

**JADŁOSPIS DEKADOWY DLA DIETY PODSTAWOWEJ  
DLA DZIECI DO 3 LAT  
10.04.- 19.04.2026**

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Piątek 10.04.2026	Płatki ryżowe na słodko z owocami 100ml(MLE) pieczywo pszenne 10g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) twarożek 30g(MLE), miód 20g, pomidor 50g, herbata 150ml <b>II Deser- galaretka z kefirem (7) 150g</b>	Zupa brokułowa 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), pierogi z truskawkami got. 20g(GLU PSZ,JAJ), pierogi z serem 40g(GLU PSZ,JAJ,MLE) serek homogenizowany 20g(MLE), surówka z marchwi, jabłka i selera 50g(SEL), kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 10g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) pasta z jaj i pietruszki 30g,(JAJ), pomidor b/s 50g, herbata 250ml  <b>Posilek nocny Mus owocowy b/c 100g</b>
	E 1158kcal, Białko 42,18g, Tłuszcze 43,6g w tym NKT 21,98g, Węglowodany 156,69g w tym cukry 17,58g, Bł.pokar.16,26g, Sód 510,41mg		
Sobota 11.04.2026	Pieczywo pszenne 10g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) pasta z kurczaka z zieleciną 35g(MLE), sałata 30g, kakao 16% 100ml (MLE)  <b>II Jabłko got.b/s 150g</b>	Zupa jarzynowa 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), gołąbek b/zawijania z pieca konwek. w sosie pomidorowym 40g(GLU PSZ,MLE) ziemniaki z koperkiem 40g, fasolka szparagowa 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 10g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) ser twarogowy 20g(MLE), szynka wiejska 10g (GLU PSZ,SOJ,GOR,MLE) ogórek kiszony b/s tarty 50g, herbata 150ml <b>Posilek nocny Sok wielowarzywny 100g</b>
	E 1025kcal, Białko 47,07g, Tłuszcze 35,97g w tym NKT 19,33g, Węglowodany 136,62g w tym cukry 16,91g, Bł.pokar.20,65g, Sód 1320,97mg		
Niedziela 12.04.2026	Pieczywo pszenne 10g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) parówka 60g(GLU PSZ,SOJ,GOR,MLE) ketchup 5g pomidor b/s 50g, kakao 16% 150ml (MLE)  <b>II Sok Kubuś 150ml</b>	Rosół z makaronem 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL) udko pieczone w sosie jogurtowym 120g (GLU PSZ,MLE), ziemniaki puree 40g(MLE), surówka z białej kapusty 60g kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 10g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) jajko got 60g(JAJ), pomidor b/s 50g, herbata 150ml <b>Posilek nocny Mus owocowy b/c 100g</b>
	E 1154kcal, Białko 49,79g, Tłuszcze 40,96g w tym NKT 21,45g, Węglowodany 138,03g w tym cukry 24,85g, Bł.pokar.16,84g, Sód 1013,17mg		
Poniedziałek 13.04.2026	Zupa ml. budyniowa 150ml(MLE) pieczywo pszenne 10g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) pasta rybno-warzyw. 40g(RYB,MLE), herbata 150ml  <b>II Jabłko got. 100g</b>	Krupnik 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), pieczeń wieprzowa z pieca konwek.50g, ziemniaki pureeb40g(MLE), sos (GLU PSZ,MLE) surówka wielowarzywna 70g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 10g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) szynka z indyka 30g (GLU PSZ,SOJ,GOR,MLE, sałata 30g, herbata 150ml <b>Posilek nocny II Jogurt nat. 150g(MLE)</b>
	E 1037kcal, Białko 41,88g, Tłuszcze 38,77g w tym NKT 22,3g, Węglowodany 135,71g w tym cukry 24,36g, Bł.pokar.14,64g, Sód 934mg		
Wtorek 14.04.2026	Zupa ml.pł.owsiane 150ml(1,7), pieczywo pszenne 10g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) wędlna drobiowa 10g(GLU PSZ,SOJ,GOR,MLE) twarożek.30g(MLE), pomidor b/s 50g, herbata 150ml <b>II Ciasto dietetyczne 40g(GLU PSZ,JAJ)</b>	Zupa szpinakowa 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), kotlet z piersi kurczaka z pieca konw.40g, ryż got. 40g, sos koperkowy 30g(GLU PSZ,MLE) surówka z marchwi i jabłka 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 10g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) ser żółty 20g(MLE) pomidor b/s50g, herbata 150ml  <b>Posilek nocny Mus owocowy b/c 100g</b>
	E 1037kcal, Białko 42,28g, Tłuszcze 39,37g w tym NKT 22,4g, Węglowodany 132,98g w tym cukry 18,28g, Bł.pokar.15,19g, Sód876,53mg		

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, mączniki. 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 pieczywa.
- Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywanych i dań dostępny na życzenie w Dziale Żywności.

Zatwierdza:  
Dietetyk mgr Dominika Kabacińska

# JADŁOSPIS DEKADOWY DLA DIETY PODSTAWOWEJ DLA DZIECI DO 3 LAT

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Środa 15.04.2026	Zupa ml. kaszka manna 150ml(1,7), pieczywo pszenne 10g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) twarożek 20g(MLE), miód 20g, pomidor b/s 50g, herbata 150ml <b>II Kiwi 70g</b>	Barszcz ukraiński 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), jajko sadzone na parze z pieca konw. 60g(JAJ) sos 30g(GLU PSZ,MLE), ziemniaki puree 40g(MLE), marchewka z groszkiem 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 10g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) pasztet drobiowy z zieleciną pieczony 30g(MLE), pomidor b/s 50g, herbata 150ml <b>Posilek nocny</b> <b>Deser mleczny z galar.150ml (MLE)</b>
	E 949kcal, Białko 36,68g, Tłuszcze 34,2g w tym NKT 16,9g, Węglowodany 133,78g w tym cukry 19,61g, Bł.pokar.16,27g, Sód 693,37mg		
Czwartek 16.04.2026	Zupa ml. budyniowa 150ml (MLE), pieczywo pszenne 10g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) dżem niskosłodz. 20g ser żółty 20g(MLE), pomidor b/s 40g, herbata 150ml <b>II Jabłko got. b/s 150g</b>	Zupa z fasolki szparagowej 200ml (GLU PSZ,MLE,SEL), pulpety mielone 40g(GLU PSZ,JAJ), sos 30g(GLU PSZ,MLE), ziemniaki puree z koperkiem 40g(MLE), kapusta czerwona got 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 10g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) kiełbasa szynkowa 30gGLU PSZ,SOJ,GOR,MLE), dżem niskosłodz. 20G, herbata 150ml <b>Posilek nocny</b> <b>II Jogurt owoc. 100g(MLE)</b>
	E 983kcal, Białko 42,57g, Tłuszcze 36,46g w tym NKT 19,66g, Węglowodany 129,43g w tym cukry 27,37g, Bł.pokar.18,31g, Sód 1802,31mg		
Piątek 17.04.2026	Ryż na mleku 150ml(7) pieczywo pszenne 10g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) jajecznica z koperkiem 60g (JAJ), pomidor b/s 50g, herbata 150ml <b>II Sok Kubuś 150g</b>	Zupa owocowa z makaronem 200ml(GLU PSZ,JAJ), ryba smażona 50g(GLU PSZE), ziemniaki puree z koperkiem 40g(MLE), surówka z kapusty kiszzonej 60g kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 10g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) twarożek z ziołami 30g(MLE), pomidor b/s 50g, herbata 150ml <b>Posilek nocny</b> <b>Mus owocowy b/c 100g</b>
	E 1135kcal, Białko 34,19g, Tłuszcze 42,19g w tym NKT 18,22g, Węglowodany 157,44g w tym cukry 21,11g, Bł.pokar.13,97g, Sód 700,87mg		
Sobota 18.04.2026r.	Pieczywo razowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), pasta z kurczaka 30g (MLE), pomidor b/skóry 50g, kakao 16% 150ml (MLE) <b>II Mus z kiwi 70g</b>	Zupa krem z białych warzyw 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), spaghetti z mięsem i warzywami duszone 120g(GLU PSZ,MLE,JAJ) kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo razowe 30g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), pasta z jaj i pietruszki 30g (JAJ,MLE), pomidor b/s 50g, herbata 150ml  <b>Posilek nocny:</b> <b>Kisiel z jabłkiem 100ml</b>
	E 1008kcal, Białko 31,84g, Tłuszcze 42,9g w tym NKT 19,16g, Węglowodany 133,11g w tym cukry 16,96g, Bł.pokar.17,37g, Sód 1277,55mg		
Niedziela 19.04.2026r	Pieczywo razowe 20g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), szynka konserwowa 30g (SEL,GOR,SOJ,MLE) pomidor b/s 50g, kakao 16% 150ml (MLE) <b>II Biszkopt 30g(GLU PSZ,JAJ)</b>	Rosół z makaronem 200ml(GLU PSZ,JAJ,SEL) potrawka z kurczaka got. w sosie własnym 80g (JAJ,GLU PSZ,MLE), ryż got. 30g, marchewka z groszkiem got. 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo razowe 30g(GLU PSZ,JĘCZ,ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), ser twarogowy 20g(MLE) dżem niskosłodzony 20g pomidor b/s 50g, herbata 150ml  <b>Posilek nocny</b> <b>Jogurt owocowy b/cukru 100(MLE)</b> <b>Chrupki 10g</b>
	E 956kcal, Białko 39,85g, Tłuszcze 33,11g w tym NKT 16,72g, Węglowodany 128,63g w tym cukry 12,77g, Bł.pokar.10,27g, Sód 1394,44mg		

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 pieczywa.
- Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywanych i dań dostępny na życzenie w Dziale Żywności.

Zatwierdza:  
Dietetyk mgr Dominika Kabacińska