

**JADŁOSPIS DEKADOWY DLA DIETY  
Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU  
10.04.- 19.04.2026r**

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Piątek 10.04.2026	Ryż na mleku 350ml(MLE) pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł, twarożek 50g(MLE), miód 25g, pomidor 50g kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE)  <b>II Galaretka z owoc. 150g</b>	Zupa kalafiorowa 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL), pierogi z truskawkami got. 300g(GLU PSZ,JAJ), serek homogenizowany 30g(MLE), bukiet warzyw got 150g kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł, dżem niskosłodzony 50g, sałata 30g, herbata 250ml  <b>Posilek nocny Sok pomidorowy 150g</b>
	E 2073kcal, Białko 83,99g, Tłuszcze 42,96g w tym NKT 11,62g, Węglowodany 347,37g w tym cukry 27,89g, Bł.pokar.22,6g, Sód 1907,05mg		
Sobota 11.04.2026	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł, pasztet pieczony warzywno-drobiowy 70g(GLU PSZ), pomidor 50g kakao 16% 250ml (MLE)  <b>II Jabłko got. 150g</b>	Zupa jarzynowa 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL), gołąbek b/zawijania z pieca konwek. w sosie pomidorowym 120g(GLU PSZ,MLE) ziemniaki z koperkiem 200g, fasolka szparagowa got. 150g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł, szynka wiejska 50g (SOJ,GLU PSZ,GOR,MLE) , ogórek kiszony b/skórki 50g, herbata 250ml  <b>Posilek nocny Serek homogenizowany waniliowy 150g(MLE)</b>
	E 2097kcal, Białko 93,77g, Tłuszcze 54,46g w tym NKT 18,57g, Węglowodany 321,01g w tym cukry, Bł.pokar.27,18g, Sód 2108,38mg		
Niedziela 12.04.2026	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł., pasta z kurczaka z zieleciną 70g(MLE) pomidor b/skóry 50g, kakao 16% 250ml (MLE)  <b>II Mus owocowy 100g</b>	Rosół z makaronem 400ml(GLU PSZ,JAJ,SEL) udko duszone 120g sos jogurtowo-koperk.80g (GLU PSZ,MLE), ziemniaki puree 200g(MLE), bukiet warzyw got. 150g kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł, szynka z kurczaka 30g,( OJ,GLU PSZ,GOR,MLE), dżem 20g, pomidor b/s 50g herbata 250ml  <b>Posilek nocny Kefir 200g(MLE), wafle ryżowe 20g</b>
	E 2193kcal, Białko 9613g, Tłuszcze 47,08g w tym NKT 14,82g, Węglowodany 359,34g w tym cukry 48,93g, Bł.pokar.28,34g, Sód 2097,95mg		
Poniedziałek 13.04.2026	Zupa ml. budyniowa 300ml(MLE) pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł, pasta z ryby got.70g(RYB,MLE) sałata 30g kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE)  <b>II Mus owocowy 10g</b>	Krupnik 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL), szynka wieprzowa z pieca konwek.100g , ziemniaki 200g, sos pieczeniowy(GLU PSZ, MLE) buraczki z jabłkiem 150g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł, szynka z indyka 50g(GLU PSZ,SOJ,GOR,JAJ) sałata 30g, herbata 250ml  <b>Posilek nocny II Jogurt nat. 150g(MLE)</b>
	E 2076kcal, Białko 95,13g, Tłuszcze 42,15g w tym NKT 17,1g, Węglowodany 340,06g w tym cukry 33,82g, Bł.pokar.26,91g, Sód 5509,34mg		
Wtorek 14.04.2026	Zupa ml.pł.owsiane 300ml(GLU PSZE,MLE), pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł, wędlina drobiowa 30g(GLU PSZ,SOJ,GOR,MLE), twarożek z koperkiem 60g(MLE) pomidor b/skórki 50g kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE)  <b>II Ciasto dietetyczne 70g(GLU PSZ,JAJ)</b>	Zupa szpinakowa 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL), filet drobiowy z pieca 100g, ryż got. 180g, sos koperkowy 70g(GLU PSZ,MLE) surówka z marchwi i jabłka 150g kompot owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł, dżem niskosłodzony 50g, pomidor b/skórki 50g, herbata 250ml  <b>Posilek nocny Mus owocowy 150g</b>
	E 1992kcal, Białko 85,66g, Tłuszcze 40,8g w tym NKT 12,56g, Węglowodany 331,79g w tym cukry 32,09g, Bł.pokar.24,82g, Sód 2602,66mg		

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

Zatwierdza:  
Dietetyk mgr Dominika Kabacińska

**JADŁOSPIS DEKADOWY DLA DIETY ŁATWOSTRAWNEJ  
Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU**

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Środa 15.04.2026	Zupa ml. kaszka manna 350ml(GLU PSZE,MLE), pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł, kurczak w galarecie z warzywami 120g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE)  <b>II Biszkopt 30g(GLU PSZ,JAJ)</b>	Barszcz ukraiński 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL), gulasz wieprzowy ze schabu duszony w sosie własnym 180g(GLU PSZ,MLE) ziemniaki got.200g brokuł got. 150g kompot owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł, pasztet drobiowy pieczony 60g(GLU PSZ,JAJ) , pomidor b/skórki 50g, herbata 250ml  <b>Posilek nocny Deser galaretka z kefirem i owocami 200g(MLE),wafle ryżowe 30g</b>
	E 2003kcal, Białko 99,11g, Tłuszcze 43,19g w tym NKT 13,19g, Węglowodany 314,61g w tym cukry 23,57g, Bł.pokar.28,82g, Sód 1712,57mg		
Czwartek 16.04.2026	Zupa ml. budyniowa 350ml (MLE), pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł, ser twarogowy 30g(MLE) dżem 20g, pomidor b/skórki 50g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE)  <b>II Jabłko got. 150g</b>	Zupa z fasolki szparagowej 350ml(GLU PSZ,MLE,SEL), pulpet z mięsa mieszanego z pieca konwek. 100g(GLU PSZ,JAJ), sos koperkowy 70g (GLU PSZ, MLE), ziemniaki puree 200g(MLE) buraczki z jabłkiem got. 150g, kompot owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł, kiełbasa szynkowa 50g(GLU PSZ,SOJ,GOR,JAJ), pomidor b/skórki 50g, herbata 250ml  <b>Posilek nocny II jogurt nat. 150g(MLE)</b>
	E 1956kcal, Białko 84,54g, Tłuszcze 45,47g w tym NKT 18,85g, Węglowodany 314,61g w tym cukry 48,29g, Bł.pokar.24,83g, Sód 2453,46mg		
Piątek 17.04.2026	Ryż na mleku 300ml(MLE) pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł, omlet z białek z koperkiem i pomidorem 12g(JAJ), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE)  <b>II Sok pomidorowy 200g</b>	Zupa owocowa z makaronem 400ml(GLU PSZ,JAJ), ryba got. w sosie greckim 250g(GLU PSZ,RYB,SEL) ziemniaki puree z koperkiem 200g(MLE), kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł, Twarożek z ziołami 70g(MLE), pomidor b/skórki 50g, herbata 250ml  <b>Posilek nocny Mus owocowy 150g</b>
	E 2097kcal, Białko 90,49g, Tłuszcze 46,27g w tym NKT 14,5g, Węglowodany 349,34g w tym cukry 20,68g, Bł.pokar. 37,31g, Sód 3391,3mg		
Sobota 18.04.2026r.	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ), pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł, sałatka z ryżu i kurczaka 150g (MLE), sałata 30g, kakao 16% 250ml (MLE)  <b>II Kisiel z jabłkiem 200ml</b>	Zupa krem z białych warzyw 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL), makaron z kurczakiem i warzywami duszony w sosie jogurtowym 350g(GLU PSZ,JAJ, MLE) kompot z owoców mrożonych b/c 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł pasta z jaj i pietruszki 70g(JAJ,MLE), pomidor b/skóry 50g, herbata 250ml <b>Posilek nocny: Ser twar.homogenizowany 100g(MLE)</b>
	E 2159kcal, Białko 94,65g, Tłuszcze 40,06g w tym NKT 14,28g, Węglowodany 364,92g w tym cukru 33,4g, Bł.pokar.33,32g, Sód 2173,05mg		
Niedziela 19.04.2026r	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł, szynka drobiowa 50g(SEL,GOR,SOJ,MLE) pomidor b/skóry 50g, kakao 16% 250ml (MLE)  <b>II Ciasto z dyni i marchewki 40g(GLU PSZ,JAJ)</b>	Rosół z makaronem 400ml(GLU PSZ,JAJ,SEL) potrawka z kurczaka got. w sosie kop. 170g (GLU PSZ,JAJ,MLE), ryż got. 180g, marchewka z groszkiem, got. 150g, kompot z owoców mrożonych b/c 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ), pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45% tł, sałatka jarzynowa na jogurcie 150g, (JAJ,MLE,SEL) pomidor b/skóry 50g, herbata 250ml  <b>Posilek nocny Kefir 150(MLE)</b>
	E 2041kcal, Białko 92,58g, Tłuszcze 39,81g w tym NKT 13,77, Węglowodany 344,43g w tym cukry 24,3g, Bł.pokar.37,12g, Sód 3242,24mg		

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, 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 Żywnienia.

Zatwierdza:  
Dietetyk mgr Dominika Kabacińska