

Jadłospis 12-25.08.2026

***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 ziemnie 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 12-08-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna z jogurtem 60g (MLE, JAJ) Wędlina 40g (GOR, SOJ) 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) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Sałata 10g Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna z jogurtem 60g (MLE, JAJ) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Sałata 10g Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml
	II SN	-		Budyń bez cukru 120g (MLE)
	OB	Zupa ogórkowa 250g (GLU, SEL, MLE) Kasza jęczmienna gotowana 200g (GLU) Gulasz drobiowy gotowany w sosie własnym 120g (GLU, SOJ) Buraczki tarte 100g	Zupa ogórkowa 250g (GLU, SEL, MLE) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz drobiowy gotowany w sosie własnym 120g (GLU, SOJ) Buraczki tarte 100g	Zupa ogórkowa 250g (GLU, SEL, MLE) Kasza jęczmienna gotowana 200g (GLU) Gulasz drobiowy gotowany w sosie własnym 120g (GLU, SOJ) Buraczki tarte 100g
	PD	-		Jabłko 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta rybna 60g (MLE, RYB) Ser topiony 20g (MLE) Ogórek kiszony tarty 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta rybna 60g (MLE, RYB) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta rybna 60g (MLE, RYB) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Banan 60g		Pieczywo chrupkie żytnie 20g (GLU)
		E: 1909 kcal, B: 97g, T: 64g, kw.tł.nasy.: 24,01g, W: 247g, w tym cukry: 25,43g, Bł: 26,61g, Sód: 3962mg	E: 1869 kcal, B: 96g, T: 62g, kw.tł.nasy.: 23,75g, W: 239g, w tym cukry: 27,07g, Bł: 20,97g, Sód: 3995mg	E: 1989 kcal, B: 101g, T: 67g, kw.tł.nasy.: 25,22g, W: 259g, w tym cukry: 24,39g, Bł: 34,53g, Sód: 4083mg

Czwartek 13-08-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Gotowana parówka 80g (SOJ, MLE, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Musztarda 10g (GOR) Pomidor 60g Sałata 10g 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 Sałata 10g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Gotowana parówka 80g (SOJ, MLE, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 60g Sałata 10g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)
	II SN	-		Kisiel bez cukru 120g
	OB	Zupa jarzynowa 250g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 200g Pieczona sztuka mięsa drobiowego w sosie własnym 120g (GLU, SEL) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 50g Surówka z białej kapusty 50g	Zupa jarzynowa 250g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200g Pieczona sztuka mięsa drobiowego w sosie własnym 120g (GLU, SEL) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g	
	PD	-		Pomarańcza 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет drobiowy 40g (GOR, SOJ) Ser wędzony 40g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет drobiowy 40g (GOR, SOJ) Ser żółty 40g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет drobiowy 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: 2037 kcal, B: 98g, T: 76g, kw.tł.nasy.: 32,82g, W: 230g, w tym cukry: 21,25g, Bł: 230g, Sód: 2613mg	E: 2033 kcal, B: 96g, T: 73g, kw.tł.nasy.: 31,81g, W: 235g, w tym cukry: 17,59g, Bł: 25,39g, Sód: 2405mg	E: 2164 kcal, B: 101g, T: 76g, kw.tł.nasy.: 36,38g, W: 250g, w tym cukry: 23,37g, Bł: 39,72g, Sód: 2538mg

Piątek 14-08-26	ŚN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Jajko gotowane 60g (JAJ) Ser żółty 20g (MLE) Majonez 10g (JAJ, GOR) Ogórek zielony 60g Sałata 10g Herbata, napar bez cukru 200ml	*Zupa mleczna z kaszą manną 200g (GLU, MLE) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Jajko gotowane 60g (JAJ) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Sałata 10g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Jajko gotowane 60g (JAJ) Ser żółty 20g (MLE) Ogórek zielony 60g Sałata 10g Herbata, napar bez cukru 200ml
	II ŚN	-		Jogurt naturalny (MLE) 120g
	OB	Zupa ziemniaczana 250g (SEL, MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Śledź po japońsku 150g (RYB, MLE, GLU) Surówka z kapusty zasmażanej 50g	Zupa ziemniaczana 250g (SEL, MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Ryba pieczona w sosie pietruszkowym 150g (RYB, MLE, GLU, JAJ) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g	
	PD	-		Jabłko 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z rzodkiewką 60g (MLE) Polędwica sopocka 40g (GOR, SEL) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z jogurtem 60g (MLE) Polędwica sopocka 40g (GOR, SEL) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z jogurtem 60g (MLE) Polędwica sopocka 40g (GOR, SEL) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Kisiel bez cukru 120g		Sucharki pełnoziarniste 20g (MLE, GLU, JAJ, SOJ)
		E: 1920 kcal, B: 85g, T: 72g, kw.tł.nasy.: 24,87g, W: 247g, w tym cukry: 23,04g, Bł: 23,46g, Sód: 3745mg	E: 1747 kcal, B: 103g, T: 43g, kw.tł.nasy.: 19,23g, W: 243g, w tym cukry: 15,53g, Bł: 18,21g, Sód: 2908mg	E: 1809 kcal, B: 111g, T: 46g, kw.tł.nasy.: 19,76g, W: 246g, w tym cukry: 16,68g, Bł: 26,22g, Sód: 3270mg

Sobota 15-08-26	ŚN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 40g (GOR) Ser wędzony 20g (MLE) 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) Paszтет pieczony 40g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 40g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) 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 pomidorowym 120g (GLU, SEL, JAJ, MLE) Buraczki tarte 100g		
	PD	-		Pomarańcza 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser wędzony 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Ogórek zielony 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Ogórek zielony 60g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Jogurt owocowy 150g (MLE)		Jogurt naturalny 150g (MLE)
		E: 1978 kcal, B: 86g, T: 61g, kw.tł.nasy.: 29,41g, W: 282g, w tym cukry: 33,75g, Bł: 31,61g, Sód: 2657mg	E: 1966 kcal, B: 85g, T: 59g, kw.tł.nasy.: 28,47g, W: 284g, w tym cukry: 33,99g, Bł: 27,17g, Sód: 2680mg	E: 2003 kcal, B: 95g, T: 62g, kw.tł.nasy.: 29,03g, W: 284g, w tym cukry: 50,83g, Bł: 37,25g, Sód: 3085mg

Niedziela 16-08-26	ŚN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Gotowana parówka 80g (SOJ, MLE, GOR) Ser topiony 20g (MLE) Ketchup 10g (GOR) Pomidor 50g Sałata 10g Kakao naturalne 200ml	*Zupa mleczna z pł. owsianymi 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Gotowana parówka 80g (SOJ, MLE, GOR) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Sałata 10g Kakao naturalne 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Gotowana parówka 80g (SOJ, MLE, GOR) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Sałata 10g Kakao naturalne 200ml
	II ŚN	-		Jabłko 60g
	OB	Rosół z makaronem 250g (GLU, SEL) Ryż biały gotowany 200g Potrawka z kurczaka 120g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Gotowana marchewka 100g		Rosół z makaronem 250g (GLU, SEL) Ryż biały gotowany 200g Potrawka z kurczaka 120g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Gotowana 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, SEL, SOJ) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Galat drobiowy 60g (GOR, SEL, SOJ) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Galat drobiowy 60g (GOR, SEL, SOJ) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata 200ml
	PN	Banan 60g		Pieczywo chrupkie żytnie 20g (GLU)
		E: 2101 kcal, B: 100g, T: 74g, kw.tł.nasy.: 32,76g, W: 268g, w tym cukry: 30,81g, Bł: 24,03g, Sód: 3008mg	E: 2116 kcal, B: 100g, T: 73g, kw.tł.nasy.: 32,7g, W: 272g, w tym cukry: 30,0g, Bł: 19,42g, Sód: 2954mg	E: 2149 kcal, B: 101g, T: 75g, kw.tł.nasy.: 33,07g, W: 281g, w tym cukry: 35,7g, Bł: 37,28g, Bł: 2995mg

Poniedziałek 17-08-26	ŚN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twaróg z jogurtem 80g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Dżem 20g Ogórek zielony 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	*Zupa mleczna z kaszą manną 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twaróg z jogurtem 80g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twaróg z jogurtem 80g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)
	II ŚN	-		Pomarańcza 60g
	OB	Zupa kapuśniak 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Bitki wieprzowe duszone w sosie własnym 120g (GLU, SEL) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 50g Surówka z kapusty kiszzonej 50g	Zupa kapuśniak 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Bitki wieprzowe duszone w sosie własnym 120g (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) Pasta mięsa z mięsa drobiowego z warzywami 60g (MLE, GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsa z mięsa drobiowego z warzywami 60g (MLE, GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsa z mięsa drobiowego z warzywami 60g (MLE, GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Budyń bez cukru 120g (MLE)		Kanapka z serem i sałatą 60g (GLU, MLE)
		E: 1865 kcal, B: 112g, T: 59g, kw.tł.nasy.: 29,02g, W: 229g, w tym cukry: 21,51g, Bł: 26,76g, Sód: 3507mg	E: 1863 kcal, B: 113g, T: 56g, kw.tł.nasy.: 28,75g, W: 232g, w tym cukry: 19,35g, Bł: 21,27g, Sód: 3382mg	E: 1982 kcal, B: 122g, T: 64g, kw.tł.nasy.: 33,24g, W: 240g, w tym cukry: 19,33g, Bł: 33,31g, Sód: 3665mg

Wtorek 18-08-26	ŚN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет drobiowy 60g (GOR, SOJ) Ser wędzony 20g (MLE) Sałata 10g 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) Paszтет drobiowy 60g (GOR, SOJ) Ser żółty 20g (MLE) Sałata 10g Pomidor 50g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет drobiowy 60g (GOR, SOJ) Ser żółty 20g (MLE) Sałata 10g Pomidor 50g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)
	II ŚN	-		Kisiel bez cukru 120g
	OB	Zupa pomidorowa z ryżem 250g (SEL, MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Pieczona sztuka mięsa drobiowego w sosie własnym 120g (GLU, SEL) Gotowana fasolka 100g		
	PD	-		Jabłko 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Polędwica sopocka 40g (GOR) Ogórek zielony 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Polędwica sopocka 40g (GOR) Ogórek zielony 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Polędwica sopocka 40g (GOR) Ogórek zielony 60g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Jogurt owocowy 150g (MLE)		Jogurt naturalny 150g (MLE)
		E: 1727 kcal, B: 85g, T: 66g, kw.tł.nasy.: 19,73g, W: 202g, w tym cukry: 9,43g, Bł: 24,04g, Sód: 2874mg	E: 1861 kcal, B: 90g, T: 64g, kw.tł.nasy.: 27,30g, W: 239g, w tym cukry: 10,55g, Bł: 21,27g, Sód: 3432mg	E: 1909 kcal, B: 94g, T: 67g, kw.tł.nasy.: 21,82g, W: 247g, w tym cukry: 27,95g, Bł: 33,74g, Sód: 3242mg

Środa 19-08-26	ŚN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Jajko gotowane 60g (JAJ) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Majonez 10g (JAJ, GOR) Ogórek zielony 60g 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) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Jajko gotowane 60g (JAJ) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Ogórek zielony 60g Herbata, napar bez cukru 200ml
	II ŚN	-		Budyń bez cukru 120g (MLE)
	OB	Krupnik z ryżem 250g (SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Klops duszony z mięsa mieszanego w sosie pieczarkowym 120g (MLE, JAJ, SEL, GLU) Buraczki tarte 100g		
	PD	-		Jabłko 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paprykarz 40g (RYB) Ser żółty 40g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paprykarz 40g (RYB) Ser żółty 40g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paprykarz 40g (RYB) Ser żółty 40g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Banan 60g		Pieczywo chrupkie żytnie 20g (GLU)
		E: 1846 kcal, B: 75g, T: 61g, kw.tł.nasy.: 22,98g, W: 258g, w tym cukry: 24,13g, Bł: 24,64g, Sód: 2276mg	E: 1810 kcal, B: 75g, T: 53g, kw.tł.nasy.: 21,77g, W: 264g, w tym cukry: 24,31g, Bł: 20,20g, Sód: 2236mg	E: 1859 kcal, B: 80g, T: 56g, kw.tł.nasy.: 22,96g, W: 269g, w tym cukry: 23,03g, Bł: 32,56g, Sód: 2412mg

Czwartek 20-08-26	ŚN	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) Ogórek zielony 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) Ogórek zielony 60g Sałata 10g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)
	II ŚN	-		Kisiel bez cukru 120g
	OB	Zupa fasolowa 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Wątróbka drobiowa duszona sosie własnym 150g (GLU, SEL) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 50g Surówka z kapusty zasmażanej 50g	Zupa koperkowa 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Wątróbka drobiowa duszona sosie własnym 150g Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g	
	PD	-		Pomarańcza 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Polędwica sopocka 40g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Polędwica sopocka 40g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Herbata 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Polędwica sopocka 40g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Herbata 200ml
	PN	Budyń bez cukru 120g (MLE)		Kanapka z serem i sałatą 60g (GLU, MLE)
		E: 1046 kcal, B: 86g, T: 78g, kw.tł.nasy.: 33,53g, W: 261g, w tym cukry: 23,72g, Bł: 33,71g, Sód: 2962mg	E: 1991 kcal, B: 75g, T: 64g, kw.tł.nasy.: 33,49g, W: 265g, w tym cukry: 21,2g, Bł: 24,18g, Sód: 2874mg	E: 2250 kcal, B: 87g, T: 68g, kw.tł.nasy.: 31,14g, W: 294g, w tym cukry: 26,47g, Bł: 40,43g, Sód: 3317mg

Piątek 21-08-26	ŚN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek 60g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Dżem 20g Ogórek zielony 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	*Zupa mleczna z kaszą manną 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek 60g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek 60g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Ogórek zielony 60g Herbata, napar bez cukru 200ml
	II ŚN	-		Jogurt naturalny 150g
	OB	Zupa jarzynowa 250g (SEL, MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Ryba pieczona w sosie po grecku 100g (MLE, GLU, JAJ, RYB) 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 60g (MLE, JAJ) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna 60g (MLE, JAJ) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna 60g (MLE, JAJ) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Kisiel bez cukru 120g		Sucharki pełnoziarniste 20g (MLE, GLU, JAJ, SOJ)
		E: 1854 kcal, B: 105g, T: 56g, kw.tł.nasy.: 19,48g, W: 243g, w tym cukry: 31,72g, Bł: 32,23g, Sód: 3306mg	E: 1902 kcal, B: 107g, T: 56g, kw.tł.nasy.: 19,52g, W: 251g, w tym cukry: 20,86g, Bł: 27,79g, Sód: 3283mg	E: 1933 kcal, B: 113g, T: 59g, kw.tł.nasy.: 19,54g, W: 251g, w tym cukry: 31,95g, Bł: 35,48g, Sód: 3310mg

Sobota 22-08-26	ŚN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет drobiowy 40g (GOR) Ser wędzony 40g (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 drobiowy 40g (GOR) Ser wędzony 40g (MLE) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет drobiowy 40g (GOR) Ser wędzony 40g (MLE) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)
	II ŚN	-		Kisiel bez cukru 120g
	OB	Żurek 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz drobiowy duszony z warzywami w sosie własnym 120g (SEL, GLU)		
	PD	-		Pomarańcza 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsna z mięsa drobiowego z warzywami 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 z mięsa drobiowego z warzywami 60g (GOR, MLE) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsna z mięsa drobiowego z warzywami 60g (GOR, MLE) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Jogurt owocowy 150g (MLE)		Jogurt naturalny 150g (MLE)
		E: 1936 kcal, B: 101g, T: 71g, kw.tł.nasy.: 27,17g, W: 228g, w tym cukry: 10,82g, Bł: 20,55g, Sód: 2757mg	E: 1918 kcal, B: 100g, T: 68g, kw.tł.nasy.: 29,03g, W: 229g, w tym cukry: 11,08g, Bł: 16,11g, Sód: 2903mg	E: 1919 kcal, B: 104g, T: 70g, kw.tł.nasy.: 29,08g, W: 229g, w tym cukry: 27,92g, Bł: 26,19g, Sód: 2980mg

Niedziela 23-08-26	ŚN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Sałatka jarzynowa z jogurtem 60g (JAJ, MLE, SEL) Połudwica sopocka 20g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Kakao naturalne 200ml	*Zupa mleczna z pł. owsianymi 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Sałatka jarzynowa z jogurtem 60g (JAJ, MLE, SEL) Połudwica sopocka 20g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Kakao naturalne 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Sałatka jarzynowa z jogurtem 60g (JAJ, MLE, SEL) Połudwica sopocka 20g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Kakao naturalne 200ml	
	II ŚN	-			Jabłko 60g
	OB	Rosół z makaronem 250g (GLU, SEL, GOR) Ziemniaki gotowane 200g Pieczona sztuka mięsa drobiowego w sosie własnym 150g (GLU, SEL) Gotowana fasolka 100g			
	PD	-			Kisiel bez cukru 100g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser wędzony 40g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 20g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	
	PN	Banan 60g			Pieczewo chrupkie żytnie 20g (GLU)
		E: 1833 kcal, B: 94g, T: 60g, kw.tł.nasy.: 26,50g, W: 239g, w tym cukry: 22,62g, Bł: 27,92g, Sód: 2682mg	E: 1865 kcal, B: 95g, T: 60g, kw.tł.nasy.: 26,46g, W: 246g, w tym cukry: 22,86g, Bł: 23,48g, Sód: 2705mg	E: 1913 kcal, B: 97g, T: 61g, kw.tł.nasy.: 26,55g, W: 258g, w tym cukry: 22,48g, Bł: 38,23g, Sód: 2749mg	

Poniedziałek 24-08-26	ŚN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет drobiowy 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	*Zupa mleczna z kaszą manną 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет drobiowy 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет drobiowy 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)
	II ŚN	-		Pomarańcza 60g
	OB	Zupa kalafiorowa 250g (SEL, GOR) Makaron pełnoziarnisty w sosie bolońskim 300g (SEL, GOR, GLU) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g	Zupa kalafiorowa 250g (SEL, GOR) Makaron jasny w sosie bolońskim 300g (SEL, GOR, GLU) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g	Zupa kalafiorowa 250g (SEL, GOR) Makaron pełnoziarnisty w sosie bolońskim 300g (SEL, GOR, GLU) 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) Twarożek z koperkiem 80g (MLE) Połudwica sopocka 20g (GOR) Dżem 20g Ogórek zielony 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z koperkiem 80g (MLE) Połudwica sopocka 20g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z koperkiem 80g (MLE) Połudwica sopocka 20g (GOR) Ogórek zielony 50g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Budyń bez cukru 120g (MLE)		Kanapka z serem i sałatą 60g (GLU, MLE)
		E: 1831 kcal, B: 89g, T: 69g, kw.tł.nasy.: 27,36g, W: 244g, w tym cukry: 26,66g, Bł: 34,38g, Sód: 3297mg	E: 1792 kcal, B: 86g, T: 52g, kw.tł.nasy.: 24,44g, W: 253g, w tym cukry: 26,82g, Bł: 29,90g, Sód: 3323mg	E: 2096 kcal, B: 103g, T: 72g, kw.tł.nasy.: 34,63g, W: 273g, w tym cukry: 27,0g, Bł: 36,40g, Sód: 3633mg

Wtorek 25-08-26	ŚN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) 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 40g (GOR, SOJ) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)
	II ŚN	-		Kisiel bez cukru 120g
	OB	Zupa pomidorowa z ryżem 250g (SEL, GOR) Ziemniaki gotowane 200g Klops z mięsa mieszanego gotowany w sosie koperkowym 120g (SEL, JAJ, MLE, GLU) Buraczki tarte 100g		
	PD	-		Jabłko 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsna z mięsa drobiowego z warzywami 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 z mięsa drobiowego z warzywami 60g (GOR, MLE) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsna z mięsa drobiowego z warzywami 60g (GOR, MLE) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Jogurt owocowy 150g (MLE)		Jogurt naturalny 150g (MLE)
	E: 1883 kcal, B: 97g, T: 66g, kw.tł.nasy.: 34,46g, W: 228g, w tym cukry: 14,43g, Bł: 18,90g, Sód: 3958mg		E: 1907 kcal, B: 96g, T: 65g, kw.tł.nasy.: 33,58g, W: 237g, w tym cukry: 14,67g, Bł: 16,79g, Sód: 3989mg	E: 1942 kcal, B: 100g, T: 67g, kw.tł.nasy.: 33,70g, W: 244g, w tym cukry: 32,11g, Bł: 29,26g, Sód: 4068mg