

JADŁOSPIS DEKADOWY DLA DIETY ŁATWOSTRAWNEJ BEZMLECZNA
20.04. - 29.04.2026

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Poniedziałek 20.04.2026	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45%tł 15g, szynka wieprzowa got. 40g(SOJ,GOR,JAJ,SEL,GLU PSZ) ser żółty vege 30g, pomidor 50g, Herbata 250ml II Mus owocowy 100g	Zupa warzywna 400ml(GLU,SEL), schab faszerowany z pieca konw. 100g (GLU PSZ,JAJ), ziemniaki puree 200g sos 70g(GLU PSZ,MLE) surówka z buraczka i jabłka 150g, kompot z owoców mrożonych b/c 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ), pieczywo przenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45%tł 15g, pasztet pieczony drobiowy 60g(GLU PSZ,JAJ), pomidor 50g, herbata 250ml Posilek nocny Jogurt owocowy VEGE 150g
	E 1953kcal, Białko 74,73g, Tłuszcze 55,38g w tym NKT 19,75g, Węglowodany 300,02g w tym cukier 28,68g, Bł.pokar.26,62g, Sód 1969,77mg		
Wtorek 21.04.2026	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45%tł 15g jajko got 120g(JAJ), pomidor 50g, herbata 250ml II Banan 150g	Krem brokułowy z grzankami 400ml(GLU PSZ,SEL), ryż na wodzie z jabłkiem prażonym 300g kompot z owoców mrożonych b/c 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45%tł 15g, pasta z ryby got. 70g(RYB) sałata 30g, herbata 250ml Posilek nocny Kisiel z owocami 150g Pieczywo chrupkie 20g(GLU)
	E 2071kcal, Białko 74,22g, Tłuszcze 49,2g w tym NKT 10,98g, Węglowodany 350,24g w tym cukier 37,74g, Bł.pokar.32,88g, Sód 2037,04mg		
Środa 22.04.2026	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45%tł 15g, połędwica 50g(GOR,SOJ,JAJ,SEL), pomidor 50g herbata 250ml II Jabłko got. 150g	Pomidorowa z ryżem 400ml(GLU PSZ,SEL), udko duszone 100g, sos 70g(GLU PSZ) ziemniaki z koperkiem 200g fasolka szparagowa got. 150g, kompot z owoców mrożonych b/c 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45%tł 15g, ser żółty VEGE 30g, dżem niskosłodzony 40g, pomidor 50g, herbata 250ml Posilek nocny Jogurt Vege 100 Pieczywo chrupkie30g(GLU PSZ,ŻYT)
	E 2067kcal, Białko 69,24g, Tłuszcze 57,68g w tym NKT 18,39g, Węglowodany 332,77g w tym cukier 26,58g, Bł.pokar.29,34g, Sód 2107,3mg		
Czwartek 23.04.2026	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45%tł 15g, sałatka brokułowa 120g(JAJ), szynka 30g(SEL,GOR,SOJ) herbata 250ml II Deser z galaretką 150g	Zupa fasolowa 400ml(GLU PSZ,SEL), gulasz wieprzowy ze schabu duszony 180g(GLU PSZ), kopytka 180g(GLU PSZ,JAJ), buraczki na ciepło 150g, kompot z owoców mrożonych b/c 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45%tł 15g, szynka 40g(GOR,SOJ,JAJ,SEL) sałata 30g, herbata 250ml Posilek nocny Sok pomidorowy 200ml Wafle ryżowe 30g
	E 2088cal, Białko 78,64g, Tłuszcze 59,31g w tym NKT 10,64g, Węglowodany 324,77g w tym cukier 38,09g, Bł.pokar.27,27g, Sód 2299,22mg		
Piątek 24.04.2026	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45%tł 15g Jajecznica z koperkiem 120g(JAJ), pomidor 80g, herbata 250ml II Ciasto marchewkowe 40g (GLU,JAJ)	Barszcz ukraiński 400ml(GLU PSZ,SEL), pulpety rybne konwekcyjnego 100g(RYB,JAJ,GLU) sos cytrynowy 70g (GLU PSZ) ziemniaki 200g, bukiet warzyw got. 150g, kompot z owoców mrożonych b/c 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45%tł 15g dżem 50g, ser żółty Vege 20g, pomidor 50g, herbata 250ml Posilek nocny Kisiel z tartym jabłkiem150g
	E 2024kcal, Białko 71,39g, Tłuszcze 53,44g w tym NKT 16g, Węglowodany 332,63g w tym cukry 43,17g, Bł.pokar.26,53g, Sód 2043,61mg		

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, łubin, 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 Żywnienia.

Zatwierdza
Dietetyk mgr Dominika Kabacińska

JADŁOSPIS DEKADOWY DLA DIETY ŁATWOSTRAWNEJ BEZMLECZNA

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Sobota 25.04.2026	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45%tł 15g, szynka wieprzowa got. 50g(SOJ,GOR,JAJ,SEL,GLU PSZ) sałata 30g, herbata 250ml II Jablko got.130g	Krem z ciecierzycy 400ml(GLU PSZ,SEL), pieczeń wieprzowa w sosie, pieczona 170g(GLU) kasza jęczmienna 200g, buraczki got.150g, kompot z owoców mrożonych b/c 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45%tł 15g pasztet drobiowy pieczony 50g(GLU,JAJ) ogórek kiszony 50g, herbata 250ml Posilek nocny Jogurt Vege 150g Wafle ryżowe 30g
	E 1989kcal, Białko 81,87g, Tłuszcze 51,65g w tym NKT 10,42g, Węglowodany 318,91g w tym cukry 33,21g, Bł.pokar.41,62g, Sód 2250,37mg		
Niedziela 26.04.2026	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45%tł 15g kurczak z warzywami w galarecie 100g, pomidor 50g, herbata 250ml II Mandarynka 80g	Rosół z makaronem 400ml(GLU PSZ,JAJ,SEL) kotlety siekane z piersi kurczaka z pieca konwek. 100G (GLU,JAJ), sos 70g(GLU), ziemniaki 200g, marchewka z groszkiem got. 150g, kompot z owoców mrożonych b/c 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45%tł 15g, jajka faszerowane zieloną pietruszką 2szt(JAJ), pomidor 50g, herbata 250ml Posilek nocny Mus owocowy b/c 100g Pieczywo chrupkie 30g
	E 2164kcal, Białko 97,23g, Tłuszcze 59,61g w tym NKT 18,03g, Węglowodany 324,13g w tym cukry 36,29g, Bł.pokar.33,49g, Sód 1878,56mg		
Poniedziałek 09.03.2026	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ), pieczywo żytnio-pszenne 60g(GLU PSZ,ŻYT) margaryna miękka 45%tł 15g, kielbasa kanapkowa 30g(GLU PSZ,JAJ,SOJ,GOR) sałatka jarzynowa z oliwą 150g(JAJ), herbata 250ml II Galaretka z owocami 150g	Zupa kalafiorowa 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL), gołąbek z pieca konw.w sosie pomidorowym b/zawijania 170g(GLU PSZ, MLE), ziemniaki puree 200g(MLE), fasolka szparagowa got.150g kompot z owoców mrożonych b/c 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45%tł 15g, pasta z kurczaka z koperkiem 50g(MLE), ogórek kiszony 50g, herbata 250ml Posilek nocny Kefir 150ml(MLE)
	E 1868kcal, Białko 66,83g, Tłuszcze 51,78g w tym NKT 10,87g, Węglowodany 305,2g w tym cukry 26,79g, Bł.pokar.47,55g, Sód 4363,74mg		
Wtorek 31.03.2026	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45%tł 15g, ser żółty Go Vege 40g, ogórek kiszony 50g, herbata 250ml II Banan 150g	Zupa jarzynowa 400mlGLU PSZ,SEL), schab duszony w sosie własnym 180g(GLU PSZ), ziemniaki 200g, buraczki z jabłkiem 150g kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45%tł 15g, szynka delikatesowa 50g (SOJ,GOR,PSZ), pomidor 50g, herbata 250ml Posilek nocny: Jogurt wegański owocowy 100g
	E 1896 kcal, Białko 70,2g, Tłuszcze 53,59g w tym NKT 20,58g, Węglowodany 297,39g w tym cukry 43,68g, Bł.pokar.32,03g, Sód 3498,26mg		
Środa 01.04.2026	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT), margaryna miękka 45%tł 15g, parówka drobiowa 80g(GLU PSZE,GOR, SEL) ketchup 30g(GOR), pomidor 50g, herbata 250ml II Jablko got. 150g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL), placuszki z cukinii z pieca z sosem 300g (GLU PSZ), surówka z marchwi i jabłka 150g, kompot z owoców mrożonych 250ml	Pieczywo pszenne 60g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 60g(PSZ,ŻYT) margaryna miękka 45%tł 15g, pasta z dorsza z warzywami 70g(RYB), pomidor 50g, herbata 250ml Posilek nocny: Jogurt wegański nat. 150ml
	E 2101kcal, Białko 69,64g, Tłuszcze 66,88g w tym NKT 13,9g, Węglowodany 322,98g w tym cukry 34,83g, Bł.pokar.41,77g, Sód 2397,91mg		

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, łubin, mięczaki. 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 Żywnienia.

Zatwierdza:
Dietetyk mgr Dominika Kabacińska