

Menu dekadowe 2026-02-23 - 2026-03-01 Dieta: Podstawowa

Danie	2026-02-23 Poniedziałek	2026-02-24 Wtorek	2026-02-25 Środa	2026-02-26 Czwartek	2026-02-27 Piątek	2026-02-28 Sobota	2026-03-01 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, 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, 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, 15.g Herbata 250.g Jabłko 1 szt 150.g	Makaron świderki na mleku *1, *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, 15.g Herbata 250.g Sałata lodowa z sosem vinegret 80.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, 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, 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, 15.g Herbata 250.g Jogurt naturalny 1szt *7, 150.g Pomarańcza 1 szt 200.g
Obiad	Zupa koperkowa DP/z *7, *9, 400.g Schab nadz. mięsem i jabłkiem +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 100.g Kasza jęczmienna na sypko *1, +5, +6, +7, +8, +9, +10, +11, +13, 200.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	Zupa fasolowa DP/z +1, +5, +6, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 400.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 Kalafior gotowany 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 Surówka z ogórka kiszzonego +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	Krupnik z kaszy jęczmiennej dp /z *1, +5, +6, *7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 300.g Schab duszony +1, +5, +6, +7, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 90.g Ziemniaki gotowane 250.g Marchew z chrzanem 100.g Brokuły got. na parze 100.g Herbata 250.g	Pomidorowa z makaronem DP/z *1, +5, +6, *7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 400.g Udko duszone +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 150.g Ziemniaki gotowane 250.g Buraczki z jabłkiem 100.g Kalafior gotowany 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, 15.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	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, 15.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.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	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, 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, 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, 15.g Kawa zbożowa na mleku

	15 +7, 15.g Kawa zbożowa na mleku b/c *1, *7, 250.g Jabłko 1 szt 150.g	Kawa zbożowa na 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	Papryka czerwona 50 50.g	b/c *1, *7, 250.g Ogórek św. 50 50.g
II Kolacja	Sok pomidorowy 300ml 300.g	Pomarańcza 1 szt 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. 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	2187,01	105,17	325,73	24,57	58,95	3,09	33,47	0,87

Menu dekadowe 2026-02-23 - 2026-03-01 Dieta: Łatwostrawna

Danie	2026-02-23 Poniedziałek	2026-02-24 Wtorek	2026-02-25 Środa	2026-02-26 Czwartek	2026-02-27 Piątek	2026-02-28 Sobota	2026-03-01 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 Polędwica miódowa 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	Makaron świderki na mleku *1, *7, 400.g Polędwica 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 Sałata lodowa z sosem vinegret 80.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 Polędwica miódowa 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	Polędwica 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	Zupa koperkowa DP/z *7, *9, 400.g Schab nadz. warzywami *1, *3, +5, +6, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 100.g Kasza jęczmienna na sypko *1, +5, +6, +7, +8, +9, +10, +11, +13, 200.g Buraczki z jabłkiem 100.g Kalafior gotowany na	Zupa jarzynowa DP d/z *7, *9, 400.g Pulpet z kurczaka 90.g Ziemniaki gotowane 250.g Marchew z jabłkiem 100.g Brokuły got. na parze 100.g	Ziemniaczana d z +1, +5, +6, *7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 400.g Pierś z indyka gotowana +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 90.g Ziemniaki gotowane 250.g Marchew tarta 100.g Fasolka gotowana na	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 z jabłkiem	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	Krupnik z kaszy jęczmiennej d /z *1, +5, +6, *7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 300.g Schab gotowany +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 90.g Ziemniaki gotowane 250.g Marchew tarta 100.g	Pomidorowa z makaronem DP/z *1, +5, +6, *7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 400.g Udło gotowane +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 100.g Ziemniaki gotowane 250.g Buraczki z jabłkiem 100.g

	parze 100.g Herbata 250.g	Herbata 250.g	parze 100.g Herbata 250.g	100.g Ogórek kiszony tarty 100 100.g Herbata 250.g	Fasolka gotowana na parze 100.g Herbata 250.g	Brokuły got. na parze 100.g Herbata 250.g	Kalafior gotowany 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 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 Pomarańcza 1 szt 200.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 15 +7, 15.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	Pomarańcza 1 szt 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 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	2350,99	105,06	388,40	33,90	48,93	2,77	30,97	0,76

Menu dekadowe 2026-02-23 - 2026-03-01 Dieta: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Danie	2026-02-23 Poniedziałek	2026-02-24 Wtorek	2026-02-25 Środa	2026-02-26 Czwartek	2026-02-27 Piątek	2026-02-28 Sobota	2026-03-01 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	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,	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,	Makaron świderki na mleku *1, *7, 400.g Polędwica sopocka 30 *1, *6, *7, *9, *10, 30.g Chleb pszenno-żytni 50 *1, 50.g Bułka pszenna *1, *7,	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,	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 pieczywa 10 +7, 10.g Herbata 250.g Ogórek kiszony bez skórki 50 50.g	50.g Margaryna do pieczywa 10 +7, 10.g Herbata 250.g Pomidor bez skórki 50 50.g	50.g Margaryna do pieczywa 10 +7, 10.g Herbata 250.g Jabłko gotowane 1 szt 150.g	50.g Margaryna do pieczywa 10 +7, 10.g Herbata 250.g Sałata lodowa 80 80.g	50.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 Sałata lodowa 80 80.g	Margaryna do 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	Zupa koperkowa DP/z *7, *9, 400.g Schab gotowany +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 90.g Kasza jęczmienna na sypko *1, +5, +6, +7, +8, +9, +10, +11, +13, 200.g Buraczki puree 100.g Kalafior gotowany na parze 100.g Herbata 250.g	Marchwianka z *9, +12, 400.g Pulpet z kurczaka 90.g Ziemniaki gotowane 250.g Marchew gotowana d *1, 100.g Brokuły got. na parze 100.g Herbata 250.g	Ziemniaczana d z +1, +5, +6, *7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 400.g Pierś z indyka gotowana +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 Ogórek kiszony tarty 100 100.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	Krupnik z kaszy jęczmiennej d /z *1, +5, +6, *7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 300.g Schab gotowany +1, +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 Udko gotowane +1, +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
Kolacja	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 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 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 Pomarańcza 1 szt 200.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	kcal	białko	Węglowodany ogółem	W tym cukry	Tłuszcz	W tym nasycone kwasy tłuszczowe	błonnik	sól
średnio	2359,14	108,25	394,06	31,95	45,54	1,95	29,54	0,31

Menu dekadowe 2026-02-23 - 2026-03-01 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglów.

Danie	2026-02-23 Poniedziałek	2026-02-24 Wtorek	2026-02-25 Środa	2026-02-26 Czwartek	2026-02-27 Piątek	2026-02-28 Sobota	2026-03-01 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	Polędwica 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	Polędwica 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 Jabłko 1 szt 150.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	Polędwica 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	Polędwica 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 selera *9, 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 koperkowa DP/z *7, *9, 400.g Schab nadz. warzywami *1, *3, +5, +6, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 100.g Kasza jęczmienna na sypko *1, +5, +6, +7, +8, +9, +10, +11, +13, 200.g Surówka z białej kapusty +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 100.g Kalafior gotowany na parze 100.g Kompot z jabłek b/c 250.g	Zupa jarzynowa DP d/z *7, *9, 400.g Pulpet z kurczaka 90.g Ziemniaki gotowane 250.g Marchew z jabłkiem 100.g Brokuły got. na parze 100.g Kompot z jabłek b/c 250.g	Ziemniaczana d z +1, +5, +6, *7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 400.g Pierś z indyka gotowana +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 90.g Ziemniaki gotowane 250.g Marchew tarta 100.g Fasolka gotowana na parze 100.g Kompot z jabłek b/c 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 Surówka z czerwonej kapusty parzona +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 100.g Ogórek kiszony tarty 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 z pory z +1, +5, +6, +7, +8, *9, +10, +11, +12, +13, 400.g Schab gotowany +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 90.g Ziemniaki gotowane 250.g Marchew tarta 100.g Brokuły got. na parze 100.g Kompot z jabłek b/c 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 Surówka z czerwonej kapusty parzona +1, +5, +6, +8, +9, +10, +11, +12, +13, 100.g Kalafior gotowany na parze 100.g Kompot z jabłek b/c 250.g

				250.g			
Kolacja	Polędwica 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 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 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 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 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 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 1 szt *7, 150.g	Sok pomidorowy 300ml 300.g	Jogurt naturalny 1 szt *7, 150.g	Kefir 1/2 szt *7, 200.g	Jogurt naturalny 1 szt *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	2060,59	96,06	326,24	15,76	48,89	3,30	35,55	0,99