

**JADŁOSPIS DEKADOWY DLA DIETY ŁATWOSTRAWNEJ
DLA DZIECI 4-9 LAT
10.04. - 19.04.2026r**

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Piątek 10.04.2026	Ryż na mleku 200ml(MLE) pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przlenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE) twarożek 40g(MLE), miód 25g, pomidor 50g kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE) II Galaretka z owoc. 150g	Zupa kalafiorowa 300ml(GLU PSZ,MLE,SEL), pierogi z truskawkami got. 80g(GLU PSZ,JAJ), pierogi z serem 80g(GLU PSZ,JAJ,MLE) serek homogenizowany 40g(MLE), surówka z marchwi, jabłka i selera 120g(SEL), kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przlenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE) dżem niskosłodzony 30g, sałata 30g, herbata 250ml Posilek nocny Sok pomidorowy 200ml
	E 1617kcal, Białko 54,,96g, Tłuszcze 46,79g w tym NKT 17,39g, Węglowodany 255,33g w tym cukry 31,18g, Bł.pokar.24,74g, Sód 1082mg		
Sobota 11.04.2026	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przlenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE) , pasztet pieczony warzywno-drobiowy 50g(JAJ,GLU PSZ) kakao 16% 250ml (MLE) II Jabłko got. 150g	Zupa jarzynowa 300ml(GLU PSZ,MLE,SEL), gołąbek b/zawijania z pieca w sosie pomidorowym 80g(GLU PSZ) ziemniaki z koperkiem 150g, fasolka szparagowa 120g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przlenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE) szynka wiejska40g (GLU PSZ,SOJ,GOR,MLE) , ogórek kiszony tarty 50g, herbata 250ml Posilek nocny Serek wiejski z owocami 100g(MLE)
	E 1664kcal, Białko73,15g, Tłuszcze 50,65g w tym NKT 18,95g, Węglowodany 242,17g w tym cukry 20,11g, Bł.pokar.25,40g, Sód 1815,32mg		
Niedziela 12.04.2026	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przlenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE) parówka 80g(GLU PSZ,SOJ,GOR), ketchup 30g pomidor 50g, kakao 16% 250ml (MLE) II Ciasto buraczane b/c 120g (GLU PSZ,JAJ)	Rosół z makaronem 300ml(GLU PSZ,JAJ,SEL) udko duszone 100g sos jogurtowo-koperk.60g (GLU PSZ,MLE), ziemniaki puree 150g(MLE), bukiet warzyw got 150g kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przlenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE) szynka z kurczaka 20g(GLU PSZ,SOJ,GOR), dżem 20g, pomidor 50g herbata 250ml Posilek nocny Kefir 200g(MLE)
	E 1565kcal, Białko 66,56g, Tłuszcze 45,88g w tym NKT 15,64g, Węglowodany 233,85g w tym cukry 27,57g, Bł.pokar.28,12g, Sód 2446,55mg		
Poniedziałek 13.04.2026	Zupa ml. budyniowa 200ml(MLE) pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przlenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE) ryba got. w sosie pomidowo-warzyw. 80g(RYB,GLU) sałata 30g kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE) II Mus owocowy 10g	Krupnik 300ml(GLU PSZ,MLE,SEL), pieczeń wieprzowa z pieca konw.70g, ziemniaki puree 150g(MLE), sos(GLU PSZ,MLE) buraczki z jabłkiem 130g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przlenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE) wędlna z indyka 40g (GLU PSZ,SOJ,GOR,MLE), pomidor b/s 50g, herbata 250ml Posilek nocny II Jogurt nat. 150g(MLE)
	E 16401kcal, Białko 61,83g, Tłuszcze 52,88g, w tym NKT 17,94g, Węglowodany 236,93g w tym cukry 26,82g, Bł.pokar.20,51g, Sód 1911,93mg		
Wtorek 14.04.2026	Zupa ml.pł.owsiane 200ml(GLU PSZ,MLE), pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przlenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE) wędlna drobiowa 30g(GLU PSZ,SOJ,GOR,), twarożek 60g(MLE) pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE) II Szarlotka dietetyczna 70g(GLU PSZ,)	Zupa szpinakowa 300ml(1GLU PSZ,MLE,SEL), filet drobiowy z pieca konwekcyjnego 70g, ryż 120g, sos koperkowy 70g(GLU PSZ,MLE) surówka z marchwi i jabłka 130g kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przlenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE) ser żółty 40g,(MLE) pomidor 50g, herbata 250ml Posilek nocny Mus owocowy 150g
	E 1565kcal, Białko 63,31g, Tłuszcze 44,75g w tym NKT 19,21g, Węglowodany 234,21g w tym cukry 22,95g, Bł.pokar. 18,94g, Sód 1527,66mg		

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, mączniki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem1169/2011 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 ŁATWOSTRAWNEJ DLA DZIECI 4 - 9 LAT

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Środa 15.04.2026	Zupa ml. kaszka manna 200ml(GLU PSZ,MLE), pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE) kurczak w galarecie 120g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE) II Kiwi z biszkoptami - mus 70g(GLU PSZ,MLE)	Zupa warzywna 300ml(GLU PSZ,MLE,SEL), jajko sadzone na parze z pieca konw. 70g(JAJ) sos 70g(GLU PSZ,MLE), ziemniaki puree 150g(MLE), brokuł got. 130g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE) pasztet drobiowy pieczony 40g(MLE,GLU PSZ) , pomidor 50g, herbata 250ml Posilek nocny Deser galaretka z kefirem i owocami 200g(MLE)
	E 157kcal, Białko 58,86g, Tłuszcze 49,26g w tym NKT 15,46g, Węglowodany 237,59g w tym cukry 22,93g, Bł.pokar.25,11g, Sód 2124,69mg		
Czwartek 16.04.2026	Zupa ml. budyniowa 200ml (MLE), pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE) ser żółty 30g(MLE) dżem 20g, ogórek kiszony 50g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE) II Jabłko got. 150g	Zupa z fasolki szparagowej 300ml(GLU PSZ,MLE,SEL), pulpet z mięsa mieszanego got. 70g(GLU PSZ,MLE), sos 50g(GLU PSZ,MLE), ziemniaki z koperkiem 150g(MLE) buraczki z jabłkiem got. 130g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE) kielbasa szynkowa 50g(GLU PSZ,SOJ,GOR,MLE), pomidor b/s 50g, herbata 250ml Posilek nocny II jogurt nat. 150g(MLE)
	E 1677kcal, Białko 60,37g, Tłuszcze 55,09g w tym NKT 24,01g, Węglowodany 243,79g w tym cukry 40,86g, Bł.pokar.19,83g, Sód 2319,5mg		
Piątek 17.04.2026	Ryż na mleku 200ml(MLE) pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE) jajecznica z koperkiem 120g (JAJ), pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU PSZ,MLE) II Sok pomidorowy 200ml	Zupa owocowa z makaronem 300ml(GLU PSZ,JAJ,SEL), Ryba got. w sosie greckim 180g(GLU PSZ,JAJ) ziemniaki puree z koperkiem 150g(MLE), kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przemno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), masło miks 15g(MLE) Twarożek z ziołami 760g(MLE), pomidor 50g, herbata 250ml Posilek nocny Mus owocowy 150g
	E 1684kcal, Białko 64,44g, Tłuszcze 51,03g w tym NKT 16,83g, Węglowodany 257,44g w tym cukry 36,64g, Bł.pokar.24,69g, Sód 1797,44mg		
Sobota 18.04.2026r.	Pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło miks 15g(MLE), sałatka z ryżu i kurczaka 100g (MLE), sałata 30g, kakao 16% 250ml (MLE) II Kisiel z jabłkiem 200ml	Zupa krem z białych warzyw 300ml(GLU PSZ,MLE,SEL), spaghetti z mięsem i warzywami duszone 250g(GLU PSZ,MLE,JAJ) kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło miks 15g(MLE), pasta z jaj i pietruszki 50g (JAJ,MLE), pomidor b/s 50g, herbata 250ml Posilek nocny: ser twar.homogenizowany 100g(MLE)
	E 1663kcal, Białko 63,35g, Tłuszcze 50,69g w tym NKT 18,05, Węglowodany 262,06g w tym cukry 33,23g, Bł.pokar.31,24g, Sód 1641,11mg		
Niedziela 19.04.2026r	Pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło miks 15g(MLE), szynka konserwowa 40g (SEL,GOR,SOJ,MLE) pomidor b/s 50g, kakao 16% 250ml (MLE) II Ciasto z dyni i marchewki 40g(GLU PSZ,JAJ)	Rosół z makaronem 300ml(GLU PSZ,JAJ,SEL) potrawka z kurczaka got. w sosie własnym 130g (JAJ,GLU PSZ,MLE), ryż got. 120g, marchewka z groszkiem got. 130g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 40g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 40g(GLU, ŻYT) masło miks 15g(MLE), sałatka jarzynowa na jogurcie 100g, (JAJ,MLE,SEL) pomidor b/s 50g, herbata 250ml Posilek nocny Kefir 150(MLE)
	E 1673kcal, Białko 67,62g, Tłuszcze 52,38g w tym NKT 22,91g, Węglowodany 243,3g w tym cukry 32g, Bł.pokar.23,71g, Sód 1654,23mg		

Sporządziła: dietetyk mgr Monika Konieczna

1. 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.

2. 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.

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

Zatwierdza:
Dietetyk mgr Dominika Kabacińska