

ZESTAWIENIE JADŁOSPISÓW

Za okres: 31-05-2026 - 14-06-2026

Lp.	Posiłek	Nazwa diety	Norm.	Data				
				31-05-2026	01-06-2026	02-06-2026	03-06-2026	04-06-2026
				Niedziela	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek
Występujące alergeny (nr) w posiłku:				[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
1	Śniadanie	Podstawowa	020	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Szynka firmowa=60 g Pomidor szklamiowy=50 g Salata lodowa=0,1 g (szt.)	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Kielbasa szynkowa=40 g Ser topiony=50 g Salata lodowa=0,1 g (szt.) Pomidor szklamiowy=50 g	Kawa z mlekiem.piecz.masło=200 g Salceson=100 g Salata lodowa=0,1 g (szt.) Ogórki kwasz.=50 g	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Ryż na mleku=300 ml Ser twarog.=100 ml (g) Miód 25g=1 ml (szt.) Salata lodowa=0,1 ml (szt.) Pomidor szklamiowy=50 ml (g)	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Szynka babuni=60 g Salata lodowa=0,1 g (szt.) Rukola=0,1 g (opak.)
Występujące alergeny (nr) w posiłku:				2 4 6 13 14	2 4 6 13 14	2 4 6 13 14	2 4 6 13 14	2 4 6 13 14
2		Łatwostrawna	020	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Szynka firmowa=60 g Pomidor szklamiowy=50 g Salata lodowa=0,1 g (szt.)	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Kielbasa szynkowa=60 g Salata lodowa=0,1 g (szt.) Pomidor szklamiowy=50 g	Kawa z mlekiem.piecz.masło=200 g Kielbasa krak.parz.=60 g Salata lodowa=0,1 g (szt.) Ogórki kwasz.=50 g	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Ryż na mleku=300 ml Ser twarog.=100 ml (g) Miód 25g=1 ml (szt.) Salata lodowa=0,1 ml (szt.) Pomidor szklamiowy=50 ml (g)	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Szynka babuni=60 g Salata lodowa=0,1 g (szt.) Rukola=0,1 g (opak.)
3		Z ogranicz. łatwo	020	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Szynka firmowa=60 g Pomidor szklamiowy=50 g Salata lodowa=0,1 g (szt.)	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Kielbasa szynkowa=60 g Salata lodowa=0,1 g (szt.) Pomidor szklamiowy=50 g	Herb.piecz.masło.(ś2)=220 g (porcja) Kielbasa krak.parz.=60 g Salata lodowa=0,1 g (szt.) Ogórki kwasz.=50 g	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Ser twarog.=100 g Salata lodowa=0,1 g (szt.) Pomidor szklamiowy=50 g	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Szynka babuni=60 g Salata lodowa=0,1 g (szt.) Rukola=0,1 g (opak.)
4	Obiad I	Podstawowa	020	Rosół z makaronem=300 ml Udko piecz.=200 g (porcja) Ryż na sypko=100 g Mini marchewki=150 g Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Krupnik jęczm.=400 ml (porcja) Pulpet wieprzowy=110 g Ziemniaki b/t=200 g (porcja) Cukinia=150 g Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Kalafiorowa=400 ml (porcja) Potrawka z drobiu=110 g Ryż na sypko=100 g Marchewka gotowana=200 g (porcja) Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Barszcz z botwinka=400 ml (porcja) Makaron ze szpinakiem=130 g Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Pomidorowa z ryżem=400 ml (porcja) Schab pieczony=120 g Kasza jęczm.na sypko=100 g (porcja) Warzywa na patelnie=150 g Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)
Występujące alergeny (nr) w posiłku:				2 4 6 11 13 14	2 3 4 6 7 11 13 14	2 4 6 11 13 14	2 4 6 11 13 14	2 4 6 7 11 13 14

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Siarczany	Gorczyca	Jajka	Łubin	Mięczaki	Mleko	Sezam	Orzechy	Orzeszki	Ryby	Seler	Skorupiaki	Soja	Gluten

5	Latwostrawna	020	Rosół z makaronem=300 ml Udko piecz.=200 g (porcja) Ryż na sypko=100 g Mini marchewki=150 g Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Krupnik jęczm.=400 ml (porcja) Pulpet wieprzowy=110 g Ziemniaki b/t=200 g (porcja) Cukinia=150 g Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Kalaforowa=400 ml (porcja) Potrawka z drobiu=110 g Ryż na sypko=100 g Marchewka gotowana=200 g (porcja) Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Barszcz z botwinką=400 ml (porcja) Makaron ze szpinakiem=130 g Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Pomidorowa z ryżem=400 ml (porcja) Schab pieczony=120 g Kasza jęczm.na sypko=100 g (porcja) Warzywa na patelnie=150 g Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	
6	Z ogranicz. łatwo	020	Rosół z makaronem=300 ml Udko piecz.=200 g (porcja) Ryż na sypko=100 g Mini marchewki=150 g Woda z cytryną=250 ml (porcja)	Krupnik jęczm.=400 ml (porcja) Pulpet wieprzowy=110 g Ziemniaki b/t=200 g (porcja) Cukinia=150 g Woda z cytryną=250 ml (porcja)	Kalaforowa=400 ml (porcja) Potrawka z drobiu=110 g Ryż na sypko=100 g Marchewka gotowana=200 g (porcja) Woda z cytryną=250 ml (porcja)	Barszcz z botwinką=400 ml (porcja) Makaron ze szpinakiem=130 g Woda z cytryną=250 ml (porcja)	Pomidorowa z ryżem=400 ml (porcja) Schab pieczony=120 g Kasza jęczm.na sypko=100 g (porcja) Warzywa na patelnie=150 g Woda z cytryną=250 ml (porcja)	
7	Kolacja	Podstawowa	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Jajka na miękko=100 szt. (porcja) Dżem=50 szt. (g) Pomidor szklamiowy=50 szt. (g)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Pasta warzywana=400 g Ogórki szklamiowe=50 g	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Jajka na miękko=100 szt. (porcja) Dżem=50 szt. (g) Pomidor szklamiowy=50 szt. (g)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Salatka z kuskusem=100 g	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Kiełbasa szynkowa=60 g Pomidor szklamiowy=50 g	
Występujące alergeny (nr) w posiłku:			2 3 4 6 13 14	2 4 6 13 14	2 3 4 6 13 14	2 4 6 7 10 13 14	2 4 6 13 14	
8	Latwostrawna	020	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Jajka na miękko=100 szt. (porcja) Dżem=50 szt. (g) Pomidor szklamiowy=50 szt. (g)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Pasta warzywana=400 g Pomidor szklamiowy=50 g	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Jajka na miękko=100 szt. (porcja) Dżem=50 szt. (g) Pomidor szklamiowy=50 szt. (g)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Salatka z kuskusem=100 g	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Kiełbasa szynkowa=60 g Pomidor szklamiowy=50 g	
9	Z ogranicz. łatwo	020	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Jajka na miękko=100 szt. (porcja) Ser topiony=50 szt. (g) Pomidor szklamiowy=50 szt. (g)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Pasta warzywana=400 g Pomidor szklamiowy=50 g	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Jajka na miękko=100 szt. (porcja) Pomidor szklamiowy=50 szt. (g)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Salatka z kuskusem=100 g	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Kiełbasa szynkowa=60 g Pomidor szklamiowy=50 g	
<b>Suma wartości energetycznych i składników odżywczych za dzień w poszczególnych dietach i normach:</b>								
Suma dzień	Podstawowa	020	W.En.=10536kJ/2515kcal, Tł.=62,33g, K.tł.=19,45g, Węgl.=309,65g, Cuk.=51,41g, Biał.=143,91g, Sól=1,59g, Sód=660,29mg, Bł.=5,92g, Chł.=443,6m	W.En.=8025kJ/1919kcal, Tł.=61,97g, K.tł.=17,52g, Węgl.=287,76g, Cuk.=58,76g, Biał.=69,93g, Sól=2,37g, Sód=955,99mg, Bł.=10,46g, Chł.=214mg	W.En.=9043kJ/2161kcal, Tł.=74,73g, K.tł.=21,95g, Węgl.=306,97g, Cuk.=57,83g, Biał.=82,1g, Sól=1,74g, Sód=712,79mg, Bł.=9,79g, Chł.=506mg	W.En.=9556kJ/2281kcal, Tł.=66,06g, K.tł.=22,04g, Węgl.=346,94g, Cuk.=75,85g, Biał.=89,71g, Sól=2,45g, Sód=992,06mg, Bł.=7,37g, Chł.=151,2mg	W.En.=7413kJ/1772kcal, Tł.=63,09g, K.tł.=16,44g, Węgl.=257,82g, Cuk.=54,52g, Biał.=57,93g, Sól=2,37g, Sód=954,49mg, Bł.=8,98g, Chł.=125mg	
Suma dzień	Latwostrawna	020	W.En.=10938kJ/2613kcal, Tł.=68,33g, K.tł.=21,37g, Węgl.=311,05g, Cuk.=54,21g, Biał.=148,41g, Sól=2,51g, Sód=1030,29mg, Bł.=6,22g, Chł.=443,6	W.En.=7906kJ/1893kcal, Tł.=55,52g, K.tł.=19,71g, Węgl.=289,16g, Cuk.=62,21g, Biał.=71,02g, Sól=3,65g, Sód=1469,49mg, Bł.=11,11g, Chł.=227,8m	W.En.=9185kJ/2196kcal, Tł.=70,33g, K.tł.=28,55g, Węgl.=307,27g, Cuk.=61,13g, Biał.=93,57g, Sól=4,72g, Sód=1909,39mg, Bł.=11,74g, Chł.=556,4m	W.En.=9958kJ/2379kcal, Tł.=72,06g, K.tł.=23,96g, Węgl.=348,34g, Cuk.=78,65g, Biał.=94,21g, Sól=3,37g, Sód=1362,06mg, Bł.=7,67g, Chł.=151,2mg	W.En.=7815kJ/1870kcal, Tł.=69,09g, K.tł.=18,36g, Węgl.=259,22g, Cuk.=57,32g, Biał.=62,43g, Sól=3,29g, Sód=1324,49mg, Bł.=9,28g, Chł.=125mg	
Suma dzień	Z ogranicz. łatwo	020	W.En.=10509kJ/2509kcal, Tł.=78,47g, K.tł.=20,95g, Węgl.=258,46g, Cuk.=41,74g, Biał.=154,16g, Sól=0,67g, Sód=320,64mg, Bł.=2,62g, Chł.=455,6m	W.En.=8006kJ/1916kcal, Tł.=65,71g, K.tł.=27,3g, Węgl.=262,22g, Cuk.=46,44g, Biał.=81,87g, Sól=1,85g, Sód=735,84mg, Bł.=7,51g, Chł.=283,3mg	W.En.=7818kJ/1868kcal, Tł.=60,07g, K.tł.=24,09g, Węgl.=261,25g, Cuk.=70,04g, Biał.=79,96g, Sól=2,51g, Sód=1023,14mg, Bł.=10,24g, Chł.=540,4m	W.En.=8357kJ/1995kcal, Tł.=67,14g, K.tł.=23,02g, Węgl.=268,93g, Cuk.=67,98g, Biał.=88,05g, Sól=1,03g, Sód=435,41mg, Bł.=5,97g, Chł.=159,2mg	W.En.=7356kJ/1759kcal, Tł.=65,38g, K.tł.=17,96g, Węgl.=239,48g, Cuk.=63,25g, Biał.=60,98g, Sól=1,46g, Sód=618,84mg, Bł.=5,68g, Chł.=137mg	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Siarczany	Gorczyca	Jajka	Lubin	Mięczaki	Mleko	Sezam	Orzechy	Orzeszki	Ryby	Seler	Skorupiaki	Soja	Gluten

ZESTAWIENIE JADŁOSPISÓW

Za okres: 31-05-2026 - 14-06-2026

Lp.	Posiłek	Nazwa diety	Norm.	Data				
				05-06-2026	06-06-2026	07-06-2026	08-06-2026	09-06-2026
				Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
[ 1 ]				[ 2 ]	[ 3 ]	[ 4 ]	[ 5 ]	
1	Śniadanie	Podstawowa	020	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Manna na mleku=300 ml (porcja) Pieczeń rzymska=60 ml (g) Jaja=1 ml (szt.) Sałata lodowa=0,1 ml (szt.) Ogórki szklamiowe=50 ml (g)	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Kiełbasa żywiecka=60 g Sałata lodowa=0,1 g (szt.) Pomidor szklamiowy=50 g	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Szynka biała=60 g Rukola=0,1 g (opak.)	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Manna na mleku=300 ml (porcja) Kiełbasa żywiecka=60 ml (g) Pomidor szklamiowy=50 ml (g)	Kawa z mlekiem.piecz.masło=200 g Kiełbasa krak.parz.=60 g Roszponka=0,1 g (szt.) Sałata lodowa=0,1 g (szt.)
Występujące alergeny (nr) w posiłku:				2 3 4 6 13 14	2 4 6 13 14	2 4 6 13 14	2 4 6 13 14	2 4 6 13 14
2		Łatwostrawna	020	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Manna na mleku=300 ml (porcja) Połędwica wędz.=60 ml (g) Jaja=1 ml (szt.) Sałata lodowa=0,1 ml (szt.) Pomidor szklamiowy=50 ml (g)	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Kiełbasa żywiecka=60 g Sałata lodowa=0,1 g (szt.) Pomidor szklamiowy=50 g	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Szynka biała=60 g Rukola=0,1 g (opak.)	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Manna na mleku=300 ml (porcja) Kiełbasa żywiecka=60 ml (g) Pomidor szklamiowy=50 ml (g)	Kawa z mlekiem.piecz.masło=200 g Kiełbasa krak.parz.=60 g Roszponka=0,1 g (szt.) Sałata lodowa=0,1 g (szt.)
3		Z ogranicz. łatwo	020	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Połędwica wędz.=60 g Jaja=1 g (szt.) Sałata lodowa=0,1 g (szt.) Ogórki szklamiowe=50 g	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Kiełbasa żywiecka=60 g Sałata lodowa=0,1 g (szt.) Pomidor szklamiowy=50 g	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Szynka biała=60 g Rukola=0,1 g (opak.)	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Kiełbasa żywiecka=60 g Pomidor szklamiowy=50 g	Herb.piecz.masło (ś)=220 g (porcja) Kiełbasa krak.parz.=60 g Roszponka=0,1 g (szt.) Sałata lodowa=0,1 g (szt.)
4	Obiad I	Podstawowa	020	Jarzynowa=400 ml (porcja) Ryba z pieca=130 g Ziemniaki b/t=200 g (porcja) Sur.kap.białej=150 g Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Szpinakowa=400 ml (porcja) Szynka pieczona=150 g Kasza jęczm.na sypko=100 g (porcja) Warzywa na patelnii=150 g Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Rosół z makaronem=300 ml Udka piecz.=200 g (porcja) Ryż na sypko=100 g Marchewka gotowana=200 g (porcja) Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Krupnik jaglany=300 ml (porcja) Schab pieczony=120 g Ziemniaki b/t=200 g (porcja) Surówka coleslaw=80 g (porcja) Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Koperkowa=400 ml (porcja) Pulpet wieprzowy=110 g Kasza jęczm.na sypko=100 g (porcja) Sałata ziel. z jogurtem=200 g Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)
Występujące alergeny (nr) w posiłku:				2 4 6 10 11 13 14	2 4 6 7 11 13 14	2 4 6 11 13 14	2 4 6 7 11 13 14	2 3 4 6 7 11 13 14

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Siarczany	Gorczyca	Jajka	Lubin	Mięczaki	Mleko	Sezam	Orzechy	Orzeszki	Ryby	Seler	Skorupiaki	Soja	Gluten

5	Łatwostrawna	020	Jarzynowa=400 ml (porcja) Ryba z pieca=130 g Ziemniaki b/t=200 g (porcja) Brokuły=200 g (porcja) Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Szpinakowa=400 ml (porcja) Szynka pieczona=150 g Kasza jęczm.na sypko=100 g (porcja) Warzywa na patelnie=150 g Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Rosół z makaronem=300 ml Udko piecz.=200 g (porcja) Ryż na sypko=100 g Marchewka gotowana=200 g (porcja) Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Krupnik jaglany=300 ml (porcja) Schab pieczony=120 g Ziemniaki b/t=200 g (porcja) Brokuły=200 g (porcja) Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Koperkowa=400 ml (porcja) Pulpet wieprzowy=110 g Kasza jęczm.na sypko=100 g (porcja) Sałata ziel. z jogurtem=200 g Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	
6	Z ogranicz. łatwo	020	Jarzynowa=400 ml (porcja) Ryba z pieca=130 g Ziemniaki b/t=200 g (porcja) Brokuły=200 g (porcja) Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Szpinakowa=400 ml (porcja) Szynka pieczona=150 g Kasza jęczm.na sypko=100 g (porcja) Warzywa na patelnie=150 g Woda z cytryną=250 ml (porcja)	Rosół z makaronem=300 ml Udko piecz.=200 g (porcja) Ryż na sypko=100 g Marchewka gotowana=200 g (porcja) Woda z cytryną=250 ml (porcja)	Krupnik jaglany=300 ml (porcja) Schab pieczony=120 g Ziemniaki b/t=200 g (porcja) Surówka coleslaw=80 g (porcja) Woda z cytryną=250 ml (porcja)	Koperkowa=400 ml (porcja) Pulpet wieprzowy=110 g Kasza jęczm.na sypko=100 g (porcja) Sałata ziel. z jogurtem=200 g Woda z cytryną=250 ml (porcja)	
7	Kolacja	Podstawowa	020	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Serek homogenizowany=1 g (szt.) Pomidor szklarniowy=50 g	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Kiełbasa krak.parz.=60 g Roszponka=0,1 g (szt.)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Jajka na miękko=100 szt. (porcja) Pomidor szklarniowy=50 szt. (g)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Szynka pieczona=60 g Pomidor szklarniowy=50 g	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Kiełbasa szynkowa=60 g Ogórki szklarniowe=50 g
Występujące alergeny (nr) w posiłku:			2 4 6 13 14	2 4 6 13 14	2 3 4 6 13 14	2 4 6 13 14	2 4 6 13 14	
8	Łatwostrawna	020	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Serek homogenizowany=1 g (szt.) Pomidor szklarniowy=50 g	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Kiełbasa krak.parz.=60 g Roszponka=0,1 g (szt.)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Jajka na miękko=100 szt. (porcja) Pomidor szklarniowy=50 szt. (g)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Szynka pieczona=60 g Pomidor szklarniowy=50 g	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Kiełbasa szynkowa=60 g Pomidor szklarniowy=50 g	
9	Z ogranicz. łatwo	020	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Serek homogenizowany=1 g (szt.) Pomidor szklarniowy=50 g	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Kiełbasa krak.parz.=60 g Roszponka=0,1 g (szt.)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Jajka na miękko=100 szt. (porcja) Pomidor szklarniowy=50 szt. (g)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Szynka pieczona=60 g Pomidor szklarniowy=50 g	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Kiełbasa szynkowa=60 g Pomidor szklarniowy=50 g	
<b>Suma wartości energetycznych i składników odżywczych za dzień w poszczególnych dietach i normach:</b>								
Suma dzień	Podstawowa	020	W.En.=9076kJ/2168kcal, Tł.=71,36g, K.tł.=29,47g, Węgl.=306,84g, Cuk.=77,26g, Biał.=90,75g, Sól=2,26g, Sód=916,69mg, Bł.=11,66g, Chł.=393,1mg	W.En.=8720kJ/2084kcal, Tł.=89,19g, K.tł.=31,64g, Węgl.=255,1g, Cuk.=54,6g, Biał.=80,53g, Sól=6,32g, Sód=2536,69mg, Bł.=8,98g, Chł.=213mg	W.En.=7732kJ/1845kcal, Tł.=69,94g, K.tł.=20,65g, Węgl.=236,52g, Cuk.=57,53g, Biał.=79,57g, Sól=1,91g, Sód=785,39mg, Bł.=10,72g, Chł.=443,6mg	W.En.=10106kJ/2416kcal, Tł.=99,01g, K.tł.=23,08g, Węgl.=311,4g, Cuk.=74,27g, Biał.=86,69g, Sól=4,21g, Sód=1696,91mg, Bł.=12,06g, Chł.=175,4m	W.En.=7915kJ/1891kcal, Tł.=63,91g, K.tł.=26,63g, Węgl.=259,17g, Cuk.=51,95g, Biał.=85,22g, Sól=3,98g, Sód=1609,14mg, Bł.=4,02g, Chł.=297,8mg	
Suma dzień	Łatwostrawna	020	W.En.=9697kJ/2320kcal, Tł.=79,68g, K.tł.=33,1g, Węgl.=301,03g, Cuk.=77,54g, Biał.=108,91g, Sól=3,17g, Sód=1278,79mg, Bł.=12,14g, Chł.=393,1mg	W.En.=9122kJ/2182kcal, Tł.=95,19g, K.tł.=33,56g, Węgl.=256,5g, Cuk.=57,4g, Biał.=85,03g, Sól=7,24g, Sód=2906,69mg, Bł.=9,28g, Chł.=213mg	W.En.=8134kJ/1943kcal, Tł.=75,94g, K.tł.=22,57g, Węgl.=237,92g, Cuk.=60,33g, Biał.=84,07g, Sól=2,83g, Sód=1155,39mg, Bł.=11,02g, Chł.=443,6m	W.En.=9838kJ/2355kcal, Tł.=88,19g, K.tł.=27,36g, Węgl.=307,76g, Cuk.=73,9g, Biał.=92,48g, Sól=5,12g, Sód=2060,49mg, Bł.=12,19g, Chł.=175,4mg	W.En.=8359kJ/1999kcal, Tł.=70,06g, K.tł.=28,72g, Węgl.=260,07g, Cuk.=55,9g, Biał.=90,97g, Sól=5,44g, Sód=2194,64mg, Bł.=6,32g, Chł.=297,8mg	
Suma dzień	Z ogranicz. łatwo	020	W.En.=8115kJ/1940kcal, Tł.=67,36g, K.tł.=27,65g, Węgl.=251,37g, Cuk.=71,44g, Biał.=92,13g, Sól=0,97g, Sód=394,79mg, Bł.=9,54g, Chł.=371,62mg	W.En.=9013kJ/2155kcal, Tł.=88,93g, K.tł.=31,34g, Węgl.=272g, Cuk.=43,62g, Biał.=78,18g, Sól=5,24g, Sód=2102,59mg, Bł.=5,68g, Chł.=213mg	W.En.=8203kJ/1958kcal, Tł.=86,03g, K.tł.=30,28g, Węgl.=207,28g, Cuk.=53,66g, Biał.=95,02g, Sól=1,04g, Sód=425,74mg, Bł.=9,52g, Chł.=499,1mg	W.En.=9491kJ/2269kcal, Tł.=108,71g, K.tł.=29,09g, Węgl.=244,45g, Cuk.=55,7g, Biał.=89,39g, Sól=3g, Sód=1201,36mg, Bł.=10,11g, Chł.=206,9mg	W.En.=7644kJ/1827kcal, Tł.=62,35g, K.tł.=25,94g, Węgl.=240,5g, Cuk.=62,01g, Biał.=82,91g, Sól=3,38g, Sód=1398,89mg, Bł.=2,72g, Chł.=293,8mg	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Siarczany	Gorczyca	Jajka	Łubin	Mięczaki	Mleko	Sezam	Orzechy	Orzeszki	Ryby	Seler	Skorupiaki	Soja	Gluten

ZESTAWIENIE JADŁOSPISÓW

Za okres: 31-05-2026 - 14-06-2026

Lp.	Posiłek	Nazwa diety	Norm.	Data				
				10-06-2026	11-06-2026	12-06-2026	13-06-2026	14-06-2026
				Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
[ 1 ]				[ 2 ]	[ 3 ]	[ 4 ]	[ 5 ]	
1	Śniadanie	Podstawowa	020	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Makaron na mleku=300 ml (porcja) Ser twarog.=100 ml (g) Dżem=50 ml (g)	Kawa z mlek.piecz.masło=200 g Połędwica wędz.=60 g Pomidor szklarniowy=50 g	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Ryż na mleku=300 ml Jajka na miękko=100 szt. (porcja) Ogórki szklarniowe=50 szt. (g)	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Pieczeń rzymska=60 g Sałata lodowa=0,1 g (szt.) Ogórki kwasz.=50 g	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Szynka babuni=60 g Roszponka=0,1 g (szt.)
Występujące alergeny (nr) w posiłku:				2 4 6 13 14	2 4 6 13 14	2 3 4 6 13 14	2 4 6 13 14	2 4 6 13 14
2		Łatwostrawna	020	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Makaron na mleku=300 ml (porcja) Ser twarog.=100 ml (g) Dżem=50 ml (g)	Kawa z mlek.piecz.masło=200 g Połędwica wędz.=60 g Pomidor szklarniowy=50 g	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Ryż na mleku=300 ml Jajka na miękko=100 szt. (porcja) Pomidor szklarniowy=50 szt. (g)	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Połędwica wędz.=60 g Sałata lodowa=0,1 g (szt.) Ogórki kwasz.=50 g	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Szynka babuni=60 g Roszponka=0,1 g (szt.)
3		Z ogranicz. łatwo	020	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Ser twarog.=100 g Szynka biała=40 g Pomidor szklarniowy=50 g	Herb.piecz.masło (ś)=220 g (porcja) Połędwica wędz.=60 g Pomidor szklarniowy=50 g	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Jajka na miękko=100 szt. (porcja) Ogórki szklarniowe=50 szt. (g)	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Połędwica wędz.=60 g Sałata lodowa=0,1 g (szt.) Ogórki kwasz.=50 g	Herb.piecz.masło (ś)=150 g (porcja) Szynka babuni=60 g Roszponka=0,1 g (szt.) Jabłka=150 g
4	Obiad I	Podstawowa	020	Grochowa na słoninie=400 ml (porcja) Risotto z mięsa i warzyw=300 g Sur.z kap.pekińskiej=150 g (porcja) Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Jarzynowa=400 ml (porcja) Gulasz wieprz.=200 g (porcja) Makaron=100 g (porcja) Fasolka szparagowa=200 g (porcja) Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Barszcz czerw.zabiel.=400 ml (porcja) Ryba z pieca=130 g Ziemniaki b/t=200 g (porcja) Brokuły=200 g (porcja) Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Kalafiorowa=400 ml (porcja) Szynka gotowana=150 g Ziemniaki b/t=200 g (porcja) Buraczki z jabłkami=200 g (porcja) Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Pomidorowa z makaronem=300 ml Udka piecz.=200 g (porcja) Ryż na sypko=100 g Marchew z groszkiem=200 g (porcja) Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)
Występujące alergeny (nr) w posiłku:				2 4 6 11 13 14	2 4 6 11 13 14	2 4 6 10 11 13 14	2 4 6 11 13 14	2 4 6 11 13 14

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Siarczany	Gorczyca	Jajka	Łubin	Mięczaki	Mleko	Sezam	Orzechy	Orzeszki	Ryby	Seler	Skorupiaki	Soja	Gluten

5	Łatwostrawna	020	Ziemniaczana=400 ml (porcja) Risotto z mięsa i warzyw=300 g Sur. z kap. pekińskiej=150 g (porcja) Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Jarzynowa=400 ml (porcja) Gulasz wieprz.=200 g (porcja) Makaron=100 g (porcja) Fasolka szparagowa=200 g (porcja) Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Barszcz czerw.zabiel.=400 ml (porcja) Ryba z pieca=130 g Ziemniaki b/t=200 g (porcja) Brokuły=200 g (porcja) Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Kalafirowa=400 ml (porcja) Szynka gotowana=150 g Ziemniaki b/t=200 g (porcja) Buraczki z jabłkami=200 g (porcja) Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	Pomidorowa z makaronem=300 ml Udko piecz.=200 g (porcja) Ryz na sypko=100 g Marchewka gotowana=200 g (porcja) Kompot z miesz.owoc.=200 ml (porcja)	
6	Z ogranicz. łatwo	020	Ziemniaczana=400 ml (porcja) Risotto z mięsa i warzyw=300 g Sur. z kap. pekińskiej=150 g (porcja) Woda z cytryną=250 ml (porcja)	Jarzynowa=400 ml (porcja) Gulasz wieprz.=200 g (porcja) Makaron=100 g (porcja) Fasolka szparagowa=200 g (porcja) Woda z cytryną=250 ml (porcja)	Barszcz czerw.zabiel.=400 ml (porcja) Ryba z pieca=130 g Ziemniaki b/t=200 g (porcja) Brokuły=200 g (porcja) Woda z cytryną=250 ml (porcja)	Kalafirowa=400 ml (porcja) Szynka gotowana=150 g Ziemniaki b/t=200 g (porcja) Buraczki z jabłkami=200 g (porcja) Woda z cytryną=250 ml (porcja)	Pomidorowa z makaronem=300 ml Udko piecz.=200 g (porcja) Ryz na sypko=100 g Marchew z groszkiem=200 g (porcja) Woda z cytryną=250 ml (porcja)	
7	Kolacja	Podstawowa	020	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Kiełbasa szynkowa=60 g Rukola=0,1 g (opak.)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Pierś pieczona z indyka=60 g Rukola=0,1 g (opak.)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Hummus z ciecierzycy=100 g (porcja) Pomidor szklamiowy=50 g	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Szynka firmowa=60 g Roszponka=0,1 g (szt.)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Kiełbasa żywiecka=60 g Ser topiony=50 g Sałata lodowa=0,1 g (szt.)
Występujące alergeny (nr) w posiłku:			2 4 6 13 14	2 4 6 13 14	2 4 6 13 14	2 4 6 13 14	2 4 6 13 14	
8	Łatwostrawna	020	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Kiełbasa szynkowa=60 g Rukola=0,1 g (opak.)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Pierś pieczona z indyka=60 g Rukola=0,1 g (opak.)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Hummus z ciecierzycy=100 g (porcja) Pomidor szklamiowy=50 g	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Szynka firmowa=60 g Roszponka=0,1 g (szt.)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Kiełbasa żywiecka=60 g Ser twarog.=50 g Sałata lodowa=0,1 g (szt.)	
9	Z ogranicz. łatwo	020	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Kiełbasa szynkowa=60 g Rukola=0,1 g (opak.)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Pierś pieczona z indyka=60 g Rukola=0,1 g (opak.)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Hummus z ciecierzycy=100 g (porcja) Pomidor szklamiowy=50 g	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Szynka firmowa=60 g Roszponka=0,1 g (szt.)	Herbata chleb masło (k)=250 g (porcja) Kiełbasa żywiecka=60 g Ser twarog.=50 g Sałata lodowa=0,1 g (szt.)	
<b>Suma wartości energetycznych i składników odżywczych za dzień w poszczególnych dietach i normach:</b>								
Suma dzień	Podstawowa	020	W.En.=10070kJ/2407kcal, Tł.=74,59g, K.tł.=23,91g, Węgl.=357,8g, Cuk.=69,4g, Biał.=94,62g, Sól=2,87g, Sód=1151,79mg, Bł.=9,88g, Chł.=195,5mg	W.En.=7684kJ/1835kcal, Tł.=53,1g, K.tł.=19,34g, Węgl.=284,08g, Cuk.=52,48g, Biał.=75,88g, Sól=1,13g, Sód=457,69mg, Bł.=6g, Chł.=148,4mg	W.En.=9106kJ/2174kcal, Tł.=71,51g, K.tł.=23,72g, Węgl.=309,09g, Cuk.=72,01g, Biał.=90,79g, Sól=2,19g, Sód=905,36mg, Bł.=14,66g, Chł.=517,6mg	W.En.=5987kJ/1431kcal, Tł.=29,47g, K.tł.=14,18g, Węgl.=257,2g, Cuk.=50,07g, Biał.=50,39g, Sól=3,47g, Sód=1393,39mg, Bł.=5,42g, Chł.=117,6mg	W.En.=8759kJ/2089kcal, Tł.=85,22g, K.tł.=22,71g, Węgl.=262,95g, Cuk.=55,62g, Biał.=81,53g, Sól=2,83g, Sód=1133,99mg, Bł.=9,95g, Chł.=128,6mg	
Suma dzień	Łatwostrawna	020	W.En.=9478kJ/2267kcal, Tł.=71,09g, K.tł.=23,07g, Węgl.=325,58g, Cuk.=71,45g, Biał.=90,1g, Sól=3,75g, Sód=1507,19mg, Bł.=9,64g, Chł.=185,6mg	W.En.=8117kJ/1940kcal, Tł.=59,2g, K.tł.=21,41g, Węgl.=284,38g, Cuk.=55,78g, Biał.=81,53g, Sól=2,59g, Sód=1044,69mg, Bł.=7,95g, Chł.=148,4mg	W.En.=9519kJ/2275kcal, Tł.=77,56g, K.tł.=25,66g, Węgl.=311,09g, Cuk.=75,46g, Biał.=95,39g, Sól=3,11g, Sód=1273,86mg, Bł.=15,31g, Chł.=517,6mg	W.En.=6803kJ/1628kcal, Tł.=40,93g, K.tł.=16,1g, Węgl.=259,14g, Cuk.=52,87g, Biał.=66,83g, Sól=4,39g, Sód=1763,39mg, Bł.=5,72g, Chł.=117,6mg	W.En.=8816kJ/2105kcal, Tł.=82,71g, K.tł.=24,63g, Węgl.=261,99g, Cuk.=58,42g, Biał.=86,54g, Sól=3,75g, Sód=1503,99mg, Bł.=10,25g, Chł.=128,6mg	
Suma dzień	Z ogranicz. łatwo	020	W.En.=8290kJ/1982kcal, Tł.=64,06g, K.tł.=18,71g, Węgl.=275,61g, Cuk.=50,22g, Biał.=83,23g, Sól=2,55g, Sód=1024,49mg, Bł.=8,44g, Chł.=164,12mg	W.En.=7402kJ/1768kcal, Tł.=51,49g, K.tł.=18,63g, Węgl.=264,81g, Cuk.=61,89g, Biał.=73,47g, Sól=0,53g, Sód=248,94mg, Bł.=4,35g, Chł.=144,4mg	W.En.=7663kJ/1830kcal, Tł.=65,41g, K.tł.=20,14g, Węgl.=244,63g, Cuk.=45,29g, Biał.=79g, Sól=0,9g, Sód=386,61mg, Bł.=11,36g, Chł.=496,12mg	W.En.=6708kJ/1604kcal, Tł.=42,52g, K.tł.=18,8g, Węgl.=242,8g, Cuk.=59,6g, Biał.=72,98g, Sól=2,41g, Sód=978,44mg, Bł.=4,22g, Chł.=149,6mg	W.En.=8589kJ/2050kcal, Tł.=79,91g, K.tł.=24,21g, Węgl.=256,56g, Cuk.=45,95g, Biał.=87,88g, Sól=1,91g, Sód=794,34mg, Bł.=6,65g, Chł.=140,6mg	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Siarczany	Gorczyca	Jajka	Łubin	Mięczaki	Mleko	Sezam	Orzechy	Orzeszki	Ryby	Seler	Skorupiaki	Soja	Gluten