

***OZNACZENIA ALERGENÓW:** **GLU PSZ** - zboża zawierające gluten; **MLE b/LAK** - mleko i pochodne bez laktozy; **SKO** - skorupiaki i pochodne; **JAJ** - jaja i pochodne; **RYB** - ryby i pochodne; **OZI** - orzeszki ziemne i pochodne; **SOJ** - soja i pochodne; **MLE** - mleko i pochodne wraz z laktozą; **ORZ** - orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały; **SEL** - seler i pochodne; **GOR** - gorczyca i produkty pochodne; **SEZ** - nasiona sezamu i pochodne; **SO2** - dwutlenek siarki/siarczyny; **ŁUB** - łubin i produkty pochodne; **MCK** - mięczaki i pochodne
***JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIENIE**

***DIETA LEKKOSTRAWNA** – Zupa mleczna jest dostępna dla pacjentów mających problem z gryzieniem i przetykaniem posiłków zawierających pieczywo

| | | PODSTAWOWA | LATWOSTRAWNA | Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW |
|-------------------|-------|---|---|---|
| Środa 03-06-26 | ŚN | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna z jogurtem 60g (MLE, JAJ) Ser żółty 40g (MLE) Sałata 10g Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml | *Zupa mleczna z kaszą manną 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna z jogurtem 60g (MLE, JAJ) Ser żółty 40g (MLE) Sałata 10g Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna z jogurtem 60g (MLE, JAJ) Ser żółty 40g (MLE) Sałata 10g Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml |
| | II ŚN | - | | Budyń bez cukru 120g (MLE) |
| | OB | Zupa kalafiorowa 250g (GLU, SEL, MLE) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolońskim 300g (GLU, SOJ, MLE) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g | Zupa kalafiorowa 250g (GLU, SEL, MLE) Makaron jasny pszenny z sosem bolońskim 300g (GLU, SOJ, MLE) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g | Zupa kalafiorowa 250g (GLU, SEL, MLE) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolońskim 300g (GLU, SOJ, MLE) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g |
| | PD | - | | Jabłko 60g |
| | KOL | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Ogórek kiszony tarty 60g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Ogórek kiszony tarty 60g Herbata, napar bez cukru 200ml |
| | PN | Banan 60g | | Kanapka z wędliną i sałatą 60g (GLU, GOR, SOJ) |
| | | E: 2121 kcal, B: 96g, T: 73g, kw.tł.nasy.: 31,86g, W: 277g, w tym cukry: 28,47g, Bł: 29,01g, Sód: 3058mg | E: 2153 kcal, B: 97g, T: 73g, kw.tł.nasy.: 31,82g, W: 283g, w tym cukry: 28,71g, Bł: 24,57g, Sód: 3081mg | E: 2249 kcal, B: 104g, T: 80g, kw.tł.nasy.: 36,07g, W: 287g, w tym cukry: 27,55g, Bł: 35,55g, Sód: 3361mg |

| | | | | |
|----------------------|-------|--|--|--|
| Czwartek 04-06-26 | ŚN | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Gotowana parówka 80g (SOJ, MLE, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Ketchup 10g (GOR) Ogórek zielony 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | *Zupa mleczna z pł. owsianymi 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Gotowana parówka 80g (SOJ, MLE, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Gotowana parówka 80g (SOJ, MLE, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Ketchup 10g (GOR) Ogórek zielony 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) |
| | II ŚN | - | | Kisiel bez cukru 120g |
| | OB | Zupa kapuśniak z młodej kapusty 250g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200g Pieczona sztuka mięsa drobiowego w sosie własnym 120g (GLU, SEL) Gotowana fasolka szparagowa 100g | | |
| | PD | - | | Pomarańcza 60g |
| | KOL | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Ser żółty 40g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Ser żółty 40g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Ser żółty 40g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml |
| | PN | Budyń bez cukru 120g (MLE) | | Kanapka z serem i sałatą 60g (GLU, MLE) |
| | | E: 1911 kcal, B: 103g, T: 76g, kw.tł.nasy.: 34,10g, W: 213g, w tym cukry: 15,44g, Bł: 28,4g, Sód: 3778mg | E: 1925 kcal, B: 102g, T: 75g, kw.tł.nasy.: 33,85g, W: 219g, w tym cukry: 14,63g, Bł: 23,44g, Sód: 3611mg | E: 2051 kcal, B: 107g, T: 83g, kw.tł.nasy.: 38,39g, W: 233g, w tym cukry: 20,41g, Bł: 37,97g, Sód: 3749mg |

| | | | | |
|--|-------|--|--|--|
| Piątek 05-06-26 | ŚN | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z rzodkiewką 80g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Ogórek zielony 60g Herbata, napar bez cukru 200ml | *Zupa mleczna z kaszą manną 200g (GLU, MLE) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z jogurtem 80g (MLE, JAJ) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z rzodkiewką 80g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Ogórek zielony 60g Herbata, napar bez cukru 200ml |
| | II ŚN | - | | Jogurt naturalny (MLE) 120g |
| | OB | Zupa jarzynowa 250g (SEL, MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Śledź po japońsku 150g (RYB, MLE, GLU) Surówka z kapusty zasmażanej 50g | Zupa jarzynowa 250g (SEL, MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Ryba pieczona w sosie pietruszkowym 150g (RYB, MLE, GLU) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g | |
| | PD | - | | Jabłko 60g |
| | KOL | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna z jogurtem 80g (MLE, JAJ) Sałata 10g Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna z jogurtem 80g (MLE, JAJ) Sałata 10g Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna z jogurtem 80g (MLE, JAJ) Sałata 10g Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml |
| | PN | Kisiel bez cukru 120g | | Kanapka z wędliną i serem 60g (MLE, GLU, GOR, SOJ) |
| E: 1764 kcal, B: 89g, T: 64g, kw.tł.nasy.: 21,75g, W: 222g, w tym cukry: 29,88g, Bł: 25,38g, Sód: 4504mg | | E: 1824 kcal, B: 119g, T: 48g, kw.tł.nasy.: 18,35g, W: 234g, w tym cukry: 25,16g, Bł: 23,07g, Sód: 3911mg | | E: 1990 kcal, B: 131g, T: 63g, kw.tł.nasy.: 24,13g, W: 235g, w tym cukry: 22,47g, Bł: 31,32g, Sód: 4027mg |

| | | | | |
|---|-------|---|---|--|
| Sobota 06-06-26 | ŚN | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | *Zupa mleczna z pł. jęczm. 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) |
| | II ŚN | - | | Kisiel bez cukru 120g |
| | OB | Barszcz biały 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Klops z mięsa mieszanego duszony w sosie koperkowym 120g (GLU, SEL, JAJ) Buraczki tarte 100g | | |
| | PD | - | | Pomarańcza 60g |
| | KOL | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasztecik drobiowy 60g (GOR) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasztecik drobiowy 60g (GOR, RYB) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasztecik drobiowy 60g (GOR, RYB) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml |
| | PN | Jogurt owocowy 150g (MLE) | | Jogurt naturalny 150g (MLE) |
| E: 2074 kcal, B: 114g, T: 76g, w tym cukry: 31,61g, W: 237g, w tym cukry: 10,62g, Bł: 19,68g, Sód: 2855mg | | E: 2062 kcal, B: 113g, T: 74g, kw.tł.nasy.: 29,38g, W: 238g, w tym cukry: 10,23g, Bł: 15,24g, Sód: 2878mg | | E: 2095 kcal, B: 117g, T: 76g, kw.tł.nasy.: 30,79g, W: 245g, w tym cukry: 27,34g, Bł: 27,65g, Sód: 2935mg |

| | | | | |
|---|-------|---|--|--|
| Niedziela 07-06-26 | ŚN | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Jajko gotowane 60g (JAJ) Ser żółty 20g (MLE) Majonez 10g Sałata 10g Pomidor 50g Kakao naturalne 200ml | *Zupa mleczna z pł. owsianymi 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Jajko gotowane 60g (JAJ) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Kakao naturalne 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Jajko gotowane 60g (JAJ) Ser żółty 20g (MLE) Sałata 10g Pomidor 50g Kakao naturalne 200ml |
| | II ŚN | - | | Jabłko 60g |
| | OB | Rosół z makaronem 250g (GLU, SEL) Ryż biały gotowany 200g Potrawka z kurczaka 150g (GLU, SEL, JAJ) Gotowane marchewka 100g | | Rosół z makaronem 250g (GLU, SEL) Ryż brązowy gotowany 200g Potrawka z kurczaka 150g (GLU, SEL, JAJ) Gotowane marchewka 100g |
| | PD | - | | Kisiel bez cukru 120g |
| | KOL | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Galat drobiowy 60g (GOR) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Galat drobiowy 60g (GOR) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Galat drobiowy 60g (GOR) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata 200ml |
| | PN | Banan 60g | | Kanapka z sałatką i wędliną 60g (GLU, GOR, SOJ) |
| E: 1870 kcal, B: 100g, T: 61g, kw.tł.nasy.: 26,99g, W: 237g, w tym cukry: 29,32g, Bł: 22,98g, Sód: 2553mg | | E: 1834 kcal, B: 101g, T: 53g, kw.tł.nasy.: 29,47g, W: 244g, w tym cukry: 28,3g, Bł: 28,54g, Sód: 2512mg | | E: 1968 kcal, B: 107g, T: 60g, kw.tł.nasy.: 29,11g, W: 263g, w tym cukry: 35,26g, Bł: 34,09g, Sód: 2735mg |

| | | | | | |
|---|-------|---|--|---|--|
| Poniedziałek 08-06-26 | SN | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsa 60g (MLE, GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | *Zupa mleczna z kaszą manną 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsa 60g (MLE, GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsa 60g (MLE, GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | |
| | II SN | - | | Pomarańcza 60g | |
| | OB | Zupa ogórkowa 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz drobiowy gotowany w sosie własnym 150g (GLU, SEL) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g | | | |
| | PD | - | | Jogurt naturalny 150g (MLE) | |
| | KOL | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twaróg z jogurtem 80g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Sałata 10g Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twaróg z jogurtem 80g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twaróg z jogurtem 80g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Sałata 10g Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml | |
| | PN | Budyń bez cukru 120g (MLE) | | Kanapka z serem i sałatą 60g (GLU, MLE) | |
| E: 1961 kcal, B: 125g, T: 60g, kw.tł.nasy.: 27,76g, W: 242g, w tym cukry: 26,69g, Bł: 30,72g, Sód: 3105mg | | E: 1998 kcal, B: 126g, T: 59g, kw.tł.nasy.: 28,20g, W: 249g, w tym cukry: 16,52g, Bł: 26,28g, Sód: 3075mg | E: 2117 kcal, B: 135g, T: 68g, kw.tł.nasy.: 32,36g, W: 257g, w tym cukry: 26,91g, Bł: 38,22g, Sód: 3258mg | | |

| | | | | | |
|--|-------|--|---|--|--|
| Wtorek 09-06-26 | SN | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Połędwica sopocka 40g (GOR) Ser żółty 40g (MLE) Ogórek zielony 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | *Zupa mleczna z pł. jęczm.200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Połędwica sopocka 40g (GOR) Ser żółty 40g (MLE) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Połędwica sopocka 40g (GOR) Ser żółty 40g (MLE) Ogórek zielony 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | |
| | II SN | - | | Kisiel bez cukru 120g | |
| | OB | Zupa pomidorowa z ryżem 250g (SEL, MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Wątróbka drobiowa gotowana w sosie własnym 150g (GLU, MLE, SEL) Buraczki tarte 100g | | | |
| | PD | - | | Jabłko 60g | |
| | KOL | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR, SOJ) Ser wędzony 20g (MLE) Sałata 10g Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR, SOJ) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR, SOJ) Ser wędzony 20g (MLE) Sałata 10g Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml | |
| | PN | Jogurt owocowy 150g (MLE) | | Jogurt naturalny 150g (MLE) | |
| E: 1809 kcal, B: 95g, T: 70g, kw.tł.nasy.: 43,46g, W: 197g, w tym cukry: 29,38g, Bł: 28,21g, Sód: 2108mg | | E: 1873 kcal, B: 96g, T: 62g, kw.tł.nasy.: 40,84g, W: 233g, w tym cukry: 29,4g, Bł: 23,36g, Sód: 2449mg | E: 1991 kcal, B: 104g, T: 71g, kw.tł.nasy.: 48,55g, W: 242g, w tym cukry: 34,9g, Bł: 33,91g, Sód: 2476mg | | |

| | | | | |
|--|-------|--|--|--|
| Środa 10-06-26 | SN | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z koperkiem 60g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml | *Zupa mleczna z kaszą manną 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z koperkiem 60g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z koperkiem 60g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml |
| | II SN | - | | Budyń bez cukru 120g (MLE) |
| | OB | Zupa fasolowa 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Klops duszony w sosie pomidorowym 120g (MLE, JAJ, SEL, GLU) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 50g Surówka z kapusty kiszzonej 50g | Zupa koperkowa 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Klops duszony w sosie pomidorowym 120g (MLE, JAJ, SEL, GLU) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g | |
| | PD | - | | Jabłko 60g |
| | KOL | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Sałatka jarzynowa 60g (GOR, SOJ, MLE) Wędlina 20g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Sałatka jarzynowa 60g (GOR, SOJ, MLE) Wędlina 20g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Sałatka jarzynowa 60g (GOR, SOJ, MLE) Wędlina 20g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml |
| | PN | Banan 60g | | Kanapka z wędliną i sałatą 60g (GLU, GOR, SOJ) |
| E: 1860 kcal, B: 75g, T: 56g, kw.tł.nasy.: 19,16g, W: 271g, w tym cukry: 24,95g, Bł: 30,53g, Sód: 1947mg | | E: 1841 kcal, B: 70g, T: 54g, kw.tł.nasy.: 19,63g, W: 275g, w tym cukry: 26,1g, Bł: 22,27g, Sód: 2113mg | E: 2067 kcal, B: 82g, T: 67g, kw.tł.nasy.: 26,77g, W: 296g, w tym cukry: 25,86g, Bł: 35,17g, Sód: 2565mg | |

| | | | | | |
|--|-------|---|--|---|---|
| Czwartek 11-06-26 | SN | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Gotowana parówka 80g (SOJ, MLE, GOR) Serek topiony 20g (MLE) Ketchup 10g (GOR) Pomidor 60g Sałata 10g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | *Zupa mleczna z kaszą manną 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Gotowana parówka 80g (SOJ, MLE, GOR) Serek topiony 20g (MLE) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Gotowana parówka 80g (SOJ, MLE, GOR) Serek topiony 20g (MLE) Ketchup 10g (GOR) Pomidor 60g Sałata 10g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | |
| | II SN | - | | Kisiel bez cukru 120g | |
| | OB | Zupa ziemniaczana 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Pieczona sztuka mięsa drobiowego w sosie własnym 150g (GLU, MLE, SEL) Gotowana fasolka 100g | | | |
| | PD | - | | | Pomarańcza 60g |
| | KOL | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Połudwica sopocka 40g (GOR) Ser wędzony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Połudwica sopocka 40g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Połudwica sopocka 40g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata 200ml | |
| | PN | Budyń bez cukru 120g (MLE) | | | Kanapka z serem i sałatą 60g (GLU, MLE) |
| E: 2007 kcal, B: 92g, T: 79g, kw.tł.nasy.: 35,22g, W: 241g, w tym cukry: 13,53g, Bł: 26,82g, Sód: 2695mg | | E: 2019 kcal, B: 92g, T: 79g, kw.tł.nasy.: 35,16g, W: 245g, w tym cukry: 12,5g, Bł: 22,06g, Sód: 2622mg | | E: 2268 kcal, B: 100g, T: 82g, kw.tł.nasy.: 37,56g, W: 296g, w tym cukry: 18,4g, Bł: 38,31g, Sód: 2886mg | |

| | | | | | |
|---|-------|---|---|---|--|
| Piątek 12-06-26 | SN | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Jajko gotowane 60g (JAJ) Ser żółty 20g (MLE) Majonez 10g (MLE, GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml | *Zupa mleczna z kaszą manną 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Jajko gotowane 60g (JAJ) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Jajko gotowane 60g (JAJ) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml | |
| | II SN | - | | | Jogurt naturalny 150g |
| | OB | Zupa kalafiorowa 250g (SEL, MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Ryba pieczona w sosie koperkowym 150g (RYB, MLE, GLU) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 50g Surówka z kapusty zasmażanej 50g | Zupa kalafiorowa 250g (SEL, MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Ryba pieczona w sosie koperkowym 150g (RYB, MLE, GLU) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g | | |
| | PD | - | | | Jabłko 60g |
| | KOL | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twaróg z jogurtem 80g (MLE) Połudwica sopocka 20g (GOR) Ogórek zielony 60g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twaróg z jogurtem 80g (MLE) Połudwica sopocka 20g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twaróg z jogurtem 80g (MLE) Połudwica sopocka 20g (GOR) Ogórek zielony 60g Herbata, napar bez cukru 200ml | |
| | PN | Kisiel bez cukru 120g | | | Kanapka z wędliną i serem 60g (MLE, GLU, GOR, SOJ) |
| E: 1857 kcal, B: 122g, T: 55g, kw.tł.nasy.: 24,71g, W: 232g, w tym cukry: 35,58g, Bł: 36,74g, Sód: 4385mg | | E: 1751 kcal, B: 116g, T: 46g, kw.tł.nasy.: 20,89g, W: 226g, w tym cukry: 27,25g, Bł: 26,86g, Sód: 4200mg | | E: 2034 kcal, B: 124g, T: 60g, kw.tł.nasy.: 32,81g, W: 248g, w tym cukry: 32,27g, Bł: 40,63g, Sód: 5592mg | |

| | | | | | |
|--|-------|--|---|---|-----------------------------|
| Sobota 13-06-26 | SN | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Sałata 10g Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | *Zupa mleczna z pł. jęczm. 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | |
| | II SN | - | | | Kisiel bez cukru 120g |
| | OB | Barszcz czerwony 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz drobiowy duszony z warzywami 120g (SEL, MLE, GLU) Buraczki tarte 100g | | | |
| | PD | - | | | Pomarańcza 60g |
| | KOL | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет drobiowy 60g (GOR) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет drobiowy 60g (GOR) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет drobiowy 60g (GOR) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml | |
| | PN | Jogurt owocowy 150g (MLE) | | | Jogurt naturalny 150g (MLE) |
| E: 1915 kcal, B: 90g, T: 59g, kw.tł.nasy.: 25,86g, W: 271g, w tym cukry: 37,78g, Bł: 32,61g, Sód: 2776mg | | E: 1903 kcal, B: 89g, T: 57g, kw.tł.nasy.: 24,92g, W: 272g, w tym cukry: 38,02g, Bł: 28,17g, Sód: 2799mg | | E: 2010 kcal, B: 97g, T: 65g, kw.tł.nasy.: 28,79g, W: 275g, w tym cukry: 57,51g, Bł: 38,25g, Sód: 3061mg | |

| | | | | |
|--|-------|---|--|--|
| Niedziela 14-06-26 | SN | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna 60g (JAJ, MLE, GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Kakao naturalne 200ml | *Zupa mleczna z pł. owsianymi 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna 60g (JAJ, MLE, GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Kakao naturalne 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna 60g (JAJ, MLE, GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Kakao naturalne 200ml |
| | II SN | - | | Jabłko 60g |
| | OB | Rosół z makaronem 250g (GLU, SEL, GOR) Ziemniaki gotowane 200g Pieczona sztuka mięsa drobiowego w sosie własnym 150g (GLU, MLE, SEL) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 50g Surówka z kapusty białej 50g | Rosół z makaronem 250g (GLU, SEL, GOR) Ziemniaki gotowane 200g Pieczona sztuka mięsa drobiowego w sosie własnym 150g (GLU, MLE, SEL) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g | |
| | PD | - | | Kisiel bez cukru 100g |
| | KOL | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Sałatka ryżowa z jogurtem 80g (MLE, GOR, JAJ) Wędlina 20g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Sałatka ryżowa z jogurtem 80g (MLE, GOR, JAJ) Wędlina 20g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Sałatka ryżowa z jogurtem 80g (MLE, GOR, JAJ) Wędlina 20g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml |
| | PN | Banan 60g | | Kanapka z sałatą i wędliną 60g (GLU, GOR, SOJ) |
| E: 2015 kcal, B: 87g, T: 74g, kw.tł.nasy.: 26,68g, W: 256g, w tym cukry: 25,21g, Bł: 24,82g, Sód: 2140mg | | E: 2017 kcal, B: 88g, T: 72g, kw.tł.nasy.: 26,53g, W: 259g, w tym cukry: 25,85g, Bł: 21,38, Sód: 2172mg | | E: 2221 kcal, B: 96g, T: 83g, kw.tł.nasy.: 32,45g, W: 284g, w tym cukry: 25,71g, Bł: 35,67g, Sód: 2529mg |

| | | | | |
|---|-------|--|---|--|
| Poniedziałek 15-02-26 | SN | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z jogurtem 80g (MLE) Połędwica sopocka 20g (GOR) Dżem 20g Ogórek zielony 50g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | *Zupa mleczna z kaszą manną 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z jogurtem 80g (MLE) Połędwica sopocka 20g (GOR) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z jogurtem 80g (MLE) Połędwica sopocka 20g (GOR) Ogórek zielony 50g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) |
| | II SN | - | | Pomarańcza 60g |
| | OB | Zupa jarzynowa 250g (SEL, GOR) Ziemniaki gotowane 200g Klops gotowany z mięsa mieszanego w sosie koperkowym 150g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Buraczki tarte 100g | | |
| | PD | - | | Jogurt naturalny 150g (MLE) |
| | KOL | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsna 60g (GOR, MLE) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsna 60g (GOR, MLE) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsna 60g (GOR, MLE) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml |
| | PN | Budyń bez cukru 120g (MLE) | | Kanapka z serem i sałatą 60g (GLU, MLE) |
| E: 1876 kcal, B: 102g, T: 64g, kw.tł.nasy.: 26,32g, W: 230g, w tym cukry: 20,92g, Bł: 25,44g, Sód: 2385mg | | E: 1888 kcal, B: 102g, T: 64g, kw.tł.nasy.: 26,28g, W: 236g, w tym cukry: 21,16g, Bł: 21,00g, Sód: 2408mg | | E: 2141 kcal, B: 115g, T: 77g, kw.tł.nasy.: 33,59g, W: 259g, w tym cukry: 21,26g, Bł: 34,86g, Sód: 2722mg |

| | | | | |
|--|-------|---|--|--|
| Wtorek 16-06-26 | SN | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | *Zupa mleczna z pł. jęczm.200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU) |
| | II SN | - | | Kisiel bez cukru 120g |
| | OB | Zupa pomidorowa z ryżem 250g (SEL, MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Bitki wieprzowe duszone w sosie własnym 120g (GLU, MLE, SEL) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 50g Surówka z kapusty kiszzonej 50g | Zupa pomidorowa z ryżem 250g (SEL, MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Bitki wieprzowe duszone w sosie własnym 120g (GLU, MLE, SEL) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g | |
| | PD | - | | Jabłko 60g |
| | KOL | Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml | Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml |
| | PN | Jogurt owocowy 150g (MLE) | | Jogurt naturalny 150g (MLE) |
| E: 2008 kcal, B: 96g, T: 74g, kw.tł.nasy.: 32,71g, W: 260g, w tym cukry: 13,16g, Bł: 24,62g, Sód: 3772mg | | E: 1952 kcal, B: 95g, T: 71g, kw.tł.nasy.: 29,70g, W: 246g, w tym cukry: 12,51g, Bł: 17,77g, Sód: 3562mg | | E: 2099 kcal, B: 106g, T: 75g, kw.tł.nasy.: 33,77g, W: 273g, w tym cukry: 31,24g, Bł: 32,65g, Sód: 3883mg |

