

**JADŁOSPIS DEKADOWY DLA  
DIETY ŁATWOSTRAWNEJ DZIECI 2-3 lata  
01.03. - 10.03.2026r**

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Niedziela 01.03.2026	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), szynka kanapkowa 30g(SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL), pomidor b/s 40g, kakao 16% 150ml(MLE)  <b>II Jablko got.100g</b>	Rosół z makaronem 200ml(GLU,JAJ,SEL) kotlety siekane z piersi kurczaka z pieca konwek. 50g (GLU PSZ,JAJ) sos 30g(GLU PSZ,MLE), ziemniaki puree 40g(MLE), marchewka z groszkiem 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), jajko got. 1szt (JAJ), pomidor b/s 40g, herbata b/c 150ml  <b>Posilek nocny Mus owocowy 100g</b>
	E 941kcal, Białko 38,96g, Tłuszcze 31,81g, NKT 16,50g, Węglowodany 129,7g, Sacharoza 17,83g, Bł.pokar.10,18g, Sól 2,49g		
Poniedziałek 02.03.2026	Zupa ml.pł.owsiane 150ml(MLE,GLU PSZ) pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), sałatka jarzynowa na jogurcie 70g(JAJ,MLE), kielbasa kanapkowa 20g(SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL), sałata 20g, herbata b/c 150ml  <b>II Galaretka z owocami b/c100ml</b>	Zupa kalafiorowa 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), gołąbek b/zawijania got. 50g, sos pomidorowy(GLU PSZ,MLE), ziemniaki puree 40g(MLE), fasolka szparagowa 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), pasta z kurczaka z koperkiem 30g(MLE), ogórek kiszony b/s 30g, herbata b/c 150ml  <b>Posilek nocny Jogurt owocowy 150g(MLE)</b>
	E 989kcal, Białko 39,03g, Tłuszcze 37,10g, NKT 17,89g, Węglowodany 134,07g, Sacharoza 17,17g, Bł.pokar.18,54g, Sól 4,51g		
Wtorek 03.03.2026	Zupa ml.budyniowa 150ml(MLE), pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), ser żółty 20g(MLE), pomidor b/s 40g, herbata b/c 150ml  <b>II Banan 100g</b>	Zupa jarzynowa 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), schab duszony 50g, ziemniaki 40g, sos pieczeniowy 30g(GLU PSZ,MLE), buraczki z jabłkiem 70g kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), szynka delikatesowa 30g(SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL), pomidor b/s 40g, herbata b/c 150ml  <b>Posilek nocny: Serek wiejski z owocami 100g(MLE)</b>
	E 1222kcal, Białko 58,67g, Tłuszcze 47,3g, NKT 20,33g, Węglowodany 146,29g, Sacharoza 31,41g, Bł.pokar.10,70g, Sól 2,18g		
Środa 04.03.2026	Zupa mleczna z zacierką 150ml( MLE,GLU PSZ,JAJ) pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), parówki drobiowe 60g(SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL) ketchup 10g, pomidor b/s 50g, herbata b/c 150ml  <b>II Jablko got. 100g</b>	Zupa szpinakowa z ziemniakami 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), placuszki z cukinii z pieca z sosem jogurtowym 150g (GLU PSZ,JAJ,MLE), surówka z marchwi i jabłka 70g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), pasta z dorsza z warzywami 30g(RYB,MLE), pomidor 40g, herbata b/c 150ml  <b>Posilek nocny: Jogurt owocowy 150ml(MLE)</b>
	E 1178kcal, Białko 40,83g, Tłuszcze 52,84g, NKT 8,04g, Węglowodany 140,88g, Sacharoza 16,92g, Bł.pokar.12,72g, Sól 1,7g		
Czwartek 05.03.2026	Kluski lane na mleku 120ml(MLE,GLU PSZ,JAJ) pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), szynka wiejska 30g(SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL), ser twarogowy 20g(MLE), pomidor 80g, herbata b/c 150ml  <b>II Mus owocowy -kubaś- 100g</b>	Zupa pomidorowa z makaronem 150ml(GLU,JAJ,SEL,MLE), pulpet gotowany 30g (GLU PSZ,JAJ), ziemniaki puree z koperkiem 50g(MLE), sos 20g(GLU PSZ,MLE), fasolka szparagowa 60g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), dżem brzoskwinowy niskosł. 30g, sałata 30g, herbata b/c 150ml  <b>Posilek nocny Budyń z musem owocowym 100g(MLE)</b>
	Energia 983kcal, Białko 34g, Tłuszcze 33g, NKT 16g, Węglowodany 140g, Sacharoza 26g, Błonnik pokar.8g, Sól 2g		

Sporządziła: dietetyk mgr Monika Konieczna

- Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdały, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowce, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczany, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.
- Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych. Zmiany mogą dotyczyć również wędliny.
- Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywanych i dań dostępny na życzenie w Dziale Żywnienia.

Zatwierdza:  
mgr Dominika Kabacińska  
Dział Żywnienia  
Dietetyk SPZOZ Krotoszyn

**JADŁOSPIS DEKADOWY DLA  
DIETY ŁATWOSTRAWNEJ DZIECI 2-3 lata  
01.03. - 10.03.2026r**

DZIAŃ	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Piątek 06.03.2026	Zupa ml. kaszka manna 120ml (MLE, GLU PSZ), pieczywo pszenne 20g (GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g (GLU PSZ, ŻYT) masło 82%tł. 10g (MLE), jajko got 1szt. (JAJ) pomidor b/s 50g, herbata b/c 150ml  <b>II mus brzoskwinia – jabłko 100g</b>	Krupnik 200ml (GLU PSZ, MLE, SEL), ryba z pieca w sosie brokułowym 40g (GLU PSZ, MLE) ziemniaki puree z koperkiem 40g (MLE), bukiet warzyw 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 20g (GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g (GLU PSZ, ŻYT) masło 82%tł. 10g (MLE), twarożek 20g (MLE), pomidor b/s 50g, herbata b/c 150ml  <b>Posilek nocny Kisiel z owocami 120g</b>
	Energia 994kcal, Białko 38g, Tłuszcze 29g, NKT 12g, Węglowodany 153g, Sacharoza 21g, Błonnik pokar. 12g, Sól 1g		
Sobota 07.03.2026	Pieczywo pszenne 20g (GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g (GLU PSZ, ŻYT) masło 82%tł. 10g (MLE), dżem niskosłodzony 15g, ser żółty 10g (MLE), pomidor b/s 40g, kakao 16% 150ml (MLE)  <b>II Ciasto z dyni i marchewki 50g (GLU PSZ, JAJ)</b>	Zupa brokułowa 150ml (GLU PSZ, MLE, SEL), kasza jagłana z pieczonym udkiem b/skóry z pieca konwekcyjnego 120g, kalafior got. 40g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 20g (GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g (GLU PSZ, ŻYT) masło 82%tł. 10g (MLE), polędwica z indyka 20g (SOJ, ML, GLU PSZ, JAJ, SEL), ogórek kiszony starty 50g, herbata b/c 150ml <b>Posilek nocny Mus owocowy b/c 100g wafle ryżowe wieloziarniste 20g</b>
	Energia 1095kcal, Białko 42g, Tłuszcze 35g, NKT 19g, Węglowodany 157g, Sacharoza 19g, Błonnik pokar. 15g, Sól 2g		
Niedziela 08.03.2026	Pieczywo pszenne 20g (GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g (GLU PSZ, ŻYT) masło 82%tł. 10g (MLE), pasztet zapiekany drobiowy 20g (GLU PSZ, JAJ), pomidor b/s 40g, kakao 16% 150ml (MLE) <b>II Pomarańcza z brzoskwinia – mus 100g</b>	Rosół z makaronem 400ml (GLU, JAJ, SEL), galantyna z kurczaka got. 50g (GLU PSZ, JAJ), sos 70g (GLU PSZ, MLE), ziemniaki puree 30g (MLE), marchewka z groszkiem 40g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 20g (GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g (GLU PSZ, ŻYT) masło 82%tł. 10g (MLE), serek twarogowy 30g (MLE), pomidor b/s 40g, herbata b/c 150ml <b>Posilek nocny Riso ryż na mleku z wanilią 100g (GLU PSZ, MLE)</b>
	Energia 1132kcal, Białko 37g, Tłuszcze 49g, NKT 25g, Węglowodany 138g, Sacharoza 21g, Błonnik pokar. 11g, Sól 3g		
Poniedziałek 09.03.2026	Zupa ml. pł. kukurydziane 120ml (MLE), pieczywo pszenne 20g (GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g (GLU PSZ, ŻYT) masło 82%tł. 10g (MLE), jajko got 1szt (JAJ), pomidor 40g, herbata b/c 150ml <b>II Casto buraczane b/c 40g (GLU PSZ, JAJ)</b>	Krem z zielonego groszku 150ml (GLU PSZ, MLE, SEL), gulasz wieprzowy ze schabu duszony 50g (GLU PSZ, MLE), kluski śląskie 50g (GLU PSZ, JAJ), kalafior got, 60g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 20g (GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g (GLU PSZ, ŻYT) masło 82%tł. 10g (MLE), szynka konserwowa 20g (SOJ, ML, GLU PSZ, JAJ, SEL) ogórek kiszony b/s tary 30g, herbata b/c 150ml <b>Posilek nocny Owsianka na wodzie z jabłkiem 80g (GLU PSZ)</b>
	Energia 951kcal, Białko 37g, Tłuszcze 37g, NKT 18g, Węglowodany 121g, Sacharoza 15g, Błonnik pokar. 13g, Sól 1g		
Wtorek 10.03.2026	Zupa ml. budyniowa 120ml (MLE), pieczywo pszenne 20g (GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g (GLU PSZ, ŻYT) masło 82%tł. 10g (MLE), szynka 15g (SOJ, ML, GLU PSZ, JAJ, SEL), twarożek z koperkiem 20g (MLE), pomidor b/s 40g, herbata b/c 150ml <b>II Jabłko got 150g</b>	Zupa ogórkowa 200ml (GLU PSZ, MLE, SEL), pieczeń rzymska z pieca konw. 40g (GLU PSZ, JAJ), ziemniaki puree 200g (MLE), sos 20g (GLU PSZ, MLE) buraczki got. 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 20g (GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g (GLU PSZ, ŻYT) masło 82%tł. 10g (MLE), szynka 30g (SOJ, ML, GLU PSZ, JAJ, SEL), pomidor b/s 40g, herbata b/c 150ml <b>Posilek nocny Jogurt owocowy 150g (MLE)</b>
	Energia 1070kcal, Białko 45g, Tłuszcze 37g, NKT 15g, Węglowodany 144g, Sacharoza 23g, Błonnik pokar. 13g, Sól 3g		

Sporządziła: dietetyk mgr Monika Konieczna

- Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdały, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowce, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczany, lubin, mączczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.
- Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych. Zmiany mogą dotyczyć również wędlin.
- Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywanych i dań dostępny na życzenie w Dziale Żywnienia.

Zatwierdza:  
mgr Dominika Kabacińska  
Dział Żywnienia  
Dietetyk SPZOZ Krotoszyn