 15.g Herbata 250.g Jabłko 1 szt 150.g	Ryż na mleku *7, 400.g Połędwica sopočka 30 *1, *6, *7, *9, *10, 30.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, *6, *8, *9, *10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 *7, *9, *10, 15.g Herbata 250.g Pomarańcza 1 szt 200.g	Płatki owsiane na mleku *1, *7, 400.g Jajko gotowane 1 szt *3, 50.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, *6, *8, *9, *10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 *7, *9, *10, 15.g Herbata 250.g Pomidor 50 50.g	Ryż na mleku *7, 400.g Połędwica miodowa 30 *1, *6, *7, *9, *10, 30.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, *6, *8, *9, *10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 *7, *9, *10, 15.g Herbata 250.g Sałata lodowa z sosem vinegret 80.g	Połędwica sopočka 40 *1, *6, *7, *9, *10, 40.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, *6, *8, *9, *10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 *7, *9, *10, 15.g Herbata 250.g Jogurt naturalny 1szt *7, 150.g Pomarańcza 1 szt 200.g
Obiad	Krupnik z kaszy jęczmiennej dp /z *1, *5, *6, *7, *8, *9, *10, *11, *12, *13, 300.g Schab nadz. mięsem i jabłkiem +1, *5, *6, *8, *9, *10, *11, *12, *13, 100.g Ziemniaki gotowane 250.g Buraczki z cebulką 100.g Kalafior gotowany na parze 100.g Herbata 250.g	Zupa jarzynowa DP dp/z *1, *7, *9, 400.g Pierś z kurczaka pieczona +1, *3, *6, *7, *9, *10, 90.g Ziemniaki gotowane 250.g Marchew z jabłkiem 100.g Brokuły got. na parze 100.g Herbata 250.g	Krupnik ryżowy dp /z +1, *5, *6, *8, *9, *10, *11, *12, *13, 300.g Pierś z indyka pieczona +1, *5, *6, *7, *8, *9, *10, *11, *12, *13, 90.g Ziemniaki gotowane 250.g Buraczki z cebulką 100.g Fasolka gotowana na parze 100.g Herbata 250.g	Kapuśniak z białej kap. DP/z +1, *5, *6, *8, *9, *10, *11, *12, *13, 400.g Gulasz z szynki w jarzynach dp *1, *5, *6, *7, *8, *9, *10, *11, *12, *13, 230.g Kasza pęczak na sypko *1, *5, *6, *7, *8, *9, *10, *11, *12, *13, 200.g Sałatka z ogórka kiszonego +12, 100.g Herbata 250.g	Marchwianka z *9, *12, 400.g Mintaj po grecku dp z *1, *3, *4, *5, *6, *7, *8, *9, *10, *11, *12, *13, 100.g Ziemniaki gotowane 250.g Fasolka gotowana na parze 100.g Herbata 250.g	Zupa koperkowa DP/z *7, *9, 400.g Schab duszony +1, *5, *6, *7, *8, *9, *10, *11, *12, *13, 90.g Ziemniaki gotowane 250.g Marchew z chrzanem 100.g Kalafior gotowany na parze 100.g Herbata 250.g	Pomidorowa z makaronem DP/z *1, *5, *6, *7, *8, *9, *10, *11, *12, *13, 400.g Udka duszone +1, *5, *6, *8, *9, *10, *11, *12, *13, 150.g Ziemniaki gotowane 250.g Buraczki z jabłkiem 100.g Brokuły got. na parze 100.g Herbata 250.g
Kolacja	Połędwica sopočka 30 *1, *6, *7, *9, *10, 30.g Dżem truskawkowy 30 30.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, *6, *8, *9, *10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 *7, *9, *10, 15.g Kawa zbożowa na mleku	Pasta rybna 150 *4, 150.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, *6, *8, *9, *10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 *7, *9, *10, 15.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g	Ser żółty 40 *7, 40.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, *6, *8, *9, *10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 *7, *9, *10, 15.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g	Szynka drobiowa 40 *1, *6, *7, *9, *10, 40.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, *6, *8, *9, *10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 *7, *9, *10, 15.g Kawa zbożowa na mleku	Twaróg ze szczypiorkiem i jogurtem nat. 100 *7, 100.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, *6, *8, *9, *10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 *7, *9, *10, 15.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g	Ser żółty 40 *7, 40.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, *6, *8, *9, *10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 *7, *9, *10, 15.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g	Szynka drobiowa 40 *1, *6, *7, *9, *10, 40.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, *6, *8, *9, *10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 *7, *9, *10, 15.g Kawa zbożowa na mleku

	b/c *1, *7, 250.g Jabłko 1 szt 150.g	mleku b/c *1, *7, 250.g Sałata lodowa z sosem vinegret 50 50.g	Papryka czerwona 50 50.g	b/c *1, *7, 250.g Ogórek św. 50 50.g	Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Rzodkiewka tarta 30 30.g	250.g Papryka czerwona 50 50.g	b/c *1, *7, 250.g Ogórek św. 50 50.g
II Kolacja	Sok pomidorowy 300ml 300.g	Banan 200.g	Jogurt naturalny 1szt *7, 150.g	Sok pomidorowy 300ml 300.g	Banan 200.g	Kefir 1/2 szt *7, 200.g	Banan 200.g

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami przekazanymi przez producentów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 4. ryby; 5. orzeszki ziemne; 6. soja 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin Legendą (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen

Wartość odżywcza	kcal	białko	Węglowodany ogółem	W tym cukry	Tłuszcz	W tym nasycone kwasy tłuszczowe	błonnik	sól
średnio	2192,87	104,44	333,21	27,81	56,56	3,01	33,33	0,87

Menu dekadowe 2026-06-01 - 2026-06-07 Dieta: Łatwostrawna D02

Danie	2026-06-01 Poniedziałek	2026-06-02 Wtorek	2026-06-03 Środa	2026-06-04 Czwartek	2026-06-05 Piątek	2026-06-06 Sobota	2026-06-07 Niedziela
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku *1, *7, 400.g Szynka drobiowa 30 *1, *6, *7, *9, *10, 30.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Herbata 250.g Ogórek kiszony bez skórki 50 50.g	Kasza manna na mleku *1, *7, 400.g Jajko gotowane 1 szt *3, 50.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Herbata 250.g Pomidor 50 50.g	Płatki owsiane na mleku *1, *7, 400.g Połędwica miodowa 30 *1, *6, *7, *9, *10, 30.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Herbata 250.g Jabłko 1 szt 150.g	Ryż na mleku *7, 400.g Połędwica sopočka 30 *1, *6, *7, *9, *10, 30.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Herbata 250.g Pomarańcza 1 szt 200.g	Płatki owsiane na mleku *1, *7, 400.g Jajko gotowane 1 szt *3, 50.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Herbata 250.g Pomidor 50 50.g	Ryż na mleku *7, 400.g Połędwica miodowa 30 *1, *6, *7, *9, *10, 30.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Herbata 250.g Sałata lodowa z sosem vinegret 80.g	Połędwica sopočka 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Herbata 250.g Pomarańcza 1 szt 200.g
Obiad	Krupnik z kaszy jęczmiennej d/z *1, +5, +6, *7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 300.g Schab nadz. warzywami *1, *3, +5, +6, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 100.g Ziemniaki gotowane 250.g Buraczki z jabłkiem 100.g Kalafior gotowany na parze	Zupa jarzynowa DP d/z *7, *9, 400.g Pierś z kurczaka gotowana 90.g Ziemniaki gotowane 250.g Marchew z jabłkiem 100.g Brokuły got. na parze	Krupnik ryżowy d/z +1, +5, +6, +7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 300.g Pulpet z indyka *1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 90.g Ziemniaki gotowane 250.g	Manna na wywarze z jarzyn z *1, +5, +6, +7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 400.g Gulasz z szynki d *1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 150.g Ziemniaki gotowane 250.g Buraczki puree 100.g	Barszcz czerwony DP/z/d +1, +5, +6, +8, *9, +10, +11, +13, 400.g Mintaj po grecku d z *1, *3, *4, +5, +6, +7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 100.g Ziemniaki gotowane 250.g	Zupa koperkowa DP/z *7, *9, 400.g Schab gotowany +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 90.g Ziemniaki gotowane 250.g Marchew tarta 100.g Kalafior gotowany	Pomidorowa z makaronem DP/z *1, +5, +6, *7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 400.g Udko gotowane +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 100.g Ziemniaki gotowane 250.g Buraczki z jabłkiem 100.g

	100.g Herbata 250.g	100.g Herbata 250.g	Buraczki z jabłkiem 100.g Fasolka gotowana na parze 100.g Herbata 250.g	Brokuły got. na parze 100.g Herbata 250.g	Fasolka gotowana na parze 100.g Herbata 250.g	na parze 100.g Herbata 250.g	Brokuły got. na parze 100.g Herbata 250.g
Kolacja	Polędwica sopocka 30 *1, *6, *7, *9, *10, 30.g Dżem truskawkowy 30 30.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Jabłko 1 szt 150.g	Ryba w galarecie +1, *4, +5, +6, +8, *9, +10, +12, +13, 200.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Sałata lodowa z sosem vinegret 50 50.g	Szynka dębicka 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Ogórek kiszony bez skórki 50 50.g	Szynka drobiowa 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Sałata lodowa z sosem vinegret 80.g	Twaróg z jogurtem nat. 100 *7, 100.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Ogórek kiszony bez skórki 50 50.g	Szynka dębicka 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa *7, 50.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Mus owocowy 200.g	Szynka drobiowa 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Pomidor 50 50.g
II Kolacja	Sok pomidorowy 300ml 300.g	Banan 200.g	Jogurt naturalny 1szt *7, 150.g	Sok pomidorowy 300ml 300.g	Banan 200.g	Kefir 1/2 szt *7, 200.g	Banan 200.g

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami przekazanymi przez producentów: 1. gluten;2. skorupiaki; 3. jaja;4.rozby; 5 orzeszki ziemne; 6. soja 7. mleko; 8.orzechy; 9.seler 10.gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin Legenda (*)produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen

Wartość odżywcza	kcal	białko	Węglowodany ogółem	W tym cukry	Tłuszcz	W tym nasycone kwasy tłuszczowe	błonnik	sól
średnio	2367,07	105,87	394,05	34,17	47,72	2,78	31,02	0,76

Menu dekadowe 2026-06-01 - 2026-06-07 Dieta: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05

Danie	2026-06-01 Poniedziałek	2026-06-02 Wtorek	2026-06-03 Środa	2026-06-04 Czwartek	2026-06-05 Piątek	2026-06-06 Sobota	2026-06-07 Niedziela
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku *1, *7, 400.g Szynka drobiowa 30 *1, *6, *7, *9, *10, 30.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 10	Kasza manna na mleku *1, *7, 400.g Krakowska 30 *1, *6, *7, *9, *10, 30.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g	Płatki owsiane na mleku *1, *7, 400.g Polędwica miodowa 30 *1, *6, *7, *9, *10, 30.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g	Ryż na mleku *7, 400.g Polędwica sopocka 30 *1, *6, *7, *9, *10, 30.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa	Płatki owsiane na mleku *1, *7, 400.g Pasta z białek *3, +7, 70.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa	Ryż na mleku *7, 400.g Polędwica miodowa 30 *1, *6, *7, *9, *10, 30.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g	Polędwica sopocka 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do

	+7, 10.g Herbata 250.g Pomarańcza 1 szt 200.g	Margaryna do pieczywa 10 +7, 10.g Herbata 250.g Pomidor bez skórki 50 50.g	Margaryna do pieczywa 10 +7, 10.g Herbata 250.g Jabłko gotowane 1 szt 150.g	10 +7, 10.g Herbata 250.g Pomarańcza 1 szt 200.g	10 +7, 10.g Herbata 250.g Jabłko gotowane 1 szt 150.g	*7, 50.g Margaryna do pieczywa 10 +7, 10.g Herbata 250.g Sałata lodowa 80 80.g	pieczywa 10 +7, 10.g Herbata 250.g Pomarańcza 1 szt 200.g
II Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Biszkopty *1, *3, 30.g	Jabłko gotowane 1 szt 150.g	Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Biszkopty *1, *3, 30.g	Jabłko gotowane 1 szt 150.g	Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Biszkopty *1, *3, 30.g	Jabłko gotowane 1 szt 150.g	Sok Kubuś 150ml 150.g
Obiad	Krupnik z kaszy jęczmiennej d /z *1, +5, +6, *7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 300.g Schab nadz. warzywami *1, *3, +5, +6, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 100.g Ziemniaki gotowane 250.g Buraczki puree 100.g Kalafior gotowany na parze 100.g Herbata 250.g	Marchwianka z *9, +12, 400.g Pierś z kurczaka gotowana 90.g Ziemniaki gotowane 250.g Marchew gotowana d *1, 100.g Brokuły got. na parze 100.g Herbata 250.g	Krupnik ryżowy d /z +1, +5, +6, +7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 300.g Pulpet z indyka *1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 90.g Ziemniaki gotowane 250.g Buraczki puree 100.g Fasolka gotowana na parze 100.g Herbata 250.g	Manna na wywarze z jarzyn z *1, +5, +6, +7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 400.g Gulasz z szynki d *1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 150.g Ziemniaki gotowane 250.g Marchew gotowana d *1, 100.g Brokuły got. na parze 100.g Herbata 250.g	Marchwianka z *9, +12, 400.g Mintaj po grecku d z *1, *3, *4, +5, +6, +7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 100.g Ziemniaki gotowane 250.g Fasolka gotowana na parze 100.g Herbata 250.g	Zupa koperkowa DP/z *7, *9, 400.g Schab gotowany +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 90.g Ziemniaki gotowane 250.g Marchew gotowana d *1, 100.g Kalafior gotowany na parze 100.g Herbata 250.g	Marchwianka z *9, +12, 400.g Udko gotowane +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 100.g Ziemniaki gotowane 250.g Buraczki puree 100.g Brokuły got. na parze 100.g Herbata 250.g
Kolacja	Poładwica sopocka 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 10 +7, 10.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Jabłko gotowane 1 szt 150.g	Ryba w galarecie +1, *4, +5, +6, +8, *9, +10, +12, +13, 200.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 10 +7, 10.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Sałata lodowa 50 50.g	Szynka dębicka 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 10 +7, 10.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Ogórek kiszony bez skórki 50 50.g	Szynka drobiowa 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 10 +7, 10.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Sałata lodowa 80 80.g	Twaróg z jogurtem nat. 100 *7, 100.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 10 +7, 10.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Ogórek kiszony bez skórki 50 50.g	Szynka dębicka 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 10 +7, 10.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Mus owocowy 200.g	Szynka drobiowa 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7, 50.g Margaryna do pieczywa 10 +7, 10.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Pomidor bez skórki 50 50.g
II Kolacja	Kisiel truskawkowy +1, +7, 200.g	Budyń waniliowy +1, +3, *7, 200.g	Galaretka truskawkowa +1, +6, +7, 200.g	Budyń waniliowy +1, +3, *7, 200.g	Kisiel truskawkowy +1, +7, 200.g	Budyń waniliowy +1, +3, *7, 200.g	Galaretka truskawkowa +1, +6, +7, 200.g

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami przekazanymi przez producentów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 4. ryby; 5. orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin. Legenda (*): produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen

Wartość odżywcza średnio	kcal	białko	Węglowodany ogółem	W tym cukry	Tłuszcz	W tym nasycone kwasy tłuszczowe	błonnik	sól
	2364,74	109,09	398,30	30,61	43,92	1,94	30,29	0,33

Menu dekadowe 2026-06-01 - 2026-06-07 Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglow. D03

Danie	2026-06-01 Poniedziałek	2026-06-02 Wtorek	2026-06-03 Środa	2026-06-04 Czwartek	2026-06-05 Piątek	2026-06-06 Sobota	2026-06-07 Niedziela
Śniadanie	Szynka drobiowa 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 100 *1, 100.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, +6, +8, +9, +10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Herbata b/c 250.g Ogórek kiszony 50 50.g	Jajko gotowane 1 szt *3, 50.g Chleb pszenno-żytni 100 *1, 100.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, +6, +8, +9, +10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Herbata b/c 250.g Pomidor 50 50.g	Południca miodowa 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 100 *1, 100.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, +6, +8, +9, +10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Herbata b/c 250.g Jabłko 1 szt 150.g	Południca sopocka 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 100 *1, 100.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, +6, +8, +9, +10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Herbata b/c 250.g Pomarańcza 1 szt 200.g	Jajko na miękko 1 szt *3, 50.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, +6, +8, +9, +10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Herbata b/c 250.g Pomidor 50 50.g	Południca miodowa 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 100 *1, 100.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, +6, +8, +9, +10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Herbata b/c 250.g Jabłko 1 szt 150.g	Południca sopocka 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 100 *1, 100.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, +6, +8, +9, +10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Herbata b/c 250.g Pomarańcza 1 szt 200.g
II Śniadanie	Surówka z białej kapusty +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 100.g	Surówka z czerwonej kapusty parzona +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 100.g	Surówka z selera *9, 100.g	Salata lodowa z sosem vinegret 80.g	Surówka z białej kapusty +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 100.g	Salata lodowa z sosem vinegret 80.g	Sok pomidorowy 150ml 150.g
Obiad	Zupa z pory z +1, +5, +6, +7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 400.g Schab nadz. warzywami *1, *3, +5, +6, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 100.g Ziemniaki gotowane 250.g Buraczki z jabłkiem 100.g Kalafior gotowany na parze 100.g Kompot z jabłek b/c 250.g	Zupa jarzynowa DP d/z *7, *9, 400.g Pierś z kurczaka gotowana 90.g Ziemniaki gotowane 250.g Marchew z jabłkiem 100.g Brokuły got. na parze 100.g Kompot z jabłek b/c 250.g	Krupnik ryżowy d/z +1, +5, +6, +7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 300.g Pulpet z indyka *1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 90.g Ziemniaki gotowane 250.g Surówka z białej kapusty +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 100.g Fasolka gotowana na parze 100.g Kompot z jabłek b/c	Manna na wywarze z jarzyn z *1, +5, +6, +7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 400.g Gulasz z szynki d *1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 150.g Ziemniaki gotowane 250.g Surówka z czerwonej kapusty parzona +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 100.g Salatka z ogórka kiszzonego +12, 100.g Kompot z jabłek b/c	Marchwianka z *9, +12, 400.g Mintaj po grecku d z *1, *3, *4, +5, +6, +7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 100.g Ziemniaki gotowane 250.g Fasolka gotowana na parze 100.g Kompot z jabłek b/c 250.g	Zupa koperkowa DP/z *7, *9, 400.g Schab gotowany +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 90.g Ziemniaki gotowane 250.g Marchew tarta 100.g Kalafior gotowany na parze 100.g Kompot z jabłek b/c 250.g	Marchwianka z *9, +12, 400.g Udka gotowane +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 100.g Ziemniaki gotowane 250.g Surówka z czerwonej kapusty parzona +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 100.g Brokuły got. na parze 100.g Kompot z jabłek b/c 250.g

			250.g	250.g			
Kolacja	Polędwica sopocka 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, +6, +8, +9, +10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Jabłko 1 szt 150.g	Pasta rybna 150 *4, 150.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, +6, +8, +9, +10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Sałata lodowa z sosem vinegret 50 50.g	Szynka dębicka 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, +6, +8, +9, +10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Papryka czerwona 50 50.g	Szynka drobiowa 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 100 *1, 100.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, +6, +8, +9, +10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Ogórek św. 50 50.g	Twaróg z mlekiem i szczypiorkiem 100 *7, 100.g Chleb pszenno-żytni 100 *1, 100.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, +6, +8, +9, +10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Rzodkiewka tarta 30 30.g	Szynka dębicka 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 100 *1, 100.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, +6, +8, +9, +10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Papryka czerwona 50 50.g	Szynka drobiowa 50 *1, *6, *7, *9, *10, 50.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Chleb wieloziarnisty 50 *1, +6, +8, +9, +10, *11, 50.g Margaryna do pieczywa 15 +7, 15.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Ogórek św. 50 50.g
II Kolacja	Sok pomidorowy 300ml 300.g	Kefir 1/2 szt *7, 200.g	Jogurt naturalny 1szt *7, 150.g	Sok pomidorowy 300ml 300.g	Jogurt naturalny 1szt *7, 150.g	Kefir 1/2 szt *7, 200.g	Jogurt naturalny 1szt *7, 150.g

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami przekazanymi przez producentów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 4. ryby; 5. orzeszki ziemne; 6. soja 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. lubin Legenda (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen

Wartość odżywcza	kcal	białko	Węglowodany ogółem	W tym cukry	Tłuszcz	W tym nasycone kwasy tłuszczowe	błonnik	sól
średnio	2076,57	96,77	329,07	17,66	49,08	3,31	35,61	1,00