28.09.-04.10.2026r

JADŁOSPIS DLA DIETY ŁATWOSTRAWNEJ DLA DZIECI DO 3 LAT

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Poniedziałek	Zupa ml. budyniowa 150ml(MLE) pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE), pasta rybno-warzyw. 40g(RYB,MLE), herbata 150ml **II Jabłko got. 100g**	Krupnik 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), pieczeń wieprzowa z pieca konwek.50g, ziemniaki pureeb40g(MLE), sos (GLU PSZ,MLE) buraczki z jabłkiem 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 10g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 30g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) szynka z indyka 30g (GLU PSZ,SOJ,GOR,MLE, sałata 30g, herbata 150ml **Posiłek nocny** **II Jogurt nat. 150g(MLE)**
	E 1065kcal, Białko 42,94g, Tłuszcze 40,25g w tym NKT 23,41g, Węglowodany 136,59g w tym cukry 25,76g, Bł.pokar.11,21g, Sód 866,04mg		
Wtorek	Zupa ml.pł.owsiane 150ml(GLU PSZ,MLE), pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE), wędlina drobiowa 10g(GLU PSZ,SOJ,GOR,MLE) twarożek.30g(MLE), pomidor b/s 50g, herbata 150ml **II Ciasto dietetyczne 40g(GLU PSZ,JAJ)**	Zupa szpinakowa 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), kotlet z piersi kurczaka z piecca 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 przenno-żytnie 30g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) , ser żółty 20g(MLE), pomidor b/s50g, herbata 150ml **Posiłek nocny** **Mus owocowy b/c 100g**
	E 1053kcal, Białko 43,58, Tłuszcze 39,22g w tym NKT 22,4g, Węglowodany 134,53g w tym cukry 17,73g, Bł.pokar.12,345g, Sód 874,53mg		
Środa	Zupa ml. kaszka manna 150ml(GLU PSZ,MLE), pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE), twarożek 20g(MLE), miód 20g, pomidor b/s 50g, herbata 150ml **II Kiwi 70g**	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 przenno-żytnie 30g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) pasztet drobiowy z zieleniną pieczony 30g(MLE), pomidor b/s 50g, herbata 150ml **Posiłek nocny** **Deser mleczny z galar.150ml (MLE)**
	E 965kcal, Białko 37,98g, Tłuszcze 34,05g w tym NKT 22,38g, Węglowodany 135,33g w tym cukry 19,06g, Bł.pokar.13,42g, Sód 691,37mg		
Czwartek	Zupa ml. budyniowa 150ml (MLE), pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE), dżem niskosłodz. 20g ser żółty 20g(MLE), pomidor b/s 40g, herbata 150ml **II Jabłko got. b/s 150g**	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), buraczki got 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 10g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 30g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE), kiełbasa szynkowa 30gGLU PSZ,SOJ,GOR,MLE), dżem niskosłodz. 20g, herbata 150ml **Posiłek nocny** **II Jogurt owoc. 100g(MLE)**
	E 970kcal, Białko 39,28g, Tłuszcze 36,48g w tym NKT 20,48g, Węglowodany 126,38g w tym cukry 29,28g, Bł.pokar.11,93g, Sód 1833,45mg		
Piątek	Ryż na mleku 150ml(MLE) pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ), pieczywo przenno-żytnie 20g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) jajecznica z koperkiem 60g (JAJ), pomidor b/s 50g, herbata 150ml **II Sok Kubuś 150g**	Zupa owocowa z makaronem 200ml(GLU PSZ,JAJ), ryba z pieca po grecku z warzywami 100g(GLU PSZE), ziemniaki puree z koperkiem 40g(MLE), kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 10g(GLU PSZ) pieczywo przenno-żytnie 30g(PSZ,ŻYT), masło 82%tł 10g(MLE) twarożek z ziołami 30g(MLE), pomidor b/s 50g, herbata 150ml **Posiłek nocny** **Mus owocowy b/c 100g**
	E 993kcal, Białko 32,96g, Tłuszcze 39,35g w tym NKT 20,41g, Węglowodany 128,62g w tym cukry 16,04g, Bł.pokar.12,09g, Sód 573,18mg		
Sobota	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), pasta z kurczaka 30g (MLE), pomidor b/skóry 50g, kakao 16% 150ml (MLE) **II Mus z kiwi 70g**	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 pszenne 30g(GLU PSZ) masło 82% tł 10g(MLE), pasta z jaj i pietruszki 30g (JAJ,MLE), pomidor b/s 50g, herbata 150ml **Posiłek nocny:** **Kisiel z jabłkiem 100ml**
	E 1024kcal, Białko 33,14g, Tłuszcze 42,75g w tym NKT 19,16g, Węglowodany 134,66g w tym cukry 16,41g, Bł.pokar.14,52g, Sód 1275,55mg		
Niedziela	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) 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) **II Biszkopty 30g(GLU PSZ,JAJ)**	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 pszenne 30g(GLU PSZ) masło 82% tł 10g(MLE), ser twarogowy 20g(MLE) dżem niskosłodzony 20g pomidor b/s 50g, herbata 150ml **Posiłek nocny** **Jogurt owocowy b/cukru 100(MLE)**
	E 972kcal, Białko 41,15g, Tłuszcze 32,96g w tym NKT 16,72g, Węglowodany 130,18g w tym cukry 12,22g, Bł.pokar.7,42g, Sód 1392,44mg		

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 Rozporządzeniem1169/2011 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 Żywienia.

Zatwierdza: Dietetyk mgr Dominika Kabacińska

05.10.-11.10.2026r

JADŁOSPIS DLA DIETY ŁATWOSTRAWNEJ DLA DZIECI DO 3 LAT

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Poniedziałek	Zupa ml. z zacierką 150ml(GLU PSZ,MLE,JAJ), pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU, ŻYT), masło 82% tł 10g(MLE), szynka wieprzowa got. 20g(SOJ,GOR,JAJ,SEL,GLU PSZ) ser żółty 20g(MLE), pomidor b/s 50g, herbata 250ml **II Mus owocowy b/c 100g**	Zupa warzywna 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), schab faszerowany z pieca konw. 50g (JAJ,GLU PSZ), ziemniaki puree 40g(MLE), sos 30g(GLU PSZ,MLE) surówka z buraczka i jabłka 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 30g(GLU PSZ) masło 82% tł 10g(MLE), pasta z kurczaka 30g(GLU PSZ,JAJ), pomidor b/s 50g, herbata 150ml **Posiłek nocny** **Jogurt owocowy 150g(MLE)**
	E 1031kcal, Białko 44,49g, Tłuszcze 42,05g w tym NKT 24,17g, Węglowodany 120,92g w tym cukry 11,50g, Bł.pokar.8,57g, Sód 823,92mg		
Wtorek	Zupa ml.pł.owsiane 150ml(GLU PSZ,MLE), pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU, ŻYT), masło 82% tł 10g(MLE), ser twarogowy 50g(MLE), pomidor b/skóry50g, herbata 150ml **II Banan 100g**	Krem brokułowy z grzankami 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), ryż na mleku z jabłkiem prażonym 120g(MLE) kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 30g(GLU PSZ) masło 82% tł 10g(MLE), pasta z ryby got.z koperkiem 30g(RYB,MLE) sałata 30g, herbata 150ml **Posiłek nocny** **Kisiel z owocami 150g**
	E 1026 kcal, Białko 36,09g, Tłuszcze 33,7g w tym NKT 18,83g, Węglowodany 150g w tym cukry 20,3g, Bł.pokar.11,75g, Sód 565,11mg		
Środa	Zupa ml. kaszka manna 150ml(GLU PSZ,MLE), pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), polędwica drobiowa 40g(GOR,SOJ,JAJ,SEL,MLE), pomidor b/s 50g, herbata 150ml **II Jabłko got. 150g**	Pomidorowa z ryżem 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), udko duszone w sosie jogurtowym 90g(GLU PSZ,MLE) ziemniaki puree z koperkiem 50g(MLE), fasolka szparagowa got.50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 30g(GLU PSZ) masło 82% tł 10g(MLE), ser żółty 10g(MLE), dżem niskosłodzony 30g, pomidor b/s 50g, herbata 250ml **Posiłek nocny** **Serek wiejski z owocami 100(MLE)** **Pieczywo chrupkie30g(GLU)**
	E 987kcal, Białko 44,18g, Tłuszcze 37g w tym NKT 31,09g, Węglowodany 123,41g w tym cukry 10,41g, Bł.pokar.11,69g, Sód 1794,82mg		
Czwartek	Zupa ml.budyniowa 100ml (GLU PSZ,MLE), pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), sałatka brokułowa z sosem jogurtowym 60g(JAJ,MLE), szynka konserwowa 10g(SEL,GOR,SOJ,MLE), herbata 150ml I**I Deser kefir z galaretką b/c 150g(MLE)**	Zupa z fasolki szparagowej 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), gulasz wieprzowy ze schabu duszony 80g(GLU PSZ,MLE), kopytka 40g(GLU PSZ,JAJ), buraczki na ciepło 150g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 30g(GLU PSZ) masło 82% tł 10g(MLE), pasta twarogowa 30g(MLE), sałata 30g, herbata 150ml **Posiłek nocny** **mus owocowy b/c 100g**
	E 1005kcal, Białko 37,01g, Tłuszcze 37,28g w tym NKT 20,32g, Węglowodany 136,89g w tym cukry 44,99g, Bł.pokar.29,39g, Sód 668,32mg		
Piątek	Zupa ml. pł.kukurydzianae 150ml (MLE), pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), jajecznica z koperkiem na parze 60g(JAJ), pomidor b/s 50g, herbata 150ml **II Ciasto marchewkowe 40g (GLU PSZ,JAJ),**	Barszcz ukraiński 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), pulpeciki z ryby, z pieca z sosem cytrynowym 40g(GLU PSZ,RYB,JAJ,MLE), ziemniaki puree 40g(MLE), bukiet warzyw got.50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 30g(GLU PSZ) masło 82% tł 10g(MLE), dżem niskosłodzony 20g, ser żółty 20g(MLE), pomidor b/s 50g, herbata 150ml **Posiłek nocny** **Kisiel z tartym jabłkiem150g**
	E 1031kcal, Białko 33,13g, Tłuszcze 38,61g w tym NKT 21,65g, Węglowodany 142,96g w tym cukry 18,01g, Bł.pokar.9,98g, Sód 984,3mg		
Sobota	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ) pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU, ŻYT) masło 82% tł 10g(MLE), szynka wieprzowa got. 30g(SOJ,GOR,JAJ,SEL,GLU PSZ), ser twarogowy z ziołami 20g(MLE), sałata 30g, kakao 16% 150ml(MLE) **II Jabłko got. b/skóry 120g**	Krem z cukinii i marchwi 200ml(GLU PSZ,MLE,SEL), pieczeń wieprzowa w sosie własnym, pieczona 40g(GLU,MLE) kasza jęczmienna 40g(GLU JĘCZ), buraczki z jabłkiem got. 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 30g(GLU PSZ) masło 82% tł 10g(MLE), pasztet drobiowy pieczony 30g(GLU,JAJ) pomidor b/s 50g, herbata 150ml **Posiłek nocny** **Jogurt owocowy b/cukru 150g(MLE)** **Wafle ryżowe 30g**
	E 941kcal, Białko 37,66g, Tłuszcze 38,41g w tym NKT 16,82g, Węglowodany 117,79g w tym cukry 14,41g, Bł.pokar.11,62g, Sód 719,41mg		
Niedziela	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), szynka kanapkowa 30g(SOJ,ML,GLU PSZ,JAJ,SEL), pomidor b/s 40g, kakao 16% 150ml(MLE) **II Jabłko got.100g**	Rosół z makaronem 200ml(GLU,JAJ,SEL) kotlety siekane z piersi kurczaka z pieca konwek. 50g (GLU PSZ,JAJ), sos 30g(GLU PSZ,MLE), ziemniaki puree 40g(MLE), marchewka z groszkiem 50g, kompot z owoców mrożonych 150ml	Pieczywo pszenne 20g(GLU PSZ), pieczywo pszenno-żytnie 20g(GLU PSZ,ŻYT) masło 82%tł.10g(MLE), jajko got. 1szt (JAJ), pomidor b/s 40g, herbata b/c 150ml **Posiłek nocny** **Mus owocowy 100g**
	E 941kcal, Białko 38,96g, Tłuszcze 31,81g w tym NKT 16,50g, Węglowodany 129,7g w tym cukry 17,83g, Bł.pokar.10,18g, Sód 913,07mg		

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 Rozporządzeniem1169/2011 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 Żywienia.

Zatwierdza: Dietetyk mgr Dominika Kabacińska