

JADŁOSPIS DEKADOWY DLA DIETY PODSTAWOWEJ
DZIECI DO 3 lat
31.03. - 09.04.2026

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Wtorek 31.03.2026r	Zupa ml.budyniowa 100ml(MLE), pieczywo razowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT), pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), pasta z humusa 20g(SOJ) ser żółty 20g(MLE), pomidor b/s 40g, herbata b/c 150ml II Banan 100g	Zupa jarzynowa 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), schab duszony 50g, ziemniaki 40g, sos pieczeniowy 30g(GLU PSZ,MLE), surówka wielowarzywna z jogurtem 60g kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo razowe 30g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), szynka delikatesowa 30g(SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL), pomidor b/s 40g, herbata b/c 150ml Posilek nocny: Sok wielowarzywny 100g
	E 1024kcal, Białko 44,05g, Tłuszcze 34,22g w tym NKT 17,69g, Węglowodany 142,29g w tym cukry 30,13g, Bł.pokar.18,44g, Sód 1164,09mg		
Środa 01.04.2026r	Zupa mleczna z zacierką 150ml(MLE,GLU PSZ,JAJ) pieczywo razowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) 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 II Jabłko got. 100g	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 razowe 30g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), pasta z dorsza z warzywami 30g(RYB,MLE), pomidor 40g, herbata b/c 150ml Posilek nocny: Jogurt owocowy 150ml(MLE)
	E 1178kcal, Białko 40,83g, Tłuszcze 52,84g w tym NKT 8,04g, Węglowodany 140,88g w tym cukry 16,92g, Bł.pokar.12,72g, Sól 1,7g		
Czwartek 02.04.2026r	Kluski lane na mleku 120ml(MLE,GLU PSZ,JAJ) pieczywo razowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), szynka wiejska 20g(SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL), ser twarogowy 20g(MLE), pomidor 80g, herbata b/c 150ml II Mus owocowy -kubuś- 100g	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), surówka z kapusty pekińskiej 60g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo razowe 30g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), dżem brzoskwiniowy niskosł. 30g, sałata 30g, herbata b/c 150ml Posilek nocny Jogurt 150g(MLE)
	E 1059kcal, Białko 44,48g, Tłuszcze 40,09g w tym NKT 20,06g, Węglowodany 134,34g w tym cukry 12,21g, Błonnik pokar.12,48g, Sód 811,21mg		
Piątek 03.04.2026r	Zupa ml. kaszka manna 120ml (MLE,GLU PSZ), pieczyworazowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), jajko got 1szt.(JAJ) pomidor b/s 50g, herbata b/c 150ml II Kiwi 100g	Krupnik 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), ryba z pieca w sosie brokułowym 40g(GLU PSZ,MLE) ziemniaki puree z koperkiem 40g(MLE), surówka z kapusty kiszzonej 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo razowe 30g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), twarożek 20g,(MLE), pomidor b/s 50g, herbata b/c 150ml Posilek nocny Biszkopty maślane 30g
	E 967kcal, Białko 41,21g, Tłuszcze 41,83g w tym NKT 20,6g, Węglowodany 111,64g w tym cukry 10,21g, Błonnik pokar.15,49g, Sód 884,29mg		
Sobota 04.04.2026r	Pieczywo razowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) 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) II Chrupki 30g	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 razowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), połędwica z indyka 20g(SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL), ogórek kiszony starty 50g, herbata b/c 150ml Posilek nocny Mus owocowy b/c 100g
	E 924kcal, Białko 41,85g, Tłuszcze 34g w tym NKT 17,3g, Węglowodany 116,52g w tym cukry 13,6g, Błonnik pokar.14,4g, Sód 1110,34g		

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, 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 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 DO 3 lat**

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Wielkanocny 05.04.2026r	Pieczworazowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), parówka 50g(GLU PSZ,SOJ,GOR.), jajko got 1/2szt(JAJ), pomidor b/s 40g, herbata 150ml II Babka 30g(GLU,JAJ)	Barszcz biały z makaronem 300ml(GLU,MLE,JAJ), szynka duszona w sosie koperkowym 70g(GLU,MLE) kluski śląskie 50(GLU,JAJ), buraczki got.60g kompot owocowy150ml	Pieczworazowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), sałatka jarzynowa 50g(JAJ,MLE), szynka 20g(GLU PSZ,SOJ,GOR,) pomidor b/s 50g herbata 250ml Posilek nocny Jogurt nat. 100g(MLE)
	E 981kcal, Białko 42,48g, Tłuszcze 46,99g w tym NKT 18,53g, Węglowodany 110,96g w tym cukry17,26g, Bł.pokar.9,4g, Sól 3,35g		
PONIEDZIAŁEK WIELKANOCNY 06.04.2026	Pieczworazowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), jajko got.30g(JAJ), szynka kanapkowa 20g(GLU,SOJ,GOR), pomidor 40g, herbata 150ml II Mus owocowy 100g	Rosół z makaronem 200ml(GLU,JAJ), galantyna z kurczaka z pieca w sosie własnym 80g(GLU,JAJ), ziemniaki got. 50g, marchewka got 60g, kompot owocowy 150ml	Pieczworazowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), pasta z kurczaka z zieleniną 30g(MLE), pomidor b/s 50g, herbata 150ml Posilek nocny Ryz na mleku z jabłkiem 80g(MLE)
	E 1082kcal, Białko 47,07g, Tłuszcze 35,36g w tym NKT 17,28g, Węglowodany 149,05g w tym cukry 10,56g, Bł.pokar.15,1g, Sól 2,13g		
Wtorek 07.04.2026r	Zupa ml.budyniowa 120ml(MLE), pieczywo razowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), szynka 20g(SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL)), twarożek z koperkiem 20g(MLE), pomidor b/s 40g, herbata b/c 150ml II Jabłko 150g	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	Pieczworazowe 30g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), szynka 30g(SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL), ogórek 50g, herbata b/c 150ml Posilek nocny Jogurt owocowy 100g(MLE)
	E 969kcal, Białko 41,43g, Tłuszcze 36,96g w tym NKT 18,76g, Węglowodany 122,34g w tym cukry 23,72g, Błonnik pokar.13,79g, Sód1478,05mg		
Środa 08.04.2026	Zupa ml. z owsianki 100ml (MLE,GLU PSZ), pieczywo razowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(P SZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) dżem niskosłodzony 20g, pomidor b/s 50g, herbata 150ml II Banan 1500g	Barszcz ukraiński 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), makaron penne z kurczak cukinią i warzywami w sosie jogurtowym, duszony 120g(GLU PSZE,JAJ,MLE), kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczworazowe 30g(GLU PSZ,JĘCZ) masło 82%tł 10g(MLE) pasta z ryby got z koperkiem 50g(RYB,MLE), pomidor b/s 50g, herbata 150ml Posilek nocny Mus owocowy b/c 100g
	E 10316kcal, Białko 42,24g, Tłuszcze 30,91g w tym NKT 14,73g, Węglowodany 149,7g w tym cukry 22,7g, Bł.pokar. 15,85g, Sód 610,29mg		
Czwartek 09.04.2026	Zupa ml. z zacierką 100ml (GLU PSZ, MLE,JAJ), pieczywo razowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(P SZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) sałatka jarzynowa na jogurcie 50g(JAJ,MLE,SEL), szynka 20g (GLU PSZ,SOJ,GOR) sałata 30g, herbata 150ml II Deser -galaretka z owocami150g	Zupa krem z białych warzyw z grzankami 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), pulpiciki drob.w sosie pomid.got. 100g (GLU PSZE,JAJ,MLE) ziemniaki puree 40g(MLE) surówka z kiszonej kapusty 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczworazowe 30g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(P SZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) szynka kons. 30g (GLU PSZ,SOJ,GOR,MLE), sałata 30g, herbata 150ml Posilek nocny Kisiel z jabłkiem 80g
	E 1006kcal, Białko 44,34g, Tłuszcze 35,33g w tym NKT 16,25g, Węglowodany 133,64g w tym cukry 13,45g, Bł.pokar. 15,4g, Sód 1309,04mg		

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, męczaki. 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