

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                   | Śniadanie                                                                                                                                        | 2. śniadanie     | Obiad                                                                                                                                                                            |
|---------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-01 czwartek | D1 Podstawowa                                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>Papryka konserwowa<br>Makaron na mleku w proszku            |                  | Zupa neapolitańska z ryżem<br>Zraz wieprzowy zawijany z pieczarkami.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej            |
|                     | D1 DZ Podstawowa -dzieci                          | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>szynka got. wieprz.<br>Papryka konserwowa DZ<br>Makaron na mleku w proszku DZ |                  | Zupa neapolitanka z ryżem DZ<br>Zraz wieprzowy zawijany z pieczarkami.DZ<br>Sos koperkowy DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Sałatka z buraczków i selera DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                     | D2 Łatwostrawna                                   | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku                      |                  | Zupa neapolitańska z ryżem<br>Pulpety drobiowe.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                 |
|                     | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                        | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku DZ              |                  | Zupa neapolitanka z ryżem DZ<br>Pulpety drobiowe DZ<br>Sos koperkowy DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Sałatka z buraczków i selera DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                      |
|                     | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i białka | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                                    |                  | Zupa neapolitańska z ryżem<br>Pulpety drobiowe.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                 |
|                     | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i     | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                                         | jogurt naturalny | Zupa neapolitańska z ryżem<br>Pulpety drobiowe.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Jabłko pieczone          |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                   |  | Podwieczorek      | Kolacja                                                                                                                                      | SUMA                                                                                                        |
|---------------------|---------------------------------------------------|--|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-01 czwartek | D1 Podstawowa                                     |  |                   | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka śledziowa<br>sałata zielona<br>polędwica z ind                         | Energia kc [kcal] 2 322,80<br>Białko ogółem [g] 86,10<br>Tłuszcz [g] 87,70<br>Węglowodany ogółem [g] 303,90 |
|                     | D1 DZ Podstawowa -dzieci                          |  | Ptasie mleczko DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Sałatka śledziowa<br>polędwica z ind<br>sałata zielona                    | Energia kc [kcal] 2 096,10<br>Białko ogółem [g] 76,90<br>Tłuszcz [g] 81,70<br>Węglowodany ogółem [g] 268,40 |
|                     | D2 Łatwostrawna                                   |  |                   | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta<br>polędwica z ind<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 2 047,10<br>Białko ogółem [g] 82,10<br>Tłuszcz [g] 47,00<br>Węglowodany ogółem [g] 329,60 |
|                     | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                        |  | Ptasie mleczko DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta DZ<br>polędwica z ind<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 811,90<br>Białko ogółem [g] 71,00<br>Tłuszcz [g] 42,80<br>Węglowodany ogółem [g] 289,30 |
|                     | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i białka |  |                   | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta<br>polędwica z ind<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 1 613,70<br>Białko ogółem [g] 64,80<br>Tłuszcz [g] 28,20<br>Węglowodany ogółem [g] 280,70 |
|                     | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i     |  |                   | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta<br>polędwica z ind<br>sałata zielona              | Energia kc [kcal] 1 618,30<br>Białko ogółem [g] 71,90<br>Tłuszcz [g] 31,10<br>Węglowodany ogółem [g] 269,20 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                   | Śniadanie                                                                                     | 2. śniadanie     | Obiad                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-01 czwartek | D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory       | jogurt naturalny | Zupa neapolitańska z ryżem<br>Pulpety drobiowe.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków i selera<br>Mizeria ze śmietaną dodatek do drugiego dania.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c jabłka |
|                     | D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory      | Jabłko pieczone  | Zupa neapolitańska z ryżem<br>Pulpet drobiowy- nerkowa.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Przecier z jabłek b/c.- nerkowa.              |
|                     | D7 Łatwostr.z ogr.biaka i sodu                    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory |                  | Zupa neapolitańska z ryżem<br>Pulpet drobiowy- nerkowa.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                      |
|                     | D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                        |                  | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                                                          |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-01 czwartek

|                                                   |  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                        | SUMA                                                                                                        |
|---------------------------------------------------|--|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |  |              | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta<br>południca z ind<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 683,90<br>Białko ogółem [g] 73,90<br>Tłuszcz [g] 40,80<br>Węglowodany ogółem [g] 261,30 |
| D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         |  |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Barszcz z ziemniakami nerkowa.<br>sałata zielona                      | Energia kc [kcal] 1 632,60<br>Białko ogółem [g] 51,10<br>Tłuszcz [g] 34,30<br>Węglowodany ogółem [g] 289,00 |
| D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Barszcz z ziemniakami nerkowa.<br>sałata zielona                 | Energia kc [kcal] 1 626,60<br>Białko ogółem [g] 49,70<br>Tłuszcz [g] 32,90<br>Węglowodany ogółem [g] 288,30 |
| D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |  |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                      | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                            | Śniadanie                                                                                                                                           | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                 |
|---------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-01 czwartek | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                                              |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                                  |
|                     | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa               | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku                         |              | Zupa neapolitańska z ryżem<br>Pulpety drobiowe.( 2.00 porcje )<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |
|                     | D12 Bezglutenowa                           | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>miód naturalny<br>ser żółty twardy<br>pomidory<br>Makaron bezglut. na mleku w proszku. |              | Zupa neapolitańska z ryżem bezglutenowa<br>Filet drobiowy gotowany.<br>sos koperkowy- bezgl. bezml.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej    |
|                     | D13 Bezmleczna                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                                       |              | Zupa neapolitańska z ryżem<br>Pulpety drobiowe.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                      |
|                     | D15 Kleikowa po zabiegach                  | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                             |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                                                   |
|                     | D16 Kleikowa przy bieguncie                | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po bieguncie śniadanie                                                                                           |              | kleikowa po bieguncie obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                                                           |
| 2026-01-02 piątek   | D1 Podstawowa                              | rogal maślany<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>ser topiony<br>pomidory<br>Kasza manna na mleku w proszku<br>herbata z cukrem       |              | Zupa pomidorowa z makaronem.<br>Kotleciki z jajek<br>Ziemniaki.<br>Marchew z groszkiem.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                              |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                            | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                              | SUMA                                                                                                         |
|---------------------|--------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-01 czwartek | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                            | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00  |
|                     | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa               |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta<br>połędwica z ind<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 264,30<br>Białko ogółem [g] 103,80<br>Tłuszcz [g] 51,20<br>Węglowodany ogółem [g] 352,30 |
|                     | D12 Bezglutenowa                           |              | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>Filet drobiowy gotowany.<br>sałata zielona                              | Energia kc [kcal] 2 150,70<br>Białko ogółem [g] 78,60<br>Tłuszcz [g] 53,70<br>Węglowodany ogółem [g] 340,80  |
|                     | D13 Bezmleczna                             |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Barszcz z ziemniakami nerkowa.<br>sałata zielona                       | Energia kc [kcal] 1 658,00<br>Białko ogółem [g] 54,00<br>Tłuszcz [g] 33,20<br>Węglowodany ogółem [g] 291,20  |
|                     | D15 Kleikowa po zabiegach                  |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30  |
|                     | D16 Kleikowa przy bieguncie                |              | kleikowa po bieguncie kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                         | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80   |
| 2026-01-02 piątek   | D1 Podstawowa                              |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>paprykarz szczeciński<br>ogórek świeży                                 | Energia kc [kcal] 2 327,40<br>Białko ogółem [g] 66,50<br>Tłuszcz [g] 82,60<br>Węglowodany ogółem [g] 335,20  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                     | Śniadanie                                                                                                                                                                    | 2. śniadanie                                         | Obiad                                                                                                                                                        |
|-------------------|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-02 piątek | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | herbata z cukrem<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>rogal maślany<br>dżem niskosłodzony<br>ser topiony<br>pomidory<br>Kasza manna na mleku w proszku DZ                        |                                                      | Zupa pomidorowa z makaronem DZ<br>Kotleciki z jajek DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Marchew z groszkiem.DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                            |
|                   | D2 Łatwostrawna                                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką<br>pomidory<br>Kasza manna na mleku w proszku    |                                                      | Zupa pomidorowa z makaronem.<br>Pulpet rybny<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Kompot z mieszanki kompotowej           |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN<br>pomidory<br>Kasza manna na mleku w proszku DZ |                                                      | Zupa pomidorowa z makaronem DZ<br>Pulpet rybny DZ<br>Sos grecki DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Sałata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>pomidory                                       |                                                      | Zupa pomidorowa z makaronem.<br>Pulpet rybny<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>sałata zielona<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                  |
|                   | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i       | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>pomidory                                                                  | chleb pszenny<br>kiełb szynkowa wp<br>sałata zielona | Zupa pomidorowa z makaronem.<br>Pulpet rybny<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>sałata zielona<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Jabłko pieczone           |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                     | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                  | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|-----------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-02 piątek | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | biszkopty    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>paprykarz szczeciński<br>ogórek świeży                                | Energia kc [kcal] 1 886,70<br>Białko ogółem [g] 49,50<br>Tłuszcz [g] 59,50<br>Węglowodany ogółem [g] 291,90 |
|                   | D2 Łatwostrawna                                     |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>południca sop.wp<br>sałata zielona        | Energia kc [kcal] 1 967,20<br>Białko ogółem [g] 75,30<br>Tłuszcz [g] 41,90<br>Węglowodany ogółem [g] 327,50 |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | biszkopty    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ<br>południca sop.wp<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 665,60<br>Białko ogółem [g] 61,00<br>Tłuszcz [g] 36,10<br>Węglowodany ogółem [g] 278,30 |
|                   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>południca sop.wp<br>sałata zielona          | Energia kc [kcal] 1 606,10<br>Białko ogółem [g] 60,20<br>Tłuszcz [g] 27,50<br>Węglowodany ogółem [g] 284,50 |
|                   | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i       |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>południca sop.wp<br>sałata zielona               | Energia kc [kcal] 1 578,30<br>Białko ogółem [g] 72,10<br>Tłuszcz [g] 30,10<br>Węglowodany ogółem [g] 261,80 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-02 piątek

|                                                   |  | Śniadanie                                                                                                                              | 2. śniadanie                                        | Obiad                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |  | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z ziel. pietr.<br>pomidory                                              | chleb graham<br>kiełb szynkowa wp<br>sałata zielona | Zupa pomidorowa z makaronem.<br>Pulpet rybny<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Buraczki z wody jako II jarzyna<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Jabłko pieczone |
| D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>pomidory                            | Jabłko pieczone                                     | Zupa pomidorowa z makaronem.<br>Pulpet rybny- nerkowa.<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Przecier z jabłek b/c.- nerkowa.                               |
| D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>pomidory |                                                     | Zupa pomidorowa z makaronem.<br>Pulpet rybny- nerkowa.<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                                       |
| D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |  | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                                                                 |                                                     | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                                                         |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-02 piątek

|                                                   |  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                     | SUMA                                                                                                        |
|---------------------------------------------------|--|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |  |              | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>południca sop.wp<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 621,10<br>Białko ogółem [g] 74,70<br>Tłuszcz [g] 35,00<br>Węglowodany ogółem [g] 258,90 |
| D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         |  |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>sałata zielona                      | Energia kc [kcal] 1 513,10<br>Białko ogółem [g] 50,90<br>Tłuszcz [g] 32,40<br>Węglowodany ogółem [g] 262,30 |
| D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>sałata zielona                 | Energia kc [kcal] 1 583,60<br>Białko ogółem [g] 49,70<br>Tłuszcz [g] 31,10<br>Węglowodany ogółem [g] 280,60 |
| D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |  |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                   | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                            | Śniadanie                                                                                                                                                                 | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-02 piątek | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                                                                    |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                                                      |
|                   | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa               | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką<br>pomidory<br>Kasza manna na mleku w proszku |              | Zupa pomidorowa z makaronem.<br>Pulpet rybny( 2.00 porcje )<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy                   |
|                   | D12 Bezglutenowa                           | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką<br>pomidory                                    |              | Zupa pomidorowa z makaronem<br>bezglutenowa.<br>ryba gotowana na parze- bezglutenowa.<br>sos grecki- bezgl.bezml.<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                   | D13 Bezmleczna                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>Filet drobiowy gotowany.<br>pomidory                                                  |              | Zupa pomidorowa z makaronem.<br>Pulpet rybny<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                                              |
|                   | D15 Kleikowa po zabiegach                  | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                                   |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                                                                       |
|                   | D16 Kleikowa przy biegunce                 | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                                                                  |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                                                                                |
| 2026-01-03 sobota | D1 Podstawowa                              | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>pasztet pieczony wieprz.<br>Papryka konserwowa<br>Makaron na mleku w proszku                                |              | Zupa grochowa z ziemniakami<br>Schab gotowany w sosie koperkowym.<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Surówka wielowarzywna.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                            | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                  | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|--------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-02 piątek | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                                | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00 |
|                   | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa               |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>południca sop.wp<br>sałata zielona        | Energia kc [kcal] 2 166,40<br>Białko ogółem [g] 92,40<br>Tłuszcz [g] 46,20<br>Węglowodany ogółem [g] 350,30 |
|                   | D12 Bezglutenowa                           |              | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>Filet drobiowy gotowany.<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 739,90<br>Białko ogółem [g] 62,90<br>Tłuszcz [g] 31,90<br>Węglowodany ogółem [g] 304,00 |
|                   | D13 Bezmleczna                             |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>sałata zielona z olejem.<br>południca sop.wp<br>sałata zielona             | Energia kc [kcal] 1 574,40<br>Białko ogółem [g] 63,20<br>Tłuszcz [g] 30,60<br>Węglowodany ogółem [g] 264,40 |
|                   | D15 Kleikowa po zabiegach                  |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                    | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |
|                   | D16 Kleikowa przy bieguncie                |              | kleikowa po bieguncie kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                             | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
| 2026-01-03 sobota | D1 Podstawowa                              |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg ze śmietaną i zieloną cebulką<br>rzodkiew biała                     | Energia kc [kcal] 2 333,60<br>Białko ogółem [g] 90,20<br>Tłuszcz [g] 69,70<br>Węglowodany ogółem [g] 354,70 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                     | Śniadanie                                                                                                                                             | 2. śniadanie     | Obiad                                                                                                                                                                |
|-------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-03 sobota | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>pasztet pieczony wieprz.<br>Papryka konserwowa DZ<br>Makaron na mleku w proszku DZ |                  | Zupa grochowa z ziemniakami DZ<br>Schab gotowany w sosie koperkowym.DZ<br>Kasza jęczmienna na sypko DZ.<br>Surówka wielowarzywna DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                   | D2 Łatwostrawna                                     | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku                           |                  | Zupa ziemniaczana<br>Schab gotowany w sosie koperkowym.<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                          |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku DZ                   |                  | Zupa ziemniaczana DZ<br>Schab gotowany w sosie koperkowym.DZ<br>Kasza jęczmienna na sypko DZ.<br>Marchew gotowana DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                |
|                   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                                         |                  | Zupa ziemniaczana<br>Schab gotowany w sosie koperkowym.<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                          |
|                   | D4 Łat. z ogran.łat.przysw. węglow,tłuszczu i       | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                                              | jogurt naturalny | Zupa ziemniaczana<br>Schab gotowany w sosie koperkowym.<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Jabłko pieczone   |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                     | Podwieczorek       | Kolacja                                                                                                                                        | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|-----------------------------------------------------|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-03 sobota | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | jogurt truskawkowy | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg z zieloną cebulką<br>rzodkiew biała                                  | Energia kc [kcal] 1 921,80<br>Białko ogółem [g] 74,40<br>Tłuszcz [g] 60,90<br>Węglowodany ogółem [g] 283,70 |
|                   | D2 Łatwostrawna                                     |                    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem<br>kielbasa żywiecka dr<br>sałata zielona   | Energia kc [kcal] 1 997,50<br>Białko ogółem [g] 78,00<br>Tłuszcz [g] 50,60<br>Węglowodany ogółem [g] 314,20 |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | jogurt truskawkowy | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN<br>kielbasa żywiecka dr<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 649,30<br>Białko ogółem [g] 65,10<br>Tłuszcz [g] 44,90<br>Węglowodany ogółem [g] 251,20 |
|                   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika |                    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielony koperek<br>kielbasa żywiecka dr<br>sałata zielona    | Energia kc [kcal] 1 548,70<br>Białko ogółem [g] 61,60<br>Tłuszcz [g] 28,80<br>Węglowodany ogółem [g] 267,00 |
|                   | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i       |                    | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiecka dr<br>twaróg półtłusty<br>sałata zielona<br>zielony koperek         | Energia kc [kcal] 1 553,20<br>Białko ogółem [g] 68,70<br>Tłuszcz [g] 31,80<br>Węglowodany ogółem [g] 255,50 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-03 sobota

|                                                   |  | Śniadanie                                                                                     | 2. śniadanie     | Obiad                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |  | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory       | jogurt naturalny | Zupa ziemniaczana<br>Schab gotowany w sosie koperkowym.<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Marchew z wody dodatek do II dania<br>Surówka wielowarzywna.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>jabłka |
| D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory      | Jabłko pieczone  | Zupa ziemniaczana<br>schab gotowany w sosie koperkowym-<br>nerkowa.<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Przecier z jabłek b/c.- nerkowa.      |
| D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory |                  | Zupa ziemniaczana<br>schab gotowany w sosie koperkowym-<br>nerkowa.<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                              |
| D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |  | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                        |                  | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                                                 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                   | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|---------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-03 sobota | D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |              | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem<br>kielbasa żywiecka dr<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 664,20<br>Białko ogółem [g] 70,30<br>Tłuszcz [g] 46,40<br>Węglowodany ogółem [g] 249,40 |
|                   | D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Galaretka jarska.<br>sałata zielona                                           | Energia kc [kcal] 1 592,10<br>Białko ogółem [g] 50,10<br>Tłuszcz [g] 37,50<br>Węglowodany ogółem [g] 275,20 |
|                   | D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Galaretka jarska.<br>sałata zielona                                      | Energia kc [kcal] 1 586,20<br>Białko ogółem [g] 48,70<br>Tłuszcz [g] 36,20<br>Węglowodany ogółem [g] 274,40 |
|                   | D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                              | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                                              | Śniadanie                                                                                                                                           | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                |
|----------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-03 sobota    | D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                                              |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                                 |
|                      | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa                 | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku                         |              | Zupa ziemniaczana<br>Schab gotowany w sosie koperkowym.(<br>2.00 porcje )<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy  |
|                      | D12 Bezglutenowa                             | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>miód naturalny<br>ser żółty twardy<br>pomidory<br>Makaron bezglut. na mleku w proszku. |              | Zupa ziemniaczana bezglutenowa.<br>schab gotowany w sosie koperkowym<br>bezglutenowa.<br>kasza gryczana na sypko.<br>Marchew gotowana-bezglutenowa.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                      | D13 Bezmleczna                               | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                                       |              | Zupa ziemniaczana<br>Schab gotowany w sosie koperkowym.<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                          |
|                      | D15 Kleikowa po zabiegach                    | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                             |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                                                  |
|                      | D16 Kleikowa przy bieguncie                  | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po bieguncie śniadanie                                                                                           |              | kleikowa po bieguncie obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                                                          |
| 2026-01-04 niedziela | D1 Podstawowa                                | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>salceson<br>ogórek świeży<br>Ryż na mleku w proszku.                                  |              | Rosół z makaronem.<br>Kurczak pieczony.<br>Ziemniaki.<br>Surówka z kapusty czerwonej świeżej<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                        |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                                            | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                        | SUMA                                                                                                        |
|----------------------|--------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-03 sobota    | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                                      | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00 |
|                      | D10 Łatwostr.bogatobiałkowa                |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem<br>kielbasa żywiecka dr<br>sałata zielona   | Energia kc [kcal] 2 212,00<br>Białko ogółem [g] 99,10<br>Tłuszcz [g] 57,80<br>Węglowodany ogółem [g] 330,50 |
|                      | D12 Bezglutenowa                           |              | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z zielonym koperkiem<br>sałata zielona                                     | Energia kc [kcal] 2 240,30<br>Białko ogółem [g] 74,70<br>Tłuszcz [g] 59,80<br>Węglowodany ogółem [g] 355,40 |
|                      | D13 Bezmleczna                             |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiecka dr<br>sałata zielona                                           | Energia kc [kcal] 1 588,50<br>Białko ogółem [g] 56,10<br>Tłuszcz [g] 36,80<br>Węglowodany ogółem [g] 265,00 |
|                      | D15 Kleikowa po zabiegach                  |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                          | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |
|                      | D16 Kleikowa przy biegunce                 |              | kleikowa po biegunce kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                                    | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
| 2026-01-04 niedziela | D1 Podstawowa                              |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>jaja<br>Sos majonezowy<br>zielona cebulka<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 277,30<br>Białko ogółem [g] 96,90<br>Tłuszcz [g] 88,30<br>Węglowodany ogółem [g] 278,10 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                                                     | Śniadanie                                                                                                                        | 2. śniadanie    | Obiad                                                                                                                                 |
|----------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-04 niedziela | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>polędwica z ind<br>ogórek świeży<br>Ryż na mleku w proszku DZ |                 | Rosół z makaronem DZ<br>Kurczak pieczony.<br>Ziemniaki DZ<br>Surówka z kapusty czerwonej świeżej DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej  |
|                      | D2 Łatwostrawna                                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory<br>Ryż na mleku w proszku.             |                 | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                         |
|                      | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>polędwica z ind<br>pomidory<br>Ryż na mleku w proszku DZ      |                 | Rosół z makaronem DZ<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki DZ<br>Buraczki zasmażne DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                    |
|                      | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory                                        |                 | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                         |
|                      | D4 Łat. z ogran.łat.przysw. węglow,tłuszczu i       | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory                                             | Jabłko pieczone | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>jogurt naturalny |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                                                     | Podwieczorek         | Kolacja                                                                                                                                                | SUMA                                                                                                        |
|----------------------|-----------------------------------------------------|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-04 niedziela | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | Kisiel z jabłkiem DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>jaja<br>Sos majonezowy DZ<br>zielona cebulka<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 930,10<br>Białko ogółem [g] 85,40<br>Tłuszcz [g] 72,50<br>Węglowodany ogółem [g] 238,20 |
|                      | D2 Łatwostrawna                                     |                      | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką<br>zieloną<br>sałata zielona                      | Energia kc [kcal] 2 079,70<br>Białko ogółem [g] 90,40<br>Tłuszcz [g] 67,40<br>Węglowodany ogółem [g] 280,60 |
|                      | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | Kisiel z jabłkiem DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką<br>zieloną DZ<br>sałata zielona              | Energia kc [kcal] 1 797,20<br>Białko ogółem [g] 78,30<br>Tłuszcz [g] 59,30<br>Węglowodany ogółem [g] 240,10 |
|                      | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika |                      | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>sałata zielona                                 | Energia kc [kcal] 1 648,60<br>Białko ogółem [g] 80,90<br>Tłuszcz [g] 40,90<br>Węglowodany ogółem [g] 242,30 |
|                      | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i       |                      | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>sałata zielona                                      | Energia kc [kcal] 1 653,30<br>Białko ogółem [g] 88,00<br>Tłuszcz [g] 43,80<br>Węglowodany ogółem [g] 230,90 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-04 niedziela

|                                                   |  | Śniadanie                                                                                 | 2. śniadanie    | Obiad                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |  | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory       | Jabłko pieczone | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Surówka z kapusty czerwonej świeżej<br>Kalafor gotowany.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>jogurt naturalny |
| D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory      | Jabłko pieczone | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany- nerkowa.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Przecier z jabłek b/c.- nerkowa.             |
| D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory |                 | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany- nerkowa.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                     |
| D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |  | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                    |                 | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                       |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-04 niedziela

|                                                   |  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                     | SUMA                                                                                                        |
|---------------------------------------------------|--|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |  |              | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką<br>zieloną<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 734,40<br>Białko ogółem [g] 85,10<br>Tłuszcz [g] 61,30<br>Węglowodany ogółem [g] 214,50 |
|                                                   |  |              |                                                                                                                             |                                                                                                             |
|                                                   |  |              |                                                                                                                             |                                                                                                             |
|                                                   |  |              |                                                                                                                             |                                                                                                             |
| D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         |  |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Zupa ryżowa- nerkowa.<br>sałata zielona                            | Energia kc [kcal] 1 576,80<br>Białko ogółem [g] 50,30<br>Tłuszcz [g] 35,70<br>Węglowodany ogółem [g] 271,80 |
|                                                   |  |              |                                                                                                                             |                                                                                                             |
|                                                   |  |              |                                                                                                                             |                                                                                                             |
|                                                   |  |              |                                                                                                                             |                                                                                                             |
| D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Zupa ryżowa- nerkowa.<br>sałata zielona                       | Energia kc [kcal] 1 571,00<br>Białko ogółem [g] 48,90<br>Tłuszcz [g] 34,30<br>Węglowodany ogółem [g] 271,10 |
|                                                   |  |              |                                                                                                                             |                                                                                                             |
|                                                   |  |              |                                                                                                                             |                                                                                                             |
|                                                   |  |              |                                                                                                                             |                                                                                                             |
| D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |  |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                   | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |
|                                                   |  |              |                                                                                                                             |                                                                                                             |
|                                                   |  |              |                                                                                                                             |                                                                                                             |
|                                                   |  |              |                                                                                                                             |                                                                                                             |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                            | Śniadanie                                                                                                                    | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                    |
|-------------------------|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-04 niedziela    | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                       |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                     |
|                         | D10 Łatwostr.bogatobiałkowa                | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połędwica z ind<br>pomidory<br>Ryż na mleku w proszku.         |              | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy      |
|                         | D12 Bezglutenowa                           | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>Filet drobiowy gotowany.<br>pomidory<br>Ryż na mleku w proszku. |              | Rosół z makaronem bezglutenowym.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>buraczki zasmażane bezglutenowa.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                         | D13 Bezmleczna                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połędwica z ind<br>pomidory                                    |              | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                            |
|                         | D15 Kleikowa po zabiegach                  | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                      |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                      |
|                         | D16 Kleikowa przy biegunce                 | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                     |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                               |
| 2026-01-05 poniedziałek | D1 Podstawowa                              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połędwica sop.wp<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku     |              | Zupa wiejska<br>Pieczeń rzymska .<br>Sos koperkowy.<br>Ryż na sypko.<br>Surówka z marchwi i chrzanu.<br>Kompot z mieszanki kompotowej    |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                            | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                           | SUMA                                                                                                         |
|-------------------------|--------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-04 niedziela    | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                         | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00  |
|                         | D10 Łatwostr.bogatobiałkowa                |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką<br>zieloną<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 171,20<br>Białko ogółem [g] 95,90<br>Tłuszcz [g] 69,70<br>Węglowodany ogółem [g] 292,40  |
|                         | D12 Bezglutenowa                           |              | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką<br>jaja<br>sałata zielona    | Energia kc [kcal] 2 122,40<br>Białko ogółem [g] 100,70<br>Tłuszcz [g] 66,10<br>Węglowodany ogółem [g] 283,40 |
|                         | D13 Bezmleczna                             |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Zupa ryżowa- nerkowa.<br>sałata zielona                             | Energia kc [kcal] 1 807,90<br>Białko ogółem [g] 73,80<br>Tłuszcz [g] 49,30<br>Węglowodany ogółem [g] 271,80  |
|                         | D15 Kleikowa po zabiegach                  |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                             | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30  |
|                         | D16 Kleikowa przy bieguncie                |              | kleikowa po bieguncie kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                      | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80   |
| 2026-01-05 poniedziałek | D1 Podstawowa                              |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z sera żółtego i jajka z cebulką<br>zieloną<br>ogórek świeży  | Energia kc [kcal] 2 209,70<br>Białko ogółem [g] 81,10<br>Tłuszcz [g] 63,90<br>Węglowodany ogółem [g] 332,20  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                                     | Śniadanie                                                                                                                        | 2. śniadanie    | Obiad                                                                                                                                             |
|-------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-05 poniedziałek | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>polędwica sop.wp<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku DZ |                 | Zupa wiejska DZ<br>Pieczeń rzymska. DZ<br>Sos koperkowy DZ<br>Ryż na sypko DZ.<br>Surówka z marchwi i chrzanu DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                         | D2 Łatwostrawna                                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica sop.wp<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku         |                 | Zupa wiejska<br>Pulpety wołowe.<br>Sos koperkowy.<br>Ryż na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                          |
|                         | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>polędwica sop.wp<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku DZ |                 | Zupa wiejska DZ<br>Pulpety wołowe.DZ<br>Sos koperkowy DZ<br>Ryż na sypko DZ.<br>Marchew gotowana DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej              |
|                         | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica sop.wp<br>pomidory                                       |                 | Zupa wiejska<br>Pulpety wołowe.<br>Sos koperkowy.<br>Ryż na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                          |
|                         | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i       | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica sop.wp<br>pomidory                                            | Jabłko pieczone | Zupa wiejska<br>Pulpety wołowe.<br>Sos koperkowy.<br>Ryż na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c jogurt naturalny     |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                                     | Podwieczorek        | Kolacja                                                                                                                                  | SUMA                                                                                                        |
|-------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-05 poniedziałek | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | Herbatniki pettitki | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Pasta z sera żółtego i jajka z cebulką<br>zieloną DZ<br>ogórek świeży | Energia kc [kcal] 1 934,90<br>Białko ogółem [g] 68,00<br>Tłuszcz [g] 59,60<br>Węglowodany ogółem [g] 285,70 |
|                         | D2 Łatwostrawna                                     |                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona    | Energia kc [kcal] 2 082,10<br>Białko ogółem [g] 81,80<br>Tłuszcz [g] 51,20<br>Węglowodany ogółem [g] 328,00 |
|                         | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | Herbatniki pettitki | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg z konc. pomid. i zieloną pietr.<br>sałata zielona              | Energia kc [kcal] 1 798,20<br>Białko ogółem [g] 66,60<br>Tłuszcz [g] 46,40<br>Węglowodany ogółem [g] 282,40 |
|                         | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika |                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona    | Energia kc [kcal] 1 633,30<br>Białko ogółem [g] 65,40<br>Tłuszcz [g] 29,30<br>Węglowodany ogółem [g] 280,60 |
|                         | D4 Łat. z ogran. iat. przysw. węglow. tłuszczu i    |                     | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 1 637,80<br>Białko ogółem [g] 72,50<br>Tłuszcz [g] 32,20<br>Węglowodany ogółem [g] 269,30 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                                   | Śniadanie                                                                                  | 2. śniadanie    | Obiad                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-05 poniedziałek | D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica sop.wp<br>pomidory       | Jabłko pieczone | Zupa wiejska<br>Bitki drobiowe w sosie koperkowym.<br>Ryż na sypko.<br>Surówka z marchwi i chrzanu.<br>Fasolka szparagowa z wody<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>jogurt naturalny |
|                         | D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica sop.wp<br>pomidory      | Jabłko pieczone | Zupa wiejska<br>bitki drobiowe w sosie koperkowym<br>nerkowa<br>Ryż na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Przecier z jabłek b/c.- nerkowa.               |
|                         | D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica sop.wp<br>pomidory |                 | Zupa wiejska<br>bitki drobiowe w sosie koperkowym<br>nerkowa<br>Ryż na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                       |
|                         | D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                     |                 | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                                      |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                                   | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                         | SUMA                                                                                                        |
|-------------------------|---------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-05 poniedziałek | D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |              | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 617,80<br>Białko ogółem [g] 71,80<br>Tłuszcz [g] 39,90<br>Węglowodany ogółem [g] 248,50 |
|                         | D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biała i sodu         |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>zupa jarzynowa krem z grzankami-<br>nerkowa.<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 1 774,20<br>Białko ogółem [g] 53,70<br>Tłuszcz [g] 37,80<br>Węglowodany ogółem [g] 313,10 |
|                         | D7 Łatwostr. z ogr.biała i sodu                   |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>zupa jarzynowa krem z grzankami-<br>nerkowa.<br>sałata zielona    | Energia kc [kcal] 1 768,20<br>Białko ogółem [g] 52,30<br>Tłuszcz [g] 36,50<br>Węglowodany ogółem [g] 312,30 |
|                         | D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                       | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                            | Śniadanie                                                                                                                                               | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                            |
|-------------------------|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-05 poniedziałek | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                                                  |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                             |
|                         | D10 Łatwostr.bogatobiałkowa                | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połędwica sop.wp<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku                                |              | Zupa wiejska<br>Bitki drobiowe w sosie koperkowym.( 2.00 porcje )<br>Ryż na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy   |
|                         | D12 Bezglutenowa                           | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>ser żółty twardy<br>pomidory<br>Makaron bezglut. na mleku w proszku. |              | Zupa wiejska bezgl.<br>bitki drobiowe w sosie koperkowym bezgl.<br>Ryż na sypko.<br>Marchew gotowana-bezglutenowa.<br>Kompot z mieszanki kompotowej              |
|                         | D13 Bezmleczna                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połędwica sop.wp<br>pomidory                                                              |              | Zupa wiejska<br>Bitki drobiowe w sosie koperkowym.<br>Ryż na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                        |
|                         | D15 Kleikowa po zabiegach                  | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                 |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                              |
|                         | D16 Kleikowa przy bieguncie                | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po bieguncie śniadanie                                                                                               |              | kleikowa po bieguncie obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                                      |
| 2026-01-06 wtorek       | D1 Podstawowa                              | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>pasztet drobiowy konserwowy<br>rzodkiew biała                                     |              | Zupa pieczarkowa z makaronem<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Mizeria ze śmietaną.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                            | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                          | SUMA                                                                                                         |
|-------------------------|--------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-05 poniedziałek | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                                        | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00  |
|                         | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa               |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona            | Energia kc [kcal] 2 200,10<br>Białko ogółem [g] 103,00<br>Tłuszcz [g] 53,00<br>Węglowodany ogółem [g] 331,20 |
|                         | D12 Bezglutenowa                           |              | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona             | Energia kc [kcal] 2 106,30<br>Białko ogółem [g] 73,90<br>Tłuszcz [g] 57,30<br>Węglowodany ogółem [g] 326,60  |
|                         | D13 Bezmleczna                             |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>zupa jarzynowa krem z grzankami-<br>nerkowa.<br>sałata zielona                     | Energia kc [kcal] 1 803,80<br>Białko ogółem [g] 60,00<br>Tłuszcz [g] 36,90<br>Węglowodany ogółem [g] 312,30  |
|                         | D15 Kleikowa po zabiegach                  |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                            | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30  |
|                         | D16 Kleikowa przy bieguncie                |              | kleikowa po bieguncie kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                                     | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80   |
| 2026-01-06 wtorek       | D1 Podstawowa                              |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>Parówka na gorąco.<br>sałata zielona<br>musztarda | Energia kc [kcal] 2 221,80<br>Białko ogółem [g] 76,20<br>Tłuszcz [g] 85,80<br>Węglowodany ogółem [g] 286,10  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-06 wtorek

|                                                     |  | Śniadanie                                                                                                                | 2. śniadanie                                         | Obiad                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D1 DZ Podstawowa -dzieci                            |  | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>pasztet drobiowy konserwowy<br>rzodkiew biała |                                                      | Zupa pieczarkowa z makaronem DZ<br>Roladka drobiowa faszerowa jarzynami DZ<br>Sos pomidorowy DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Mizeria ze śmietaną DZ.<br>Kompot z mieszanki kompotowej           |
| D2 Łatwostrawna                                     |  | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory                      |                                                      | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                        |
| D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          |  | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory                 |                                                      | Zupa koperkowa z makaronem DZ<br>Roladka drobiowa faszerowa jarzynami DZ<br>Sos pomidorowy DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Buraczki zasmażne DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                |
| D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory                              |                                                      | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                        |
| D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i       |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory                                   | chleb pszenny<br>twaróg półtłusty<br>zielona cebulka | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Jabłko pieczone |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                     | Podwieczorek       | Kolacja                                                                                                                                                   | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|-----------------------------------------------------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-06 wtorek | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | Drożdżówka z serem | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ<br>Parówka na gorąco DZ<br>musztarda<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 780,10<br>Białko ogółem [g] 60,70<br>Tłuszcz [g] 68,60<br>Węglowodany ogółem [g] 230,10 |
|                   | D2 Łatwostrawna                                     |                    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona             | Energia kc [kcal] 2 209,70<br>Białko ogółem [g] 82,50<br>Tłuszcz [g] 78,00<br>Węglowodany ogółem [g] 297,70 |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | Drożdżówka z serem | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ<br>Parówka na gorąco DZ<br>keczup<br>sałata zielona    | Energia kc [kcal] 1 732,80<br>Białko ogółem [g] 64,50<br>Tłuszcz [g] 59,80<br>Węglowodany ogółem [g] 237,10 |
|                   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika |                    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Filet drobiowy gotowany.<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>sałata zielona                   | Energia kc [kcal] 1 584,70<br>Białko ogółem [g] 76,20<br>Tłuszcz [g] 25,30<br>Węglowodany ogółem [g] 268,60 |
|                   | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i       |                    | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>Filet drobiowy gotowany.<br>sałata zielona                        | Energia kc [kcal] 1 609,90<br>Białko ogółem [g] 84,10<br>Tłuszcz [g] 27,40<br>Węglowodany ogółem [g] 263,90 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-06 wtorek

|                                                   |  | Śniadanie                                                                                              | 2. śniadanie                                             | Obiad                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |  | Kawa z mlekiem w proszku b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory | chleb graham<br>Twarożek ze śmietaną.<br>zielona cebulka | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Mizeria ze śmietaną.<br>Buraczki z wody jako II jarzyna<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>jabłka |
| D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory                 | Jabłko pieczone                                          | Zupa koperkowa z makaronem.<br>roladka faszerowana jarzynami- nerkowa.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Przecier z jabłek b/c.- nerkowa.           |
| D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   |  | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory            |                                                          | Zupa koperkowa z makaronem.<br>roladka faszerowana jarzynami- nerkowa.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                   |
| D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |  | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                                 |                                                          | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                                                             |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-06 wtorek

|                                                   |  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                 | SUMA                                                                                                        |
|---------------------------------------------------|--|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |  |              | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 093,50<br>Białko ogółem [g] 88,70<br>Tłuszcz [g] 76,40<br>Węglowodany ogółem [g] 267,10 |
| D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         |  |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Ryż z jabłkami b/cukru.<br>sałata zielona                                      | Energia kc [kcal] 1 863,10<br>Białko ogółem [g] 58,90<br>Tłuszcz [g] 41,30<br>Węglowodany ogółem [g] 323,30 |
| D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Ryż z jabłkami.<br>sałata zielona                                         | Energia kc [kcal] 1 897,70<br>Białko ogółem [g] 57,50<br>Tłuszcz [g] 40,00<br>Węglowodany ogółem [g] 332,40 |
| D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |  |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                               | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                            | Śniadanie                                                                                                                        | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-06 wtorek | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                           |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                                                         |
|                   | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa               | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory                              |              | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.(<br>2.00 porcje )<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy       |
|                   | D12 Bezglutenowa                           | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z zieloną cebulką<br>jaja<br>pomidory                        |              | zupa koperkowa z makaronem<br>bezglutenowym.<br>roladka drobiowa faszer. jarzynami bezgl.<br>sos pomidorowy bezgl. bezml.<br>Ziemniaki.<br>buraczki zasmażane bezglutenowa.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                   | D13 Bezmleczna                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory                                      |              | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                               |
|                   | D15 Kleikowa po zabiegach                  | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                          |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                                                                          |
|                   | D16 Kleikowa przy biegunce                 | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                         |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                                                                                   |
| 2026-01-07 środa  | D1 Podstawowa                              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>pieczeń węd<br>ogórek świeży<br>Płatki owsiane na mleku w proszku. |              | Zupa ryżowa.<br>Mortadela w sosie cebulowym.<br>Ziemniaki.<br>Surówka z pory i marchwi<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                                                      |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                            | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                       | SUMA                                                                                                         |
|-------------------|--------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-06 wtorek | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                                     | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00  |
|                   | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa               |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 464,60<br>Białko ogółem [g] 106,30<br>Tłuszcz [g] 88,10<br>Węglowodany ogółem [g] 314,90 |
|                   | D12 Bezglutenowa                           |              | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>Filet drobiowy gotowany.<br>sałata zielona      | Energia kc [kcal] 1 843,40<br>Białko ogółem [g] 76,00<br>Tłuszcz [g] 50,00<br>Węglowodany ogółem [g] 276,60  |
|                   | D13 Bezmleczna                             |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona   | Energia kc [kcal] 1 972,80<br>Białko ogółem [g] 70,00<br>Tłuszcz [g] 67,40<br>Węglowodany ogółem [g] 274,70  |
|                   | D15 Kleikowa po zabiegach                  |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                         | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30  |
|                   | D16 Kleikowa przy bieguncie                |              | kleikowa po bieguncie kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                                  | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80   |
| 2026-01-07 środa  | D1 Podstawowa                              |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym i<br>cebulką zieloną<br>sałata zielona        | Energia kc [kcal] 1 771,00<br>Białko ogółem [g] 55,80<br>Tłuszcz [g] 52,20<br>Węglowodany ogółem [g] 272,00  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                  |                                                     | Śniadanie                                                                                                                                  | 2. śniadanie    | Obiad                                                                                                                                                   |
|------------------|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-07 środa | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>pieczeń węd<br>ogórek świeży<br>Płatki owsiane na mleku w proszku DZ    |                 | Zupa ryżowa DZ<br>Mortadela w sosie cebulowym DZ.<br>Ziemniaki DZ<br>Surówka z pory i marchwi DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                       |
|                  | D2 Łatwostrawna                                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Płatki owsiane na mleku w proszku.        |                 | Zupa ryżowa.<br>Pulpety drobiowe.<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej                         |
|                  | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | herbata z cukrem<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>chleb pszenny<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Płatki owsiane na mleku w proszku DZ |                 | Zupa ryżowa DZ<br>Pulpety drobiowe DZ<br>Sos jarzynowy DZ<br>Ziemniaki DZ<br>sałatka z marchwi i jabłka DZ.<br>Kompot z mieszanki kompotowej            |
|                  | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                              |                 | Zupa ryżowa.<br>Pulpety drobiowe.<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej                         |
|                  | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i       | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                                   | Jabłko pieczone | Zupa ryżowa.<br>Pulpety drobiowe.<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>jogurt naturalny |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                  |                                                     | Podwieczorek         | Kolacja                                                                                                                   | SUMA                                                                                                        |
|------------------|-----------------------------------------------------|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-07 środa | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | Kisiel z jabłkiem DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg z konc. pomid. z zie.cebulką.<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 473,80<br>Białko ogółem [g] 43,50<br>Tłuszcz [g] 42,50<br>Węglowodany ogółem [g] 231,30 |
|                  | D2 Łatwostrawna                                     |                      | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z zielonym koperkiem<br>sałata zielona               | Energia kc [kcal] 1 845,00<br>Białko ogółem [g] 71,90<br>Tłuszcz [g] 44,60<br>Węglowodany ogółem [g] 294,70 |
|                  | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | Kisiel z jabłkiem DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 540,30<br>Białko ogółem [g] 55,20<br>Tłuszcz [g] 37,40<br>Węglowodany ogółem [g] 250,50 |
|                  | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika |                      | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielony koperek<br>sałata zielona       | Energia kc [kcal] 1 451,00<br>Białko ogółem [g] 57,80<br>Tłuszcz [g] 21,40<br>Węglowodany ogółem [g] 261,60 |
|                  | D4 Łat. z ogran.łat.przysw. węglow,tłuszczu i       |                      | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>sałata zielona<br>zielony koperek            | Energia kc [kcal] 1 447,50<br>Białko ogółem [g] 64,90<br>Tłuszcz [g] 24,30<br>Węglowodany ogółem [g] 248,10 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                  |                                                   | Śniadanie                                                                                     | 2. śniadanie    | Obiad                                                                                                                                                                           |
|------------------|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-07 środa | D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory       | Jabłko pieczone | Zupa ryżowa.<br>Pulpety drobiowe.<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>Surówka z pory i marchwi<br>Kalafior gotowany.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>jogurt naturalny     |
|                  | D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory      | Jabłko pieczone | Zupa ryżowa.<br>Pulpet drobiowy- nerkowa.<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. |
|                  | D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory |                 | Zupa ryżowa.<br>Pulpet drobiowy- nerkowa.<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                         |
|                  | D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                        |                 | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                            |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                  |                                                   | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                        | SUMA                                                                                                        |
|------------------|---------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-07 środa | D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |              | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z zielonym koperkiem<br>sałata zielona          | Energia kc [kcal] 1 534,10<br>Białko ogółem [g] 67,70<br>Tłuszcz [g] 38,30<br>Węglowodany ogółem [g] 235,50 |
|                  | D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Barszcz z ziemniakami nerkowa.<br>sałata zielona      | Energia kc [kcal] 1 583,50<br>Białko ogółem [g] 49,30<br>Tłuszcz [g] 28,40<br>Węglowodany ogółem [g] 293,50 |
|                  | D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Barszcz z ziemniakami nerkowa.<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 585,60<br>Białko ogółem [g] 48,00<br>Tłuszcz [g] 27,10<br>Węglowodany ogółem [g] 294,80 |
|                  | D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                      | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                            | Śniadanie                                                                                                                           | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                |
|---------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-07 środa    | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                              |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                 |
|                     | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa               | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Płatki owsiane na mleku w proszku. |              | Zupa ryżowa.<br>Pulpety drobiowe.( 2.00 porcje )<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |
|                     | D12 Bezglutenowa                           | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>ser żółty twardy<br>pomidory                                           |              | Zupa ryżowa.<br>Kurczak gotowany.<br>sos jarzynowy bezglutenowy.<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej                        |
|                     | D13 Bezmleczna                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                       |              | Zupa ryżowa.<br>Pulpety drobiowe.<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                      |
|                     | D15 Kleikowa po zabiegach                  | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                             |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                                  |
|                     | D16 Kleikowa przy biegunce                 | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                            |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                                           |
| 2026-01-08 czwartek | D1 Podstawowa                              | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kiełb szynkowa wp<br>ogórek świeży<br>Zacierka na mleku w proszku     |              | Krupnik.<br>Wątróbka po kapitańsku.<br>Ziemniaki.<br>Surówka z kiszanej kapusty.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                    |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                            | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                           | SUMA                                                                                                        |
|---------------------|--------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-07 środa    | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                         | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00 |
|                     | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa               |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z zielonym koperkiem<br>sałata zielona                       | Energia kc [kcal] 2 062,20<br>Białko ogółem [g] 93,60<br>Tłuszcz [g] 48,80<br>Węglowodany ogółem [g] 317,50 |
|                     | D12 Bezglutenowa                           |              | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z zielonym koperkiem<br>dżem niskosłodzony<br>sałata zielona  | Energia kc [kcal] 1 982,10<br>Białko ogółem [g] 79,90<br>Tłuszcz [g] 64,50<br>Węglowodany ogółem [g] 276,00 |
|                     | D13 Bezmleczna                             |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Barszcz z ziemniakami nerkowa.<br>sałata zielona                    | Energia kc [kcal] 1 617,10<br>Białko ogółem [g] 52,20<br>Tłuszcz [g] 27,40<br>Węglowodany ogółem [g] 297,70 |
|                     | D15 Kleikowa po zabiegach                  |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                             | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |
|                     | D16 Kleikowa przy bieguncie                |              | kleikowa po bieguncie kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                      | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
| 2026-01-08 czwartek | D1 Podstawowa                              |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką<br>zieloną<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 894,00<br>Białko ogółem [g] 58,20<br>Tłuszcz [g] 60,50<br>Węglowodany ogółem [g] 282,20 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                     | Śniadanie                                                                                                                               | 2. śniadanie                                         | Obiad                                                                                                                                                 |
|---------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-08 czwartek | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>kiełb szynkowa wp<br>ogórek świeży<br>Zacierka na mleku w proszku DZ |                                                      | Krupnik DZ<br>Wątróbka po kapitańsku DZ.<br>Ziemniaki DZ<br>Surówka z kiszonej kapusty DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                            |
|                     | D2 Łatwostrawna                                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku                |                                                      | Krupnik.<br>Schab pieczony w folii.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Kompot z mieszanki kompotowej         |
|                     | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | herbata z cukrem<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>chleb pszenny<br>polędwica z ind<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku DZ        |                                                      | Krupnik DZ<br>Schab pieczony w folii.DZ<br>Sos koperkowy DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Sałata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                     | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory                                               |                                                      | Krupnik.<br>Schab pieczony w folii.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                               |
|                     | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i       | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory                                                    | chleb pszenny<br>kiełb szynkowa wp<br>sałata zielona | Krupnik.<br>Schab pieczony w folii.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Jabłko pieczone        |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                     | Podwieczorek        | Kolacja                                                                                                                                   | SUMA                                                                                                        |
|---------------------|-----------------------------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-08 czwartek | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | Drożdżówka z dżemem | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką<br>zieloną DZ<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 446,60<br>Białko ogółem [g] 44,40<br>Tłuszcz [g] 45,40<br>Węglowodany ogółem [g] 217,30 |
|                     | D2 Łatwostrawna                                     |                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką<br>zieloną<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 1 778,00<br>Białko ogółem [g] 69,80<br>Tłuszcz [g] 47,60<br>Węglowodany ogółem [g] 269,60 |
|                     | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | Drożdżówka z dżemem | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką<br>zieloną DZ<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 409,90<br>Białko ogółem [g] 52,30<br>Tłuszcz [g] 39,60<br>Węglowodany ogółem [g] 212,60 |
|                     | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika |                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>sałata zielona                    | Energia kc [kcal] 1 316,00<br>Białko ogółem [g] 55,40<br>Tłuszcz [g] 21,70<br>Węglowodany ogółem [g] 227,40 |
|                     | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i       |                     | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>sałata zielona                         | Energia kc [kcal] 1 341,20<br>Białko ogółem [g] 64,00<br>Tłuszcz [g] 23,70<br>Węglowodany ogółem [g] 222,70 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                   | Śniadanie                                                                                 | 2. śniadanie                                        | Obiad                                                                                                                                                                                   |
|---------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-08 czwartek | D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory       | chleb graham<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona | Krupnik.<br>Schab pieczony w folii.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Surówka z kiszanej kapusty.<br>Marchew z wody dodatek do II dania<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>jabłka |
|                     | D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory      | Jabłko pieczone                                     | Krupnik.<br>Schab pieczony w folii- nerkowa.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Przecier z jabłek b/c.- nerkowa.                |
|                     | D7 Łatwostr.z ogr.biaka i sodu                    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory |                                                     | Krupnik.<br>Schab pieczony w folii- nerkowa.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                        |
|                     | D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                    |                                                     | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                                    |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                   | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                  | SUMA                                                                                                        |
|---------------------|---------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-08 czwartek | D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |              | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 520,40<br>Białko ogółem [g] 63,50<br>Tłuszcz [g] 44,20<br>Węglowodany ogółem [g] 223,20 |
|                     | D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pyzy ziemniaczane- nerkowa.<br>sałata zielona                   | Energia kc [kcal] 1 512,10<br>Białko ogółem [g] 46,20<br>Tłuszcz [g] 28,60<br>Węglowodany ogółem [g] 275,60 |
|                     | D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pyzy ziemniaczane- nerkowa.<br>sałata zielona              | Energia kc [kcal] 1 506,30<br>Białko ogółem [g] 44,80<br>Tłuszcz [g] 27,20<br>Węglowodany ogółem [g] 274,80 |
|                     | D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                            | Śniadanie                                                                                                                                            | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                              |
|---------------------|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-08 czwartek | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                                               |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                               |
|                     | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa               | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połędwica z ind<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku                             |              | Krupnik.<br>Schab pieczony w folii.( 2.00 porcje )<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |
|                     | D13 Bezmleczna                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połędwica z ind<br>pomidory                                                            |              | Krupnik.<br>Schab pieczony w folii.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                            |
|                     | D14 Wegetariańska                          | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>miód naturalny<br>ser topiony<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku               |              | Krupnik.<br>jaja<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                         |
|                     | D15 Kleikowa po zabiegach                  | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                              |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                                                |
|                     | D16 Kleikowa przy biegunce                 | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                                             |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                                                         |
| 2026-01-09 piątek   | D1 Podstawowa                              | herbata z cukrem<br>rogal maślany<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>ser żółty twardy<br>ogórek kiszony<br>Makaron na mleku w proszku |              | Barszcz z ziemniakami.<br>Ryba panierowana smażona<br>Sos grecki<br>Ryż na sypko.<br>Surówka z kapusty pekińskiej.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                            | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                            | SUMA                                                                                                        |
|---------------------|--------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-08 czwartek | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                          | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00 |
|                     | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa               |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką<br>zieloną<br>sałata zielona  | Energia kc [kcal] 1 951,20<br>Białko ogółem [g] 89,40<br>Tłuszcz [g] 52,40<br>Węglowodany ogółem [g] 282,00 |
|                     | D13 Bezmleczna                             |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pyzy ziemniaczane- nerkowa.<br>sałata zielona                        | Energia kc [kcal] 1 540,00<br>Białko ogółem [g] 51,00<br>Tłuszcz [g] 28,40<br>Węglowodany ogółem [g] 274,50 |
|                     | D14 Wegetariańska                          |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką<br>sałata zielona            | Energia kc [kcal] 2 144,70<br>Białko ogółem [g] 67,20<br>Tłuszcz [g] 60,60<br>Węglowodany ogółem [g] 334,20 |
|                     | D15 Kleikowa po zabiegach                  |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                              | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |
|                     | D16 Kleikowa przy biegunce                 |              | kleikowa po biegunce kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                        | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
| 2026-01-09 piątek   | D1 Podstawowa                              |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>kiełb szynkowa wp<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 626,20<br>Białko ogółem [g] 84,80<br>Tłuszcz [g] 85,90<br>Węglowodany ogółem [g] 386,00 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                     | Śniadanie                                                                                                                                                               | 2. śniadanie    | Obiad                                                                                                                                                            |
|-------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-09 piątek | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | herbata z cukrem<br>rogal maślane<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>dżem niskosłodzony<br>ser żółty twardy<br>ogórek kiszony<br>Makaron na mleku w proszku DZ            |                 | Barszcz z ziemniakami DZ<br>Ryba panierowana smażona DZ<br>Sos grecki DZ<br>Ryż na sypko DZ.<br>Surówka z kapusty pekińskiej DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                   | D2 Łatwostrawna                                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku      |                 | Barszcz z ziemniakami.<br>Klops rybny.<br>Sos grecki<br>Ryż na sypko.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                             |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku DZ |                 | Barszcz z ziemniakami DZ<br>Klops rybny DZ<br>Sos grecki DZ<br>Ryż na sypko DZ.<br>Sałatka z selera i jabłka DZ.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                |
|                   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>twaróg półtłusty<br>zielony koperek<br>pomidory                                     |                 | Barszcz z ziemniakami.<br>Sos grecki<br>Klops rybny.<br>Ryż na sypko.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                             |
|                   | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i       | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielony koperek<br>pomidory                                                                | Jabłko pieczone | Barszcz z ziemniakami.<br>Sos grecki<br>Klops rybny.<br>Ryż na sypko.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>jogurt naturalny     |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                     | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                   | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|-----------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-09 piątek | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | sok kubaś    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 257,30<br>Białko ogółem [g] 70,00<br>Tłuszcz [g] 68,30<br>Węglowodany ogółem [g] 352,30 |
|                   | D2 Łatwostrawna                                     |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona        | Energia kc [kcal] 2 212,80<br>Białko ogółem [g] 79,60<br>Tłuszcz [g] 48,80<br>Węglowodany ogółem [g] 372,20 |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | sok kubaś    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 894,20<br>Białko ogółem [g] 63,50<br>Tłuszcz [g] 41,70<br>Węglowodany ogółem [g] 328,30 |
|                   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona          | Energia kc [kcal] 1 802,30<br>Białko ogółem [g] 62,50<br>Tłuszcz [g] 32,10<br>Węglowodany ogółem [g] 323,80 |
|                   | D4 Łat. z ogran.łat. przysw. węglow, tłuszczu i     |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona               | Energia kc [kcal] 1 745,90<br>Białko ogółem [g] 72,90<br>Tłuszcz [g] 35,60<br>Węglowodany ogółem [g] 292,30 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-09 piątek

|                                                   |  | Śniadanie                                                                                                                           | 2. śniadanie    | Obiad                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |  | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z ziel. kop.<br>pomidory                                             | Jabłko pieczone | Barszcz z ziemniakami.<br>Klops rybny.<br>Sos grecki<br>Ryż na sypko.<br>Surówka z kapusty pekińskiej.<br>Fasolka szparagowa z wody<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>jogurt naturalny |
| D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielony koperek<br>pomidory                            | Jabłko pieczone | Barszcz z ziemniakami.<br>Klops rybny- nerkowa.<br>Sos grecki<br>Ryż na sypko.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Przecier z jabłek b/c.- nerkowa.        |
| D7 Łatwostr.z ogr.biaka i sodu                    |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>twaróg półtłusty<br>zielony koperek<br>pomidory |                 | Barszcz z ziemniakami.<br>Klops rybny- nerkowa.<br>Sos grecki<br>Ryż na sypko.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                |
| D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |  | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                                                              |                 | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                                         |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-09 piątek

|                                                   |  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                      | SUMA                                                                                                        |
|---------------------------------------------------|--|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |  |              | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 798,30<br>Białko ogółem [g] 75,50<br>Tłuszcz [g] 42,70<br>Węglowodany ogółem [g] 286,10 |
| D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biała i sodu         |  |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>sałata zielona                       | Energia kc [kcal] 1 713,70<br>Białko ogółem [g] 52,70<br>Tłuszcz [g] 37,50<br>Węglowodany ogółem [g] 301,80 |
| D7 Łatwostr. z ogr.biała i sodu                   |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>sałata zielona                  | Energia kc [kcal] 1 792,40<br>Białko ogółem [g] 51,40<br>Tłuszcz [g] 36,20<br>Węglowodany ogółem [g] 322,00 |
| D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |  |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                    | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                            | Śniadanie                                                                                                                                                          | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                     |
|-------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-09 piątek | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                                                             |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                      |
|                   | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa               | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku |              | Barszcz z ziemniakami.<br>Klops rybny.( 2.00 porcje )<br>Sos grecki<br>Ryż na sypko.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |
|                   | D13 Bezmleczna                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>Filet drobiowy gotowany.<br>pomidory                                           |              | Barszcz z ziemniakami.<br>Klops rybny.<br>Sos grecki<br>Ryż na sypko.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                      |
|                   | D14 Wegetariańska                          | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku |              | Barszcz z ziemniakami.<br>Kluski śląskie z masłem<br>Sos pieczarkowy<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                       |
|                   | D15 Kleikowa po zabiegach                  | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                            |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                                       |
|                   | D16 Kleikowa przy biegunce                 | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                                                           |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                                                |
| 2026-01-10 sobota | D1 Podstawowa                              | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>KIEŁBASA WIEJSKA<br>chrzan tarty<br>pomidory<br>Płatki owsiane na mleku w proszku.                   |              | Zupa grysikowa<br>Fasolka po bretońsku.<br>Ziemniaki.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                                                    |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                            | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                                 | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|--------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-09 piątek | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                                               | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00 |
|                   | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa               |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona                      | Energia kc [kcal] 2 412,00<br>Białko ogółem [g] 96,70<br>Tłuszcz [g] 53,10<br>Węglowodany ogółem [g] 395,00 |
|                   | D13 Bezmleczna                             |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona                        | Energia kc [kcal] 1 868,40<br>Białko ogółem [g] 69,50<br>Tłuszcz [g] 37,30<br>Węglowodany ogółem [g] 321,50 |
|                   | D14 Wegetariańska                          |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>ser żółty twardy<br>sałata zielona                       | Energia kc [kcal] 2 317,90<br>Białko ogółem [g] 74,50<br>Tłuszcz [g] 68,80<br>Węglowodany ogółem [g] 357,60 |
|                   | D15 Kleikowa po zabiegach                  |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                   | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |
|                   | D16 Kleikowa przy biegunce                 |              | kleikowa po biegunce kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                                             | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
| 2026-01-10 sobota | D1 Podstawowa                              |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 249,40<br>Białko ogółem [g] 89,70<br>Tłuszcz [g] 78,20<br>Węglowodany ogółem [g] 313,10 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                     | Śniadanie                                                                                                                                               | 2. śniadanie     | Obiad                                                                                                                                              |
|-------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-10 sobota | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>KIEŁBASA WIEJSKA<br>chrzan tarty<br>pomidory<br>Płatki owsiane na mleku w proszku DZ |                  | Zupa grysikowa DZ<br>Fasolka po bretońsku DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                      |
|                   | D2 Łatwostrawna                                     | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kiełbasa żywiecka dr<br>pomidory<br>Płatki owsiane na mleku w proszku.                    |                  | Zupa grysikowa<br>Bitki wołowe w jarzynach<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z pomidora.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                   |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | herbata z cukrem<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>chleb pszenny<br>kiełbasa żywiecka dr<br>pomidory<br>Płatki owsiane na mleku w proszku DZ             |                  | Zupa grysikowa DZ<br>Bitki wołowe w jarzynach DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Sałatka z pomidora DZ.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                        |
|                   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kiełbasa żywiecka dr<br>pomidory                                                          |                  | Zupa grysikowa<br>Bitki wołowe w jarzynach<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z pomidora b/śmietany.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                        |
|                   | D4 Łat. z ogran.łat.przysw. węglow,tłuszczu i       | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełbasa żywiecka dr<br>pomidory                                                               | jogurt naturalny | Zupa grysikowa<br>Bitki wołowe w jarzynach<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z pomidora b/śmietany.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Jabłko pieczone |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                     | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                                         | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|-----------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-10 sobota | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | biszkopty    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką DZ<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 882,60<br>Białko ogółem [g] 72,00<br>Tłuszcz [g] 66,70<br>Węglowodany ogółem [g] 261,50 |
|                   | D2 Łatwostrawna                                     |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona                           | Energia kc [kcal] 1 716,80<br>Białko ogółem [g] 75,60<br>Tłuszcz [g] 40,50<br>Węglowodany ogółem [g] 266,10 |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | biszkopty    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg z konc. pomid. i zieloną pietr.<br>sałata zielona                                     | Energia kc [kcal] 1 450,30<br>Białko ogółem [g] 60,30<br>Tłuszcz [g] 35,10<br>Węglowodany ogółem [g] 226,20 |
|                   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona                           | Energia kc [kcal] 1 365,40<br>Białko ogółem [g] 61,40<br>Tłuszcz [g] 22,40<br>Węglowodany ogółem [g] 232,60 |
|                   | D4 Łat. z ogran. iat. przysw. węglow. tłuszczu i    |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona                                | Energia kc [kcal] 1 370,00<br>Białko ogółem [g] 68,50<br>Tłuszcz [g] 25,30<br>Węglowodany ogółem [g] 221,20 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                    | Śniadanie                                                                                      | 2. śniadanie     | Obiad                                                                                                                                                                        |
|-------------------|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-10 sobota | D5 Łatw z ograni. łatwo przys. węglowodanów        | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory       | jogurt naturalny | Zupa grysikowa<br>Bitki wołowe w jarzynach<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z pomidora.<br>Bukiet jarzyn- jako druga jarzyna.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>jabłka         |
|                   | D6 Z ogr. łatwo przys. węglow. białka i sodu       | Herbata b/c<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory      | Jabłko pieczone  | Zupa grysikowa<br>bitki wołowe w jarzynach- nerkowa.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z pomidorem- nerkowa.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. |
|                   | D7 Łatwostr. z ogr. białka i sodu                  | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory |                  | Zupa grysikowa<br>bitki wołowe w jarzynach- nerkowa.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z pomidorem- nerkowa.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                         |
|                   | D8 O zmniejszonej konsystencji- płynna, wzmocniona | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                         |                  | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                         |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                   | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                         | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|---------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-10 sobota | D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |              | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 417,30<br>Białko ogółem [g] 69,80<br>Tłuszcz [g] 32,70<br>Węglowodany ogółem [g] 215,90 |
|                   | D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Galaretka jarska.<br>sałata zielona                                    | Energia kc [kcal] 1 373,20<br>Białko ogółem [g] 50,10<br>Tłuszcz [g] 27,60<br>Węglowodany ogółem [g] 240,40 |
|                   | D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Galaretka jarska.<br>sałata zielona                               | Energia kc [kcal] 1 367,40<br>Białko ogółem [g] 48,70<br>Tłuszcz [g] 26,20<br>Węglowodany ogółem [g] 239,60 |
|                   | D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                       | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                                            | Śniadanie                                                                                                                            | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                 |
|----------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-10 sobota    | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                               |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                  |
|                      | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa               | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kielbasa żywiecka dr<br>Płatki owsiane na mleku w proszku.<br>pomidory |              | Zupa grysikowa<br>Bitki wołowe w jarzynach( 2.00 porcje )<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z pomidora.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |
|                      | D13 Bezmleczna                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory                                       |              | Zupa grysikowa<br>Bitki wołowe w jarzynach<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z pomidora b/śmietany.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                           |
|                      | D14 Wegetariańska                          | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>ser topiony<br>jaja<br>pomidory<br>Płatki owsiane na mleku w proszku.  |              | Zupa grysikowa<br>Naleśniki z dżemem.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                                                |
|                      | D15 Kleikowa po zabiegach                  | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                              |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                   |
|                      | D16 Kleikowa przy biegunce                 | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                             |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                            |
| 2026-01-11 niedziela | D1 Podstawowa                              | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>pieczeń węd<br>ogórek świeży                                   |              | Rosół z makaronem.<br>Kotlet schabowy.<br>Ziemniaki.<br>Surówka wielowarzywna.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                       |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                                            | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                       | SUMA                                                                                                         |
|----------------------|--------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-10 sobota    | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                                     | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00  |
|                      | D10 Łatwostr.bogatobiałkowa                |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 1 923,10<br>Białko ogółem [g] 100,30<br>Tłuszcz [g] 46,10<br>Węglowodany ogółem [g] 280,50 |
|                      | D13 Bezmleczna                             |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Galaretka jarska.<br>sałata zielona                                             | Energia kc [kcal] 1 413,80<br>Białko ogółem [g] 57,10<br>Tłuszcz [g] 27,70<br>Węglowodany ogółem [g] 239,60  |
|                      | D14 Wegetariańska                          |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 2 020,50<br>Białko ogółem [g] 63,30<br>Tłuszcz [g] 67,30<br>Węglowodany ogółem [g] 290,90  |
|                      | D15 Kleikowa po zabiegach                  |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                         | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30  |
|                      | D16 Kleikowa przy biegunce                 |              | kleikowa po biegunce kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                                   | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80   |
| 2026-01-11 niedziela | D1 Podstawowa                              |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z sera topionego ,kielbasy i jajka z<br>zieloną cebulką<br>rzodkiew biała | Energia kc [kcal] 1 995,00<br>Białko ogółem [g] 67,30<br>Tłuszcz [g] 69,90<br>Węglowodany ogółem [g] 279,80  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                                                     | Śniadanie                                                                                                  | 2. śniadanie                                                  | Obiad                                                                                                                                          |
|----------------------|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-11 niedziela | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>pieczeń węd.<br>ogórek świeży   |                                                               | Rosół z makaronem DZ<br>Kotlet schabowy DZ.<br>Ziemniaki DZ<br>Surówka wielowarzywna DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                       |
|                      | D2 Łatwostrawna                                     | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory      |                                                               | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej                         |
|                      | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory |                                                               | Rosół z makaronem DZ<br>Kurczak gotowany DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Sałatka z buraczków i selera DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                |
|                      | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory              |                                                               | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej                         |
|                      | D4 Łat. z ogran.łat.przysw. węglow. tłuszczu i      | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                   | chleb pszenny<br>Twarożek z konc. pomidor.<br>zielony koperek | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>jogurt naturalny |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                                                     | Podwieczorek                | Kolacja                                                                                                                                               | SUMA                                                                                                        |
|----------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-11 niedziela | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | Budyń na mleku w proszku DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Pasta z sera topionego, kielbasy i jajka z<br>zieloną cebulką DZ<br>rzodkiew biała | Energia kc [kcal] 1 820,30<br>Białko ogółem [g] 60,50<br>Tłuszcz [g] 69,20<br>Węglowodany ogółem [g] 243,20 |
|                      | D2 Łatwostrawna                                     |                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona                                          | Energia kc [kcal] 2 174,10<br>Białko ogółem [g] 89,10<br>Tłuszcz [g] 84,10<br>Węglowodany ogółem [g] 266,10 |
|                      | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | Budyń na mleku w proszku DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Parówka na gorąco DZ<br>keczup<br>sałata zielona                                   | Energia kc [kcal] 1 958,90<br>Białko ogółem [g] 78,40<br>Tłuszcz [g] 76,00<br>Węglowodany ogółem [g] 241,60 |
|                      | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika |                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Filet drobiowy gotowany.<br>sałata zielona                                              | Energia kc [kcal] 1 650,60<br>Białko ogółem [g] 84,90<br>Tłuszcz [g] 40,30<br>Węglowodany ogółem [g] 240,30 |
|                      | D4 Łat. z ogran. iat. przysw. węglow. tłuszczu i    |                             | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Filet drobiowy gotowany.<br>sałata zielona                                                   | Energia kc [kcal] 1 694,60<br>Białko ogółem [g] 98,80<br>Tłuszcz [g] 44,00<br>Węglowodany ogółem [g] 228,10 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-11 niedziela

|                                                   |  | Śniadanie                                                                                                | 2. śniadanie                                                 | Obiad                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |  | Kawa z mlekiem w proszku b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory | chleb graham<br>Twarożek z konc. pomidor.<br>zielony koperek | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Surówka wielowarzywna.<br>Buraczki z wody jako II jarzyna<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>jogurt naturalny |
| D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                 | Jabłko pieczone                                              | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany- nerkowa.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Przecier z jabłek b/c.- nerkowa.     |
| D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory            |                                                              | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany- nerkowa.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                             |
| D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |  | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                                   |                                                              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                        |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-11 niedziela

|                                                   |  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                | SUMA                                                                                                         |
|---------------------------------------------------|--|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |  |              | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 164,20<br>Białko ogółem [g] 102,70<br>Tłuszcz [g] 88,70<br>Węglowodany ogółem [g] 239,40 |
| D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biała i sodu         |  |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Zupa ryżowa- nerkowa.<br>sałata zielona       | Energia kc [kcal] 1 586,60<br>Białko ogółem [g] 49,00<br>Tłuszcz [g] 37,00<br>Węglowodany ogółem [g] 272,50  |
| D7 Łatwostr. z ogr.biała i sodu                   |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Zupa ryżowa- nerkowa.<br>sałata zielona  | Energia kc [kcal] 1 580,70<br>Białko ogółem [g] 47,70<br>Tłuszcz [g] 35,70<br>Węglowodany ogółem [g] 271,80  |
| D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |  |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                              | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                            | Śniadanie                                                                                                                                                     | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                        |
|-------------------------|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-11 niedziela    | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                                                        |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                         |
|                         | D10 Łatwostr.bogatobiałkowa                | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                                         |              | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |
|                         | D13 Bezmleczna                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                                                 |              | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej                       |
|                         | D14 Wegetariańska                          | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym i<br>zielonym koperkiem<br>miód naturalny<br>pomidory |              | Rosół z makaronem.<br>Krokiety z kapustą kiszoną.<br>Sałatka z buraczków i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej                           |
|                         | D15 Kleikowa po zabiegach                  | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                       |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                          |
|                         | D16 Kleikowa przy biegunce                 | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                                                      |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                   |
| 2026-01-12 poniedziałek | D1 Podstawowa                              | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>pasztet pieczony wieprz.<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku                             |              | Żurek z ziemniakami i kielbasą<br>Kiszka pieczona z cebulką.<br>Ziemniaki.<br>Kapusta kiszona zasmażana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej    |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                            | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                      | SUMA                                                                                                        |
|-------------------------|--------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-11 niedziela    | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                    | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00 |
|                         | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa               |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 265,60<br>Białko ogółem [g] 94,60<br>Tłuszcz [g] 86,30<br>Węglowodany ogółem [g] 278,00 |
|                         | D13 Bezmleczna                             |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 971,60<br>Białko ogółem [g] 78,80<br>Tłuszcz [g] 75,00<br>Węglowodany ogółem [g] 246,40 |
|                         | D14 Wegetariańska                          |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>ser żółty twardy<br>sałata zielona             | Energia kc [kcal] 2 229,90<br>Białko ogółem [g] 68,90<br>Tłuszcz [g] 69,40<br>Węglowodany ogółem [g] 335,30 |
|                         | D15 Kleikowa po zabiegach                  |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                        | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |
|                         | D16 Kleikowa przy biegunce                 |              | kleikowa po biegunce kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                  | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
| 2026-01-12 poniedziałek | D1 Podstawowa                              |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>paprykarz szczeciński<br>sałata zielona        | Energia kc [kcal] 2 020,50<br>Białko ogółem [g] 57,60<br>Tłuszcz [g] 76,80<br>Węglowodany ogółem [g] 294,90 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-12 poniedziałek

|                                                     |  | Śniadanie                                                                                                                                 | 2. śniadanie                                       | Obiad                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D1 DZ Podstawowa -dzieci                            |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>pasztet pieczony wieprz.<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku DZ |                                                    | Żurek z ziemniakami kielbasą DZ<br>Kiszka pieczona z cebulką.<br>Ziemniaki DZ<br>Kapusta kiszona zasmażana DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                |
| D2 Łatwostrawna                                     |  | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku                |                                                    | Żurek z ziemniakami<br>Rolada drob.z oczkiem .<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z marchwi i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej                 |
| D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          |  | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku DZ             |                                                    | Żurek z ziemniakami DZ<br>Rolada drobiowa z oczkiem.DZ<br>Sos pomidorowy DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Sałatka z marchwi i selera DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
| D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory                                               |                                                    | Żurek z ziemniakami<br>Rolada drob.z oczkiem .<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z marchwi i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej                 |
| D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i       |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory                                                    | chleb pszenny<br>polędwica z ind<br>sałata zielona | Żurek z ziemniakami<br>Rolada drob.z oczkiem .<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z marchwi i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c             |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-12 poniedziałek

|                                                     |  | Podwieczorek         | Kolacja                                                                                                                   | SUMA                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------|--|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D1 DZ Podstawowa -dzieci                            |  | Galaretka owocowa DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>paprykarz szczeciński<br>sałata zielona                | Energia kc [kcal] 1 619,70<br>Białko ogółem [g] 44,80<br>Tłuszcz [g] 66,90<br>Węglowodany ogółem [g] 227,50 |
| D2 Łatwostrawna                                     |  |                      | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z zielonym koperkiem<br>sałata zielona               | Energia kc [kcal] 1 940,20<br>Białko ogółem [g] 83,10<br>Tłuszcz [g] 47,10<br>Węglowodany ogółem [g] 302,10 |
| D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          |  | Galaretka owocowa DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 471,70<br>Białko ogółem [g] 60,50<br>Tłuszcz [g] 36,40<br>Węglowodany ogółem [g] 229,90 |
| D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika |  |                      | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielony koperek<br>sałata zielona       | Energia kc [kcal] 1 503,80<br>Białko ogółem [g] 66,20<br>Tłuszcz [g] 23,50<br>Węglowodany ogółem [g] 262,50 |
| D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i       |  | Jabłko pieczone      | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielony koperek<br>sałata zielona            | Energia kc [kcal] 1 510,50<br>Białko ogółem [g] 73,70<br>Tłuszcz [g] 25,20<br>Węglowodany ogółem [g] 255,40 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-12 poniedziałek

|                                                   |  | Śniadanie                                                                                   | 2. śniadanie                                      | Obiad                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |  | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory       | chleb graham<br>połudwica z ind<br>sałata zielona | Żurek z ziemniakami<br>Rolada drob.z oczkiem .<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Surówka z marchwi i selera<br>Kalafior gotowany.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c |
| D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory      | Jabłko pieczone                                   | Żurek z ziemniakami<br>Rolada dr. z oczkiem- nerkowa.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z marchwi i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                |
| D7 Łatwostr.z ogr.biaka i sodu                    |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory |                                                   | Żurek z ziemniakami<br>Rolada dr. z oczkiem- nerkowa.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z marchwi i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej                    |
| D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |  | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                      |                                                   | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                    |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-12 poniedziałek

|                                                   |  | Podwieczorek                     | Kolacja                                                                                               | SUMA                                                                                                        |
|---------------------------------------------------|--|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |  | jablka                           | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z zielonym koperkiem<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 595,00<br>Białko ogółem [g] 76,10<br>Tłuszcz [g] 38,20<br>Węglowodany ogółem [g] 245,30 |
| D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         |  | Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Makaron z jabłkami b/c.<br>sałata zielona    | Energia kc [kcal] 1 781,20<br>Białko ogółem [g] 58,20<br>Tłuszcz [g] 35,60<br>Węglowodany ogółem [g] 318,60 |
| D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   |  |                                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Makaron z jabłkami.<br>sałata zielona   | Energia kc [kcal] 1 796,30<br>Białko ogółem [g] 56,80<br>Tłuszcz [g] 34,20<br>Węglowodany ogółem [g] 323,00 |
| D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |  |                                  | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                             | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                            | Śniadanie                                                                                                                                  | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                              |
|-------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-12 poniedziałek | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                                     |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                               |
|                         | D10 Łatwostr.bogatobiałkowa                | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku                 |              | Żurek z ziemniakami<br>Rolada drob.z oczkiem .( 2.00 porcje )<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z marchwi i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |
|                         | D13 Bezmleczna                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory                                                |              | Żurek z ziemniakami<br>Rolada drob.z oczkiem .<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z marchwi i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                      |
|                         | D14 Wegetariańska                          | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>dżem niskosłodzony<br>ser topiony<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku |              | Żurek z ziemniakami<br>Kluski śląskie z masłem<br>Sos pomidorowy<br>Sałatka z marchwi i selera<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                    |
|                         | D15 Kleikowa po zabiegach                  | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                    |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                                                |
|                         | D16 Kleikowa przy biegunce                 | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                                   |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                                                         |
| 2026-01-13 wtorek       | D1 Podstawowa                              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>salceson<br>ogórek świeży<br>Kasza manna na mleku w proszku                  |              | Zupa jarzynowa z makaronem<br>Gołąbki z ryżu, kaszy gryczanej i mięsa.<br>Sos pomidorowy<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                          |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                            | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                           | SUMA                                                                                                         |
|-------------------------|--------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-12 poniedziałek | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                         | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00  |
|                         | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa               |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z zielonym koperkiem<br>sałata zielona                       | Energia kc [kcal] 2 167,00<br>Białko ogółem [g] 108,40<br>Tłuszcz [g] 52,10<br>Węglowodany ogółem [g] 321,70 |
|                         | D13 Bezmleczna                             |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Makaron z jabłkami.<br>sałata zielona                               | Energia kc [kcal] 1 848,80<br>Białko ogółem [g] 63,70<br>Tłuszcz [g] 35,30<br>Węglowodany ogółem [g] 326,70  |
|                         | D14 Wegetariańska                          |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z zielonym koperkiem<br>sałata zielona                       | Energia kc [kcal] 2 165,50<br>Białko ogółem [g] 61,70<br>Tłuszcz [g] 65,90<br>Węglowodany ogółem [g] 336,70  |
|                         | D15 Kleikowa po zabiegach                  |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                             | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30  |
|                         | D16 Kleikowa przy biegunce                 |              | kleikowa po biegunce kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                       | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80   |
| 2026-01-13 wtorek       | D1 Podstawowa                              |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką<br>zieloną<br>rzodkiew biała | Energia kc [kcal] 2 004,60<br>Białko ogółem [g] 64,80<br>Tłuszcz [g] 67,00<br>Węglowodany ogółem [g] 287,50  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                     | Śniadanie                                                                                                                                 | 2. śniadanie    | Obiad                                                                                                                                            |
|-------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-13 wtorek | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>polędwica sop.wp<br>ogórek świeży<br>Kasza manna na mleku w proszku DZ |                 | Zupa jarzynowa z makaronem DZ<br>Gołąbki z ryżu, kaszy gryczanej i mięsa DZ<br>Sos pomidorowy DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                |
|                   | D2 Łatwostrawna                                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica sop.wp<br>pomidory<br>Kasza manna na mleku w proszku              |                 | Zupa jarzynowa z makaronem<br>Schab gotowany<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej              |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>polędwica sop.wp<br>pomidory<br>Kasza manna na mleku w proszku DZ      |                 | Zupa jarzynowa z makaronem DZ<br>Schab gotowany DZ<br>Sos jarzynowy DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Buraczki zasmażane DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica sop.wp<br>pomidory                                                |                 | Zupa jarzynowa z makaronem<br>Schab gotowany<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej              |
|                   | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i       | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica sop.wp<br>pomidory                                                     | Jabłko pieczone | Zupa jarzynowa z makaronem<br>Schab gotowany<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c          |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                     | Podwieczorek     | Kolacja                                                                                                                                   | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|-----------------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-13 wtorek | D1 DZ Podstawowa -dzieci                            | biszkopty        | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką<br>zieloną DZ<br>rzodkiew biała | Energia kc [kcal] 1 635,90<br>Białko ogółem [g] 53,40<br>Tłuszcz [g] 47,40<br>Węglowodany ogółem [g] 250,40 |
|                   | D2 Łatwostrawna                                     |                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką<br>zieloną<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 1 914,10<br>Białko ogółem [g] 72,10<br>Tłuszcz [g] 54,00<br>Węglowodany ogółem [g] 289,10 |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | biszkopty        | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką<br>zieloną DZ<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 616,50<br>Białko ogółem [g] 58,40<br>Tłuszcz [g] 45,50<br>Węglowodany ogółem [g] 246,60 |
|                   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika |                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>sałata zielona                    | Energia kc [kcal] 1 439,10<br>Białko ogółem [g] 61,60<br>Tłuszcz [g] 22,90<br>Węglowodany ogółem [g] 250,90 |
|                   | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i       | jogurt naturalny | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>sałata zielona                         | Energia kc [kcal] 1 443,70<br>Białko ogółem [g] 68,80<br>Tłuszcz [g] 25,80<br>Węglowodany ogółem [g] 239,50 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-13 wtorek

|                                                   |  | Śniadanie                                                                                  | 2. śniadanie    | Obiad                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |  | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica sop.wp<br>pomidory       | Jabłko pieczone | Zupa jarzynowa z makaronem<br>Schab gotowany<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Surówka z białej kapusty<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c |
| D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica sop.wp<br>pomidory      | Jabłko pieczone | Zupa jarzynowa z makaronem<br>schab gotowany- nerkowa.<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                   |
| D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica sop.wp<br>pomidory |                 | Zupa jarzynowa z makaronem<br>schab gotowany- nerkowa.<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                       |
| D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |  | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                     |                 | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                   | Podwieczorek                     | Kolacja                                                                                                                                 | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-13 wtorek | D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        | jogurt naturalny                 | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną<br>sałata zielona                | Energia kc [kcal] 1 629,50<br>Białko ogółem [g] 66,50<br>Tłuszcz [g] 50,50<br>Węglowodany ogółem [g] 232,30 |
|                   | D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         | Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Kasza gryczana z warzywami i sosem koperkowym- nerkowa.<br>sałata zielona      | Energia kc [kcal] 1 952,60<br>Białko ogółem [g] 57,90<br>Tłuszcz [g] 62,50<br>Węglowodany ogółem [g] 301,60 |
|                   | D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   |                                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Kasza gryczana z warzywami i sosem koperkowym- nerkowa.<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 946,70<br>Białko ogółem [g] 56,50<br>Tłuszcz [g] 61,20<br>Węglowodany ogółem [g] 300,90 |
|                   | D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |                                  | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                               | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                              | Śniadanie                                                                                                                                        | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                    |
|-------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-13 wtorek | D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                                           |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                     |
|                   | D10 Łatwostr.bogatobiałkowa                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica sop.wp<br>pomidory<br>Kasza manna na mleku w proszku                     |              | Zupa jarzynowa z makaronem<br>Schab gotowany( 2.00 porcje )<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |
|                   | D13 Bezmleczna                               | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica sop.wp<br>pomidory                                                       |              | Zupa jarzynowa z makaronem<br>Schab gotowany<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                      |
|                   | D15 Kleikowa po zabiegach                    | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                          |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                                      |
|                   | D16 Kleikowa przy biegunce                   | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                                         |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                                               |
| 2026-01-14 środa  | D1 Podstawowa                                | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>Papryka konserwowa<br>Makaron na mleku w proszku            |              | Zupa pomidorowa z ryżem II.<br>Potrawka z kurczaka II<br>Ziemniaki.<br>Surówka z kapusty pekińskiej.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                    |
|                   | D1 DZ Podstawowa -dzieci                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>szynka got. wieprz.<br>Papryka konserwowa DZ<br>Makaron na mleku w proszku DZ |              | Zupa pomidorowa z ryżem DZ<br>Potrawka z kurczaka DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Surówka z kapusty pekińskiej DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                            | Podwieczorek                | Kolacja                                                                                                                                                | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|--------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-13 wtorek | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna |                             | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                                              | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00 |
|                   | D10 Łatwostr.bogatobiałkowa                |                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką<br>zieloną<br>sałata zielona                      | Energia kc [kcal] 2 084,50<br>Białko ogółem [g] 91,70<br>Tłuszcz [g] 58,80<br>Węglowodany ogółem [g] 300,90 |
|                   | D13 Bezmleczna                             |                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Kasza gryczana z warzywami i sosem<br>koperkowym- nerkowa.<br>sałata zielona             | Energia kc [kcal] 1 973,00<br>Białko ogółem [g] 61,20<br>Tłuszcz [g] 62,00<br>Węglowodany ogółem [g] 300,90 |
|                   | D15 Kleikowa po zabiegach                  |                             | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                  | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |
|                   | D16 Kleikowa przy biegunce                 |                             | kleikowa po biegunce kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                                            | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
| 2026-01-14 środa  | D1 Podstawowa                              |                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>jaja<br>zielona cebulka<br>Sos majonezowy<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 2 225,40<br>Białko ogółem [g] 84,20<br>Tłuszcz [g] 78,00<br>Węglowodany ogółem [g] 301,90 |
|                   | D1 DZ Podstawowa -dzieci                   | Budyń na mleku w proszku DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>jaja<br>Sos majonezowy DZ<br>zielona cebulka<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 943,80<br>Białko ogółem [g] 74,40<br>Tłuszcz [g] 67,40<br>Węglowodany ogółem [g] 264,20 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                  |                                                     | Śniadanie                                                                                                                           | 2. śniadanie                                         | Obiad                                                                                                                                                                             |
|------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-14 środa | D2 Łatwostrawna                                     | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku         |                                                      | Zupa pomidorowa z ryżem II.<br>Potrawka z kurczaka II<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                |
|                  | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku DZ |                                                      | Zupa pomidorowa z ryżem DZ<br>Potrawka z kurczaka DZ<br>Ziemniaki DZ<br>sałatka z marchwi i jabłka DZ.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                           |
|                  | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                       |                                                      | Zupa pomidorowa z ryżem II.<br>Potrawka z kurczaka II<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                |
|                  | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i       | Herbata b/c<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                            | chleb pszenny<br>ser żółty twardy<br>zielona cebulka | Zupa pomidorowa z ryżem II.<br>Pulpety drobiowe.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                               |
|                  | D5 Łatw z ogran.łatwo przys. węglowodanów           | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                             | chleb graham<br>ser żółty twardy<br>zielona cebulka  | Zupa pomidorowa z ryżem II.<br>Pulpety drobiowe.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Surówka z marchwi i jabłka.<br>brokuły z wody II jarzyna<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                  |                                                     | Podwieczorek                | Kolacja                                                                                                                                     | SUMA                                                                                                        |
|------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-14 środa | D2 Łatwostrawna                                     |                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona      | Energia kc [kcal] 1 996,20<br>Białko ogółem [g] 84,40<br>Tłuszcz [g] 53,20<br>Węglowodany ogółem [g] 300,80 |
|                  | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | Budyń na mleku w proszku DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 806,30<br>Białko ogółem [g] 75,00<br>Tłuszcz [g] 51,20<br>Węglowodany ogółem [g] 266,10 |
|                  | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika |                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona      | Energia kc [kcal] 1 556,50<br>Białko ogółem [g] 68,00<br>Tłuszcz [g] 32,50<br>Węglowodany ogółem [g] 253,40 |
|                  | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow, tłuszczu i      | Jabłko pieczone             | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona           | Energia kc [kcal] 1 558,70<br>Białko ogółem [g] 74,10<br>Tłuszcz [g] 30,80<br>Węglowodany ogółem [g] 252,90 |
|                  | D5 Łatw z ogran.łatwo przys. węglowodanów           | jabłka                      | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona            | Energia kc [kcal] 1 692,90<br>Białko ogółem [g] 78,00<br>Tłuszcz [g] 46,40<br>Węglowodany ogółem [g] 247,80 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-14 środa

|                                                 |  | Śniadanie                                                                                                                   | 2. śniadanie    | Obiad                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu       |  | Herbata b/c<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                    | Jabłko pieczone | Zupa pomidorowa z ryżem II.<br>Pulpet drobiowy- nerkowa.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                          |
| D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu                |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                               |                 | Zupa pomidorowa z ryżem II.<br>Potrawka z kurczaka- nerkowa.<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                            |
| D8 O zmienionej konsystencji-płynna, wzmocniona |  | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                                                      |                 | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                                 |
| D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna    |  | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                      |                 | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                                 |
| D10 Łatwostr. bogatobiałkowa                    |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku |                 | Zupa pomidorowa z ryżem II.<br>Pulpety drobiowe.( 2.00 porcje )<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                  |                                                 | Podwieczorek                     | Kolacja                                                                                                                                | SUMA                                                                                                         |
|------------------|-------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-14 środa | D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu       | Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Barszcz z ziemniakami nerkowa.<br>sałata zielona                              | Energia kc [kcal] 1 589,80<br>Białko ogółem [g] 49,40<br>Tłuszcz [g] 28,50<br>Węglowodany ogółem [g] 293,50  |
|                  | D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu                |                                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Barszcz z ziemniakami nerkowa.<br>sałata zielona                         | Energia kc [kcal] 1 618,80<br>Białko ogółem [g] 50,60<br>Tłuszcz [g] 32,40<br>Węglowodany ogółem [g] 287,60  |
|                  | D8 O zmienionej konsystencji-płynna, wzmocniona |                                  | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                              | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00  |
|                  | D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna    |                                  | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                              | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00  |
|                  | D10 Łatwostr. bogato białkowa                   |                                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN<br>kiełb szynkowa wp<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 157,20<br>Białko ogółem [g] 103,50<br>Tłuszcz [g] 48,00<br>Węglowodany ogółem [g] 332,50 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                            | Śniadanie                                                                                                                                 | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                |
|---------------------|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-14 środa    | D13 Bezmieczna             | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                             |              | Zupa pomidorowa z ryżem II.<br>Potrawka z kurczaka II<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej   |
|                     | D15 Kleikowa po zabiegach  | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                   |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                  |
|                     | D16 Kleikowa przy biegunce | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                                  |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                           |
| 2026-01-15 czwartek | D1 Podstawowa              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>KIEŁBASA WIEJSKA<br>ogórek świeży<br>Kasza manna na mleku w proszku         |              | Zupa górską<br>Rumsztyk z cebulą<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                              |
|                     | D1 DZ Podstawowa -dzieci   | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>KIEŁBASA WIEJSKA<br>ogórek świeży<br>Kasza manna na mleku w proszku DZ |              | Zupa górską DZ<br>Rumsztyk z cebulką DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Sałatka z buraczków DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                   |
|                     | D2 Łatwostrawna            | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełbasa żywiecka dr<br>pomidory<br>Kasza manna na mleku w proszku          |              | Zupa górską<br>Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków.<br>Kompot z mieszanki kompotowej           |
|                     | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>kiełbasa żywiecka dr<br>pomidory<br>Kasza manna na mleku w proszku DZ  |              | Zupa górską DZ<br>Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Sałatka z buraczków DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                             | Podwieczorek        | Kolacja                                                                                                                                   | SUMA                                                                                                        |
|---------------------|-----------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-14 środa    | D13 Bezmieczna              |                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>sałata zielona<br>Barszcz z ziemniakami nerkowa.<br>kielb szynkowa wp       | Energia kc [kcal] 1 743,40<br>Białko ogółem [g] 65,60<br>Tłuszcz [g] 39,10<br>Węglowodany ogółem [g] 290,00 |
|                     | D15 Kleikowa po zabiegach   |                     | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                     | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |
|                     | D16 Kleikowa przy bieguncie |                     | kleikowa po bieguncie kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                              | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
| 2026-01-15 czwartek | D1 Podstawowa               |                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z sera żółtego i jajka z cebulką<br>zieloną<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 2 188,20<br>Białko ogółem [g] 83,30<br>Tłuszcz [g] 80,90<br>Węglowodany ogółem [g] 284,20 |
|                     | D1 DZ Podstawowa -dzieci    | Drożdżówka z dżemem | chleb pszenny<br>herbata z cukrem<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Pasta z sera żółtego i jajka z cebulką<br>zieloną DZ<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 788,80<br>Białko ogółem [g] 66,30<br>Tłuszcz [g] 70,90<br>Węglowodany ogółem [g] 223,60 |
|                     | D2 Łatwostrawna             |                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>sałata zielona                                           | Energia kc [kcal] 1 814,20<br>Białko ogółem [g] 70,70<br>Tłuszcz [g] 50,00<br>Węglowodany ogółem [g] 276,60 |
|                     | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci  | Drożdżówka z dżemem | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>polędwica z ind<br>sałata zielona                                      | Energia kc [kcal] 1 451,80<br>Białko ogółem [g] 55,00<br>Tłuszcz [g] 41,70<br>Węglowodany ogółem [g] 218,90 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-15 czwartek

|                                                         |  | Śniadanie                                                                                      | 2. śniadanie                                             | Obiad                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika     |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory |                                                          | Zupa górską<br>Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                  |
| D4 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i węglowodanów |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory      | chleb pszenny<br>twaróg półtłusty<br>zielona cebulka     | Zupa górską<br>Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                              |
| D5 Łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów            |  | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory       | chleb graham<br>Twarożek ze śmietaną.<br>zielona cebulka | Zupa górską<br>Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków.<br>Fasolka szparagowa z wody<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c |
| D6 Z ograniczeniem węglowodanów                         |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory      | Jabłko pieczone                                          | Zupa górską<br>Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami-<br>nerkowa.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                         | Podwieczorek                     | Kolacja                                                                                                    | SUMA                                                                                                        |
|---------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-15 czwartek | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika     |                                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>sałata zielona            | Energia kc [kcal] 1 369,00<br>Białko ogółem [g] 57,80<br>Tłuszcz [g] 22,90<br>Węglowodany ogółem [g] 238,90 |
|                     | D4 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i węglowodanów | jogurt naturalny                 | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>sałata zielona                 | Energia kc [kcal] 1 411,00<br>Białko ogółem [g] 71,60<br>Tłuszcz [g] 26,60<br>Węglowodany ogółem [g] 226,40 |
|                     | D5 Łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów            | jogurt naturalny                 | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>sałata zielona                  | Energia kc [kcal] 1 533,80<br>Białko ogółem [g] 72,40<br>Tłuszcz [g] 44,80<br>Węglowodany ogółem [g] 216,60 |
|                     | D6 Z ograniczeniem węglowodanów i sodu                  | Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Krokiety z ziemniaków- nerkowa.<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 842,40<br>Białko ogółem [g] 58,30<br>Tłuszcz [g] 52,20<br>Węglowodany ogółem [g] 294,40 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                               | Śniadanie                                                                                                                        | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                              |
|---------------------|-----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-15 czwartek | D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory                                   |              | Zupa górską<br>Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami-<br>nerkowa.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                             |
|                     | D8 O zmiennej konsystencji-płynna, wzmocniona | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                                                           |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                               |
|                     | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna    | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                           |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                               |
|                     | D10 Łatwostr. bogato białkowa                 | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory<br>Kasza manna na mleku w proszku |              | Zupa górską<br>Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami.(<br>2.00 porcje )<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |
|                     | D13 Bezmleczna                                | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory                                   |              | Zupa górską<br>Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                         |
|                     | D15 Kleikowa po zabiegu                       | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                          |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                                |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                         | SUMA                                                                                                        |
|---------------------|------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-15 czwartek | D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu               |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Krokiety z ziemniaków- nerkowa.<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 836,50<br>Białko ogółem [g] 57,00<br>Tłuszcz [g] 50,90<br>Węglowodany ogółem [g] 293,60 |
|                     | D8 O zmiennej konsystencji- płynna, wzmocniona |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                       | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |
|                     | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna     |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                       | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00 |
|                     | D10 Łatwostr. bogato białkowa                  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>sałata zielona                 | Energia kc [kcal] 2 067,60<br>Białko ogółem [g] 91,20<br>Tłuszcz [g] 61,60<br>Węglowodany ogółem [g] 293,80 |
|                     | D13 Bezmleczna                                 |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>sałata zielona                 | Energia kc [kcal] 1 527,80<br>Białko ogółem [g] 57,80<br>Tłuszcz [g] 40,50<br>Węglowodany ogółem [g] 238,90 |
|                     | D15 Kleikowa po zabiegach                      |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                           | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                  | Śniadanie                                                                                                                                       | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                          |
|---------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-15 czwartek | D16 Kleikowa przy biegunce                       | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                                        |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                     |
|                     | D1 Podstawowa                                    | Kawa z mlekiem w proszku<br>rogal maślany<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>ser żółty twardy<br>rzodkiew biała                  |              | Pejzanka.<br>Łazanki z kapustą kiszoną.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                       |
|                     | D1 DZ Podstawowa -dzieci                         | Kawa z mlekiem w proszku<br>rogal maślany<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>dżem niskosłodzony<br>ser żółty twardy<br>rzodkiew biała             |              | Pejzanka.<br>Łazanki z kapustą kiszoną. DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                    |
|                     | D2 Łatwostrawna                                  | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką<br>pomidory |              | Pejzanka.<br>Klops rybny.<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej           |
|                     | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                       | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN<br>pomidory |              | Pejzanka.<br>Klops rybny DZ<br>Sos grecki DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Sałatka z selera i jabłka DZ.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
| 2026-01-16 piątek   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i bbnka | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>pomidory          |              | Pejzanka.<br>Klops rybny.<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej           |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                   | Podwieczorek         | Kolacja                                                                                                                                  | SUMA                                                                                                        |
|---------------------|---------------------------------------------------|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-15 czwartek | D16 Kleikowa przy biegunce                        |                      | kleikowa po biegunce kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                              | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
|                     | D1 Podstawowa                                     |                      | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg ze śmietaną i zieloną cebulką<br>pomidory                           | Energia kc [kcal] 2 031,80<br>Białko ogółem [g] 66,10<br>Tłuszcz [g] 61,40<br>Węglowodany ogółem [g] 305,60 |
|                     | D1 DZ Podstawowa -dzieci                          | Kisiel z jabłkiem DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg z zieloną cebulką<br>pomidory                                  | Energia kc [kcal] 1 809,20<br>Białko ogółem [g] 55,90<br>Tłuszcz [g] 54,20<br>Węglowodany ogółem [g] 276,00 |
|                     | D2 Łatwostrawna                                   |                      | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta<br>Schab gotowany.<br>pomidory           | Energia kc [kcal] 2 009,60<br>Białko ogółem [g] 80,50<br>Tłuszcz [g] 43,30<br>Węglowodany ogółem [g] 330,80 |
|                     | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                        | Kisiel z jabłkiem DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta DZ<br>Schab gotowany DZ<br>pomidory | Energia kc [kcal] 1 794,90<br>Białko ogółem [g] 69,20<br>Tłuszcz [g] 38,50<br>Węglowodany ogółem [g] 297,70 |
| 2026-01-16 piątek   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i bbnika |                      | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu z olejem- nerkowa.<br>Schab gotowany.<br>pomidory       | Energia kc [kcal] 1 758,60<br>Białko ogółem [g] 68,10<br>Tłuszcz [g] 29,70<br>Węglowodany ogółem [g] 311,70 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-16 piątek

|                                                  |  | Śniadanie                                                                                                                              | 2. śniadanie     | Obiad                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D4 Łat.z ograniac.przysw, węglowodanów i         |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>pomidory                            | jogurt naturalny | Pejzanka.<br>Klops rybny.<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                                       |
| D5 Łatw z ograniac.przys. węglowodanów           |  | Kawa z mlekiem w proszku b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z ziel. pietr.<br>pomidory                             | jogurt naturalny | Pejzanka.<br>Klops rybny.<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>surówka z selera i jabłka.<br>Bukiet jarzyn- jako druga jarzyna.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c |
| D6 Z ograniac.przys.węglowodanów i sodu          |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>pomidory                            | Jabłko pieczone  | Pejzanka.<br>Klops rybny- nerkowa.<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                              |
| D7 Łatwostr.z ograniac.przys.węglowodanów i sodu |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>pomidory |                  | Pejzanka.<br>Klops rybny- nerkowa.<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-16 piątek

|                                               |  | Podwieczorek                     | Kolacja                                                                                                                       | SUMA                                                                                                         |
|-----------------------------------------------|--|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow, tłuszczu i |  | jablka                           | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu z olejem- nerkowa.<br>Schab gotowany.<br>pomidory | Energia kc [kcal] 1 702,30<br>Białko ogółem [g] 78,60<br>Tłuszcz [g] 33,20<br>Węglow odany ogółem [g] 280,20 |
| D5 Łatw z ogran.łatwo przys. węglowodanów     |  | jablka                           | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta<br>Schab gotowany.<br>pomidory      | Energia kc [kcal] 1 912,00<br>Białko ogółem [g] 91,20<br>Tłuszcz [g] 47,00<br>Węglow odany ogółem [g] 289,20 |
| D6 Z ogr.łatwo przys. węglow, białka i sodu   |  | Przecier z jablek b/c.- nerkowa. | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu z olejem- nerkowa.<br>pomidory                    | Energia kc [kcal] 1 656,60<br>Białko ogółem [g] 55,40<br>Tłuszcz [g] 34,40<br>Węglow odany ogółem [g] 291,60 |
| D7 Łatwostr.z ogr:białka i sodu               |  |                                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu z olejem- nerkowa.<br>pomidory               | Energia kc [kcal] 1 735,10<br>Białko ogółem [g] 54,10<br>Tłuszcz [g] 33,20<br>Węglow odany ogółem [g] 311,70 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                   | Śniadanie                                                                                                                                       | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                     |
|-------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-16 piątek | D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                                                                          |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                      |
|                   | D9 O zmniejszonej konsystencji papka półpłynna    | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                                          |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                      |
|                   | D10 Łatwost. bogatobiałkowa                       | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką<br>pomidory |              | Pejzanka.<br>Klops rybny.( 2.00 porcje )<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |
|                   | D13 Bezmleczna                                    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>Filet drobiowy gotowany.<br>pomidory                        |              | Pejzanka.<br>Klops rybny.<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                      |
|                   | D15 Kleikowa po zabiegach                         | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                         |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                       |
|                   | D16 Kleikowa przy biegunce                        | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                                        |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                                |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                               | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                        | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|-----------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-16 piątek | D8 O zmiennej konsystencji-płynna, wzmocniona |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                      | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |
|                   | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna    |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                      | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00 |
|                   | D10 Ławost. bogatobiałkowa                    |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta<br>Schab gotowany.<br>pomidory | Energia kc [kcal] 2 208,80<br>Białko ogółem [g] 97,60<br>Tłuszcz [g] 47,60<br>Węglowodany ogółem [g] 353,50 |
|                   | D13 Bezmleczna                                |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta<br>Schab gotowany.<br>pomidory | Energia kc [kcal] 1 757,70<br>Białko ogółem [g] 74,50<br>Tłuszcz [g] 29,50<br>Węglowodany ogółem [g] 304,70 |
|                   | D15 Kleikowa po zabiegach                     |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                          | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |
|                   | D16 Kleikowa przy bieguncie                   |              | kleikowa po bieguncie kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                   | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                   | Śniadanie                                                                                                                           | 2. śniadanie                                         | Obiad                                                                                                                                                                                  |
|-------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-17 sobota | D1 Podstawowa                                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka kons. baton<br>ogórek świeży<br>Ryż na mleku w proszku.        |                                                      | Zupa selerowa z makaronem<br>Bigos z kapusty kiszonej.<br>Ziemniaki.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                                                  |
|                   | D1 DZ Podstawowa -dzieci                          | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>szynka kons. baton<br>ogórek świeży<br>Ryż na mleku w proszku DZ |                                                      | Zupa selerowa z makaronem DZ<br>Bigos z kapusty kiszonej DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                                           |
|                   | D2 Łatwostrawna                                   | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory<br>Ryż na mleku w proszku.              |                                                      | Zupa selerowa z makaronem<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Kompot z mieszanki kompotowej         |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                        | herbata z cukrem<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>chleb pszenny<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory<br>Ryż na mleku w proszku DZ       |                                                      | Zupa selerowa z makaronem DZ<br>Roladka drobiowa faszerowa jarzynami DZ<br>Sos pomidorowy DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Sałata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i białka | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory                                         |                                                      | Zupa selerowa z makaronem<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                               |
|                   | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i     | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory                                              | chleb pszenny<br>twaróg półtłusty<br>zielona cebulka | Zupa selerowa z makaronem<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                           |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                   |                  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                                         | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|---------------------------------------------------|------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026.01-17 sobota | D1 Podstawowa                                     |                  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 1 946,20<br>Białko ogółem [g] 72,80<br>Tłuszcz [g] 64,60<br>Węglowodany ogółem [g] 282,60 |
|                   | D1 DZ Podstawowa -dzieci                          | sok kubaś        |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką DZ<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 662,90<br>Białko ogółem [g] 58,60<br>Tłuszcz [g] 50,00<br>Węglowodany ogółem [g] 262,50 |
|                   | D2 Łatwostrawna                                   |                  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona                                                    | Energia kc [kcal] 2 095,80<br>Białko ogółem [g] 78,00<br>Tłuszcz [g] 71,00<br>Węglowodany ogółem [g] 287,50 |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                        | sok kubaś        |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Parówka na gorąco DZ<br>keczup<br>sałata zielona                                             | Energia kc [kcal] 1 764,40<br>Białko ogółem [g] 61,30<br>Tłuszcz [g] 54,10<br>Węglowodany ogółem [g] 266,00 |
|                   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i białka |                  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Filet drobiowy gotowany.<br>sałata zielona                                                        | Energia kc [kcal] 1 402,40<br>Białko ogółem [g] 69,90<br>Tłuszcz [g] 20,30<br>Węglowodany ogółem [g] 238,30 |
|                   | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i     | jogurt naturalny |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Filet drobiowy gotowany.<br>sałata zielona                                                             | Energia kc [kcal] 1 444,50<br>Białko ogółem [g] 83,80<br>Tłuszcz [g] 24,00<br>Węglowodany ogółem [g] 226,00 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-17 sobota

|                                                   |  | Śniadanie                                                                                   | 2. śniadanie                                             | Obiad                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |  | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory       | chleb graham<br>Twarożek ze śmietaną.<br>zielona cebulka | Zupa selerowa z makaronem<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Buraczki z wody jako II jarzyna<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c |
| D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory      | Jabłko pieczone                                          | Zupa selerowa z makaronem<br>roladka faszerowana jarzynami- nerkowa.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                                                          |
| D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory |                                                          | Zupa selerowa z makaronem<br>roladka faszerowana jarzynami- nerkowa.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                              |
| D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |  | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                      |                                                          | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                                                                  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                   | Podwieczorek                     | Kolacja                                                                                                | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-17 sobota | D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        | jogurt naturalny                 | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 824,20<br>Białko ogółem [g] 79,90<br>Tłuszcz [g] 65,90<br>Węglowodany ogółem [g] 228,60 |
|                   | D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         | Przecier z jablek b/c.- nerkowa. | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Galaretka jarska.<br>sałata zielona           | Energia kc [kcal] 1 494,60<br>Białko ogółem [g] 58,20<br>Tłuszcz [g] 33,50<br>Węglowodany ogółem [g] 249,90 |
|                   | D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   |                                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Galaretka jarska.<br>sałata zielona      | Energia kc [kcal] 1 488,80<br>Białko ogółem [g] 56,90<br>Tłuszcz [g] 32,20<br>Węglowodany ogółem [g] 249,00 |
|                   | D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |                                  | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                              | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                                              | Śniadanie                                                                                                                                          | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-17 sobota    | D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                                             |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                                                                   |
|                      | D10 Latwostr.bogatobiałkowa                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory<br>Ryż na mleku w proszku.                             |              | Zupa selerowa z makaronem<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.(<br>2.00 porcje )<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Salata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |
|                      | D13 Bezmleczna                               | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory                                                        |              | Zupa selerowa z makaronem<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Salata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                               |
|                      | D15 Kleikowa po zabiegach                    | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                            |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                                                                                    |
|                      | D16 Kleikowa przy biegunce                   | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                                           |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                                                                                             |
| 2026-01-18 niedziela | D1 Podstawowa                                | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>pasztet drobiowy konserwowy<br>ogórek kiszony<br>Zacierka na mleku w proszku         |              | Krupnik.<br>Kurczak pieczony.<br>Ziemniaki.<br>Surówka z pory i marchwi<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                                                                               |
|                      | D1 DZ Podstawowa -dzieci                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>pasztet drobiowy konserwowy<br>ogórek kiszony<br>Zacierka na mleku w proszku DZ |              | Krupnik DZ<br>Kurczak pieczony.<br>Ziemniaki DZ<br>Surówka z pory i marchwi DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                                                                        |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                                            | Podwieczorek       | Kolacja                                                                                                                         | SUMA                                                                                                         |
|----------------------|--------------------------------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-17 sobota    | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna |                    | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                       | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00  |
|                      | D10 Łatwostr.bogatobiałkowa                |                    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona                    | Energia kc [kcal] 2 350,60<br>Białko ogółem [g] 101,90<br>Tłuszcz [g] 81,10<br>Węglowodany ogółem [g] 304,70 |
|                      | D13 Bezmleczna                             |                    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona                    | Energia kc [kcal] 1 753,30<br>Białko ogółem [g] 63,90<br>Tłuszcz [g] 58,30<br>Węglowodany ogółem [g] 244,50  |
|                      | D15 Kleikowa po zabiegach                  |                    | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                           | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30  |
|                      | D16 Kleikowa przy biegunce                 |                    | kleikowa po biegunce kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                     | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80   |
| 2026-01-18 niedziela | D1 Podstawowa                              |                    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>rzodkiew | Energia kc [kcal] 2 153,30<br>Białko ogółem [g] 92,20<br>Tłuszcz [g] 76,40<br>Węglowodany ogółem [g] 277,40  |
|                      | D1 DZ Podstawowa -dzieci                   | jogurt truskawkowy | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg z konc. pomid. i zieloną pietr.<br>rzodkiew           | Energia kc [kcal] 1 900,00<br>Białko ogółem [g] 85,50<br>Tłuszcz [g] 71,70<br>Węglowodany ogółem [g] 230,40  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                                                     | Śniadanie                                                                                                                         | 2. śniadanie     | Obiad                                                                                                                                              |
|----------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-18 niedziela | D2 Łatwostrawna                                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica sop.wp<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku         |                  | Krupnik.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                  |
|                      | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>połudwica sop.wp<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku DZ |                  | Krupnik DZ<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki DZ<br>Marchew gotowana DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                            |
|                      | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica sop.wp<br>pomidory                                        |                  | Krupnik.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                  |
|                      | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow, tłuszczu i      | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica sop.wp<br>pomidory                                             | jogurt naturalny | Krupnik.<br>Ziemniaki.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Kurczak gotowany.                                              |
|                      | D5 Łatw z ogran.łatwo przys. węglowodanów           | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica sop.wp<br>pomidory                                              | jogurt naturalny | Krupnik.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Surówka z pory i marchwi<br>Marchew z wody dodatek do II dania<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                                                     | Podwieczorek       | Kolacja                                                                                                                               | SUMA                                                                                                        |
|----------------------|-----------------------------------------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-18 niedziela | D2 Łatwostrawna                                     |                    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 038,70<br>Białko ogółem [g] 94,70<br>Tłuszcz [g] 62,50<br>Węglowodany ogółem [g] 279,30 |
|                      | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | jogurt truskawkowy | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg z konc. pomid. i zieloną pietr.<br>sałata zielona           | Energia kc [kcal] 1 772,00<br>Białko ogółem [g] 86,80<br>Tłuszcz [g] 57,50<br>Węglowodany ogółem [g] 230,60 |
|                      | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika |                    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 632,80<br>Białko ogółem [g] 78,50<br>Tłuszcz [g] 41,60<br>Węglowodany ogółem [g] 240,50 |
|                      | D4 Łat. z ogran.łat.przysw. węglow. tłuszczu i      | Jabłko pieczone    | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona      | Energia kc [kcal] 1 637,40<br>Białko ogółem [g] 85,60<br>Tłuszcz [g] 44,50<br>Węglowodany ogółem [g] 229,20 |
|                      | D5 Łatw. z ogran.łatwo przys. węglowodanów          | jabłka             | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona       | Energia kc [kcal] 1 699,40<br>Białko ogółem [g] 87,30<br>Tłuszcz [g] 55,60<br>Węglowodany ogółem [g] 218,30 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-18 niedziela

|                                                 |  | Śniadanie                                                                                                                 | 2. śniadanie    | Obiad                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu       |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica sop.wp<br>pomidory                                     | Jabłko pieczone | Krupnik.<br>Kurczak gotowany- nerkowa.<br>Ziemniaki.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c          |
| D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu                |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica sop.wp<br>pomidory                                |                 | Krupnik.<br>Kurczak gotowany- nerkowa.<br>Ziemniaki.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej              |
| D8 O zmienionej konsystencji-płynna, wzmocniona |  | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                                                    |                 | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                    |
| D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna    |  | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                    |                 | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                    |
| D10 Łatwostr. bogatobiałkowa                    |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica sop.wp<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku |                 | Krupnik.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                                                 | Podwieczorek                     | Kolacja                                                                                                                               | SUMA                                                                                                         |
|----------------------|-------------------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-18 niedziela | D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu       | Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>zupa jarzynowa krem z grzankami-<br>nerkowa.<br>sałata zielona               | Energia kc [kcal] 1 633,60<br>Białko ogółem [g] 51,50<br>Tłuszcz [g] 36,90<br>Węglowodany ogółem [g] 283,20  |
|                      | D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu                |                                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>zupa jarzynowa krem z grzankami-<br>nerkowa.<br>sałata zielona          | Energia kc [kcal] 1 627,50<br>Białko ogółem [g] 50,10<br>Tłuszcz [g] 35,50<br>Węglowodany ogółem [g] 282,40  |
|                      | D8 O zmienionej konsystencji-płynna, wzmocniona |                                  | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                             | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00  |
|                      | D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna    |                                  | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                             | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00  |
|                      | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa                    |                                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 130,20<br>Białko ogółem [g] 100,30<br>Tłuszcz [g] 64,70<br>Węglowodany ogółem [g] 291,20 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                            | Śniadanie                                                                                                                                        | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                         |
|-------------------------|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-18 niedziela    | D13 Bezmieczna             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica sop.wp<br>pomidory                                                       |              | Krupnik.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                             |
|                         | D15 Kleikowa po zabiegach  | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                          |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                           |
|                         | D16 Kleikowa przy biegunce | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                                         |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                                    |
| 2026-01-19 poniedziałek | D1 Podstawowa              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>salceson<br>Papryka konserwowa<br>Makaron na mleku w proszku                       |              | Barszcz z ziemniakami.<br>Zraz mielony w sosie.<br>kasza gryczana na sypko.<br>Mizeria ze śmietaną.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                          |
|                         | D1 DZ Podstawowa -dzieci   | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>szynka got. wieprz.<br>Papryka konserwowa DZ<br>Makaron na mleku w proszku DZ |              | Barszcz z ziemniakami DZ<br>Zraz mielony w sosie DZ<br>Kasza gryczana na sypko DZ<br>Mizeria ze śmietaną DZ.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                 |
|                         | D2 Łatwostrawna            | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku                      |              | Barszcz z ziemniakami.<br>Pulpety wołowe.<br>Sos jarzynowy<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Sałatka z pomidora.<br>Kompot z mieszanki kompotowej              |
|                         | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku DZ              |              | Barszcz z ziemniakami DZ<br>Pulpety wołowe.DZ<br>Sos jarzynowy DZ<br>Kasza jęczmienna na sypko DZ.<br>Sałatka z pomidora DZ.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                            | Podwieczorek        | Kolacja                                                                                                                       | SUMA                                                                                                        |
|-------------------------|----------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-18 niedziela    | D13 Bezmieczna             |                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>zupa jarzynowa krem z grzankami-<br>nerkowa.<br>sałata zielona  | Energia kc [kcal] 1 864,40<br>Białko ogółem [g] 75,00<br>Tłuszcz [g] 50,60<br>Węglowodany ogółem [g] 283,10 |
|                         | D15 Kleikowa po zabiegach  |                     | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                         | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |
|                         | D16 Kleikowa przy biegunce |                     | kleikowa po biegunce kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                   | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
| 2026-01-19 poniedziałek | D1 Podstawowa              |                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z koperkiem<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 2 137,90<br>Białko ogółem [g] 75,60<br>Tłuszcz [g] 71,10<br>Węglowodany ogółem [g] 301,90 |
|                         | D1 DZ Podstawowa -dzieci   | Herbatniki pettitki | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Pasta z parówki i twarogu z koperkiem DZ<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 784,30<br>Białko ogółem [g] 58,00<br>Tłuszcz [g] 60,60<br>Węglowodany ogółem [g] 254,00 |
|                         | D2 Łatwostrawna            |                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z koperkiem<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 2 118,00<br>Białko ogółem [g] 78,20<br>Tłuszcz [g] 57,50<br>Węglowodany ogółem [g] 326,90 |
|                         | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci | Herbatniki pettitki | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Pasta z parówki i twarogu z koperkiem DZ<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 811,80<br>Białko ogółem [g] 62,60<br>Tłuszcz [g] 51,60<br>Węglowodany ogółem [g] 278,90 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                                         | Śniadanie                                                                                     | 2. śniadanie    | Obiad                                                                                                                                                                      |
|-------------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-19 poniedziałek | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory |                 | Barszcz z ziemniakami.<br>Pulpety wołowe.<br>Sos jarzynowy<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Sałatka z pomidora b/śmietany.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                |
|                         | D4 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i węglowodanów | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory      | Jabłko pieczone | Barszcz z ziemniakami.<br>Pulpety wołowe.<br>Sos jarzynowy<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Sałatka z pomidora b/śmietany.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c            |
|                         | D5 Łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów            | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory       | Jabłko pieczone | Barszcz z ziemniakami.<br>Pulpety wołowe.<br>Sos jarzynowy<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Sałatka z pomidora.<br>Kalafior gotowany.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c |
|                         | D6 Z ograniczeniem węglowodanów                         | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory      | Jabłko pieczone | Barszcz z ziemniakami.<br>Pulpety wołowe- nerkowa.<br>Sos jarzynowy<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Sałatka z pomidora b/śmietany.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c   |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                                         | Podwieczorek                     | Kolacja                                                                                                                | SUMA                                                                                                        |
|-------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-19 poniedziałek | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika     |                                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielony koperek<br>sałata zielona    | Energia kc [kcal] 1 617,50<br>Białko ogółem [g] 63,90<br>Tłuszcz [g] 30,00<br>Węglowodany ogółem [g] 278,60 |
|                         | D4 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i węglowodanów | jogurt naturalny                 | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielony koperek<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 1 622,10<br>Białko ogółem [g] 71,10<br>Tłuszcz [g] 32,90<br>Węglowodany ogółem [g] 267,10 |
|                         | D5 Łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów            | jogurt naturalny                 | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z koperkiem<br>sałata zielona        | Energia kc [kcal] 1 752,80<br>Białko ogółem [g] 71,10<br>Tłuszcz [g] 50,50<br>Węglowodany ogółem [g] 259,70 |
|                         | D6 Z ograniczeniem węglowodanów i sodu                  | Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Krokiety z ziemniaków- nerkowa.<br>pomidory<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 983,20<br>Białko ogółem [g] 62,00<br>Tłuszcz [g] 50,00<br>Węglowodany ogółem [g] 332,60 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                               | Śniadanie                                                                                                                   | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-19 poniedziałek | D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                               |              | Barszcz z ziemniakami.<br>Pulpety wołowe- nerkowa.<br>Sos jarzynowy<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Sałatka z pomidora b/śmietany.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                  |
|                         | D8 O zmiennej konsystencji-płynna, wzmocniona | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                                                      |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                                  |
|                         | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna    | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                      |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                                  |
|                         | D10 Łatwostr. bogato białkowa                 | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku |              | Barszcz z ziemniakami.<br>Pulpety wołowe.( 2.00 porcje )<br>Sos jarzynowy<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Sałatka z pomidora.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |
|                         | D13 Bezmleczna                                | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                               |              | Barszcz z ziemniakami.<br>Pulpety wołowe.<br>Sos jarzynowy<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Sałatka z pomidora b/śmietany.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                           |
|                         | D15 Kleikowa po zabiegach                     | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                     |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                                                   |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                                | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                     | SUMA                                                                                                         |
|-------------------------|------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-19 poniedziałek | D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu               |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Krokiety z ziemniaków- nerkowa.<br>sałata zielona<br>pomidory | Energia kc [kcal] 1 977,20<br>Białko ogółem [g] 60,60<br>Tłuszcz [g] 48,70<br>Węglowodany ogółem [g] 331,90  |
|                         | D8 O zmiennej konsystencji- płynna, wzmocniona |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                   | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00  |
|                         | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna     |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                   | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00  |
|                         | D10 Łatwostr. bogato białkowa                  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z koperkiem<br>sałata zielona       | Energia kc [kcal] 2 365,70<br>Białko ogółem [g] 103,10<br>Tłuszcz [g] 63,80<br>Węglowodany ogółem [g] 349,70 |
|                         | D13 Bezmleczna                                 |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Krokiety z ziemniaków- nerkowa.<br>sałata zielona             | Energia kc [kcal] 2 014,30<br>Białko ogółem [g] 65,50<br>Tłuszcz [g] 49,80<br>Węglowodany ogółem [g] 333,50  |
|                         | D15 Kleikowa po zabiegach                      |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                       | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                                   | Śniadanie                                                                                                                                    | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                       |
|-------------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-19 poniedziałek | D16 Kleikowa przy biegunce                        | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                                     |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                  |
|                         | D1 Podstawowa                                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>KIEŁBASA WIEJSKA<br>ogórek świeży<br>Płatki owsiane na mleku w proszku.        |              | Zupa grysikowa<br>Makaron z sosem bolońskim<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                |
|                         | D1 DZ Podstawowa -dzieci                          | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>KIEŁBASA WIEJSKA<br>ogórek świeży<br>Płatki owsiane na mleku w proszku DZ |              | Zupa grysikowa DZ<br>Makaron z sosem bolońskim DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                          |
|                         | D2 Łatwostrawna                                   | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kiełbasa żywiecka dr<br>pomidory<br>Płatki owsiane na mleku w proszku.         |              | Zupa grysikowa<br>schab gotowany w jarzynach.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej         |
|                         | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                        | herbata z cukrem<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>chleb pszenny<br>kiełbasa żywiecka dr<br>pomidory<br>Płatki owsiane na mleku w proszku DZ  |              | Zupa grysikowa DZ<br>Schab gotowany w jarzynach DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Buraczki zasmażne DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
| 2026-01-20 wtorek       | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i bbnika | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełbasa żywiecka dr<br>pomidory                                               |              | Zupa grysikowa<br>schab gotowany w jarzynach.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej         |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                            | Podwieczorek                                      | Kolacja                                                                                                                                    | SUMA                                                                                                        |
|-------------------------|----------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-19 poniedziałek | D16 Kleikowa przy biegunce |                                                   | kleikowa po biegunce kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                                | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
|                         | D1 Podstawowa              |                                                   | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z twarogu i jaj z cebulką zieloną<br>sałata zielona                    | Energia kc [kcal] 2 128,70<br>Białko ogółem [g] 81,90<br>Tłuszcz [g] 73,70<br>Węglowodany ogółem [g] 286,10 |
|                         | D1 DZ Podstawowa -dzieci   | Budyń na mleku w proszku DZ                       | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Pasta z twarogu i jaj z cebulką zieloną DZ<br>sałata zielona            | Energia kc [kcal] 1 919,80<br>Białko ogółem [g] 72,70<br>Tłuszcz [g] 71,70<br>Węglowodany ogółem [g] 247,60 |
|                         | D2 Łatwostrawna            |                                                   | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką<br>połędwica z ind<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 786,90<br>Białko ogółem [g] 75,90<br>Tłuszcz [g] 44,80<br>Węglowodany ogółem [g] 275,10 |
|                         | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci | Budyń na mleku w proszku DZ                       | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN<br>połędwica z ind<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 625,10<br>Białko ogółem [g] 68,70<br>Tłuszcz [g] 44,20<br>Węglowodany ogółem [g] 242,50 |
| 2026-01-20 wtorek       |                            | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i bbnika | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połędwica z ind<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>sałata zielona  | Energia kc [kcal] 1 400,90<br>Białko ogółem [g] 62,40<br>Tłuszcz [g] 22,00<br>Węglowodany ogółem [g] 242,70 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-20 wtorek

|                                              |  | Śniadanie                                                                                       | 2. śniadanie                                          | Obiad                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D4 Łat.z ograniac.przysw, węglow, tłuszczu i |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiewcka dr<br>pomidory      | chleb graham<br>szynka got. wieprz.<br>sałata zielona | Zupa grysikowa<br>schab gotowany w jarzynach.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z jabłek b/c.<br>Jabłko pieczone                                        |
| D5 Łatw z ograniac.przys. węglowodanów       |  | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiewcka dr<br>pomidory       | chleb graham<br>szynka got. wieprz.<br>sałata zielona | Zupa grysikowa<br>schab gotowany w jarzynach.<br>Ziemniaki.<br>Ćwikła.<br>brokuły z wody II jarzyna<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>jabłka                   |
| D6 Z ograniac.przys.węglow, białka i sodu    |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiewcka dr<br>pomidory      | Jabłko pieczone                                       | Zupa grysikowa<br>schab gotowany w jarzynach- nerkowa.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. |
| D7 Łatwostr.z ograniac.białka i sodu         |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiewcka dr<br>pomidory |                                                       | Zupa grysikowa<br>schab gotowany w jarzynach- nerkowa.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                         |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-20 wtorek

|                                              |  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                              | SUMA                                                                                                        |
|----------------------------------------------|--|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D4 Łat.z ograniat.przysw, węglow, tłuszczu i |  |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połędwica z ind<br>twaróg półtłusty<br>sałata zielona<br>zielona pietruszka | Energia kc [kcal] 1 427,90<br>Białko ogółem [g] 69,10<br>Tłuszcz [g] 24,10<br>Węglowodany ogółem [g] 240,40 |
| D5 Łatw z ograniatwo przys. węglowodanów     |  |              | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką<br>połędwica z ind<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 460,20<br>Białko ogółem [g] 69,70<br>Tłuszcz [g] 35,20<br>Węglowodany ogółem [g] 222,90 |
| D6 Z ogr. latwo przys. węglow, białka i sodu |  |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pyzy ziemniaczane- nerkowa.<br>sałata zielona                               | Energia kc [kcal] 1 600,90<br>Białko ogółem [g] 48,90<br>Tłuszcz [g] 30,90<br>Węglowodany ogółem [g] 291,00 |
| D7 Łatwostr. z ogr. białka i sodu            |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pyzy ziemniaczane- nerkowa.<br>sałata zielona                          | Energia kc [kcal] 1 595,10<br>Białko ogółem [g] 47,50<br>Tłuszcz [g] 29,50<br>Węglowodany ogółem [g] 290,20 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                               | Śniadanie                                                                                                                            | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                    |
|-------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-20 wtorek | D8 O zmiennej konsystencji-płynna, wzmocniona | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                                                               |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                     |
|                   | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna    | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                               |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                     |
|                   | D10 Ławost. bogatobiałkowa                    | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory<br>Płatki owsiane na mleku w proszku. |              | Zupa grysikowa<br>schab gotowany w jarzynach.( 2.00 porcje )<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |
|                   | D12 DZ Bezglutenowa dzieci                    | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>ser żółty twardy<br>miód naturalny<br>pomidory                     |              | Zupa ryżowa DZ<br>schab gotowany w jarzynach bezglutenowa<br>Ziemniaki DZ<br>buraczki zasmażane bezglutenowa.<br>Kompot z mieszanki kompotowej           |
|                   | D13 Bezmleczna                                | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory                                       |              | Zupa grysikowa<br>schab gotowany w jarzynach.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                      |
|                   | D15 Kleikowa po zabiegach                     | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                              |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                      |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-20 wtorek

|                                                |  | Podwieczorek                | Kolacja                                                                                                                                              | SUMA                                                                                                        |
|------------------------------------------------|--|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D8 O zmiennej konsystencji- płynna, wzmocniona |  |                             | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                                            | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |
| D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna     |  |                             | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                                            | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00 |
| D10 Ławost- bogatobiałkowa                     |  |                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką<br>polędwica z ind<br>sałata zielona           | Energia kc [kcal] 1 967,80<br>Białko ogółem [g] 95,90<br>Tłuszcz [g] 49,70<br>Węglowodany ogółem [g] 289,50 |
| D12 DZ Bezglutenowa dzieci                     |  | Budyń na mleku w proszku DZ | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN<br>Filet drobiowy gotowany DZ<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 912,70<br>Białko ogółem [g] 70,00<br>Tłuszcz [g] 47,80<br>Węglowodany ogółem [g] 302,60 |
| D13 Bezmleczna                                 |  |                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>sałata zielona                                                      | Energia kc [kcal] 1 448,50<br>Białko ogółem [g] 57,00<br>Tłuszcz [g] 30,80<br>Węglowodany ogółem [g] 240,80 |
| D15 Kleikowa po zabiegach                      |  |                             | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                                                   |                            | Śniadanie                                                                                                       | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-20 wtorek                                 | D16 Kleikowa przy biegunce | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                        |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                                           |
|                                                   | D1 Podstawowa              | Kawa z mlekiem w proszku<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>pieczeń węd<br>Papryka konserwowa         |              | Zupa fasolowa z makaronem<br>Rolada drob.z oczkiem .<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>Surówka z kapusty pekińskiej.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                |
|                                                   | D1 DZ Podstawowa -dzieci   | chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>pieczeń węd<br>Papryka konserwowa DZ<br>Kawa z mlekiem w proszku |              | Zupa fasolowa z makaronem DZ<br>Rolada drobiowa z oczkiem.DZ<br>Sos jarzynowy DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Surówka z kapusty pekińskiej DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                                                   | D2 Łatwostrawna            | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory               |              | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Rolada drob.z oczkiem .<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej                 |
|                                                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci | Kawa z mlekiem w proszku<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>chleb pszenny<br>polędwica z ind<br>pomidory          |              | Zupa koperkowa z makaronem DZ<br>Rolada drobiowa z oczkiem.DZ<br>Sos jarzynowy DZ<br>Ziemniaki DZ<br>sałatka z marchwi i jabłka DZ.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
| 2026-01-21 środa                                  |                            |                                                                                                                 |              |                                                                                                                                                                      |
| D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i bbnika |                            | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory                       |              | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Rolada drob.z oczkiem .<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej                 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                   |                      | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                             | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|---------------------------------------------------|----------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-20 wtorek | D16 Kleikowa przy biegunce                        |                      |              | kleikowa po biegunce kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                                         | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
|                   |                                                   |                      |              |                                                                                                                                                     |                                                                                                             |
|                   |                                                   |                      |              |                                                                                                                                                     |                                                                                                             |
|                   |                                                   |                      |              |                                                                                                                                                     |                                                                                                             |
|                   |                                                   |                      |              |                                                                                                                                                     |                                                                                                             |
|                   |                                                   |                      |              |                                                                                                                                                     |                                                                                                             |
| 2026-01-21 środa  | D1 Podstawowa                                     |                      |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z sera topionego ,kielbasy i jajka z<br>zieloną cebulką<br>ogórek świeży        | Energia kc [kcal] 2 152,70<br>Białko ogółem [g] 82,00<br>Tłuszcz [g] 69,70<br>Węglowodany ogółem [g] 310,30 |
|                   | D1 DZ Podstawowa -dzieci                          | Galaretka owocowa DZ |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Pasta z sera topionego,kielbasy i jajka z<br>zieloną cebulką DZ<br>ogórek świeży | Energia kc [kcal] 1 758,60<br>Białko ogółem [g] 63,20<br>Tłuszcz [g] 61,50<br>Węglowodany ogółem [g] 246,90 |
|                   | D2 Łatwostrawna                                   |                      |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona                                        | Energia kc [kcal] 2 031,40<br>Białko ogółem [g] 76,10<br>Tłuszcz [g] 67,00<br>Węglowodany ogółem [g] 284,10 |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                        | Galaretka owocowa DZ |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Parówka na gorąco DZ<br>keczup<br>sałata zielona                                 | Energia kc [kcal] 1 628,30<br>Białko ogółem [g] 57,50<br>Tłuszcz [g] 53,70<br>Węglowodany ogółem [g] 231,70 |
|                   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i bbnika |                      |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Filet drobiowy gotowany.<br>sałata zielona                                            | Energia kc [kcal] 1 476,10<br>Białko ogółem [g] 70,20<br>Tłuszcz [g] 21,50<br>Węglowodany ogółem [g] 255,90 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                  |                                              | Śniadanie                                                                                            | 2. śniadanie                                        | Obiad                                                                                                                                                                                                        |
|------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-21 środa | D4 Łat.z ograniat.przysw, węglow, tłuszczu i | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory                 | chleb pszenny<br>ser żółty twardy<br>sałata zielona | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Rolada drob.z oczkiem .<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>jogurt naturalny                                 |
|                  | D5 Łatw z ograniatwo przys. węglowodanów     | Kawa z mlekiem w proszku b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory | chleb graham<br>ser żółty twardy<br>sałata zielona  | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Rolada drob.z oczkiem .<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>Surówka z kapusty pekińskiej.<br>Fasolka szparagowa z wody<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>jogurt naturalny |
|                  | D6 Z ogr. latwo przys. węglow, białka i sodu | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory                 | Jabłko pieczone                                     | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Rolada dr. z oczkiem- nerkowa.<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Przecier z jablek b/c.- nerkowa.          |
|                  | D7 Łatwostr.z ogr:białka i sodu              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory            |                                                     | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Rolada dr. z oczkiem- nerkowa.<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-21 środa

|                                              |  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                | SUMA                                                                                                        |
|----------------------------------------------|--|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D4 Łat.z ograniat.przysw, węglow, tłuszczu i |  |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Filet drobiowy gotowany.<br>sałata zielona    | Energia kc [kcal] 1 568,50<br>Białko ogółem [g] 85,90<br>Tłuszcz [g] 31,40<br>Węglowodany ogółem [g] 240,40 |
| D5 Łatw z ograniatwo przys. węglowodanów     |  |              | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 073,10<br>Białko ogółem [g] 92,80<br>Tłuszcz [g] 78,50<br>Węglowodany ogółem [g] 251,60 |
| D6 Z ograniatwo przys. węglow, białka i sodu |  |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Zupa ryżowa- nerkowa.<br>sałata zielona       | Energia kc [kcal] 1 558,30<br>Białko ogółem [g] 52,30<br>Tłuszcz [g] 28,80<br>Węglowodany ogółem [g] 283,10 |
| D7 Łatwostr. z ogr. białka i sodu            |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Zupa ryżowa- nerkowa.<br>sałata zielona  | Energia kc [kcal] 1 560,60<br>Białko ogółem [g] 51,00<br>Tłuszcz [g] 27,40<br>Węglowodany ogółem [g] 284,40 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-21 środa

|                                               | Śniadanie                                                                                         | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D8 O zmiennej konsystencji-płynna, wzmocniona | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                            |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                                      |
| D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna    | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                            |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                                      |
| D10 Ławost. bogatobiałkowa                    | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica z ind<br>pomidory |              | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Rolada drob.z oczkiem .( 2.00 porcje )<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |
| D13 Bezmieczna                                | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica z ind<br>pomidory         |              | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Rolada drob.z oczkiem .<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                      |
| D14 Wegetariańska                             | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>ser topiony<br>pomidory     |              | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Kluski śląskie z masłem<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                                     |
| D15 Kleikowa po zabiegach                     | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                           |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                                                       |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                  |                                               | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                       | SUMA                                                                                                         |
|------------------|-----------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-21 środa | D8 O zmiennej konsystencji-płynna, wzmocniona |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                     | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00  |
|                  | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna    |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                     | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00  |
|                  | D10 Ławost. bogatobiałkowa                    |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona  | Energia kc [kcal] 2 258,20<br>Białko ogółem [g] 101,50<br>Tłuszcz [g] 72,00<br>Węglowodany ogółem [g] 303,70 |
|                  | D13 Bezmleczna                                |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona  | Energia kc [kcal] 1 767,10<br>Białko ogółem [g] 64,20<br>Tłuszcz [g] 52,80<br>Węglowodany ogółem [g] 262,10  |
|                  | D14 Wegetariańska                             |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Zupa ryżowa- nerkowa.<br>jaja<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 017,00<br>Białko ogółem [g] 53,60<br>Tłuszcz [g] 61,50<br>Węglowodany ogółem [g] 316,30  |
|                  | D15 Kleikowa po zabiegach                     |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                         | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                  | Śniadanie                                                                                                                                 | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                  |
|---------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-21 środa    | D16 Kleikowa przy bieguncie                      | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po bieguncie śniadanie                                                                                 |              | kleikowa po bieguncie obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                            |
|                     | D1 Podstawowa                                    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka kons. baton<br>rzodkiew biała<br>Zacierka na mleku w proszku         |              | Zupa ryżowa.<br>Kielbasa w sosie chrzanowym<br>Ziemniaki.<br>Ćwikła.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                  |
|                     | D1 DZ Podstawowa -dzieci                         | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>szynka kons. baton<br>rzodkiew biała<br>Zacierka na mleku w proszku DZ |              | Zupa ryżowa DZ<br>Kielbasa w sosie chrzanowym DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Ćwikła DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                         |
|                     | D2 Łatwostrawna                                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku                |              | Zupa ryżowa.<br>Klopsik drobiowy.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków.<br>Kompot z mieszanki kompotowej             |
|                     | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                       | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku DZ        |              | Zupa ryżowa DZ<br>Klopsik drobiowy DZ.<br>Sos pomidorowy DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Sałatka z buraczków DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                     | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i bbnka | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory                                               |              | Zupa ryżowa.<br>Klopsik drobiowy.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków.<br>Kompot z mieszanki kompotowej             |
| 2026-01-22 czwartek |                                                  |                                                                                                                                           |              |                                                                                                                                        |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                   |           | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                  | SUMA                                                                                                        |
|---------------------|---------------------------------------------------|-----------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-21 środa    | D16 Kleikowa przy biegunce                        |           |              | kleikowa po biegunce kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                              | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
|                     |                                                   |           |              |                                                                                                          |                                                                                                             |
|                     |                                                   |           |              |                                                                                                          |                                                                                                             |
|                     |                                                   |           |              |                                                                                                          |                                                                                                             |
|                     |                                                   |           |              |                                                                                                          |                                                                                                             |
|                     |                                                   |           |              |                                                                                                          |                                                                                                             |
| 2026-01-22 czwartek | D1 Podstawowa                                     |           |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>sałata zielona      | Energia kc [kcal] 1 923,00<br>Białko ogółem [g] 68,00<br>Tłuszcz [g] 66,00<br>Węglowodany ogółem [g] 285,10 |
|                     | D1 DZ Podstawowa -dzieci                          | biszkopty |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>szynka got. wieprz.<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 601,30<br>Białko ogółem [g] 54,20<br>Tłuszcz [g] 53,20<br>Węglowodany ogółem [g] 242,40 |
|                     | D2 Łatwostrawna                                   |           |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>sałata zielona      | Energia kc [kcal] 1 889,90<br>Białko ogółem [g] 77,90<br>Tłuszcz [g] 47,40<br>Węglowodany ogółem [g] 291,70 |
|                     | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                        | biszkopty |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>szynka got. wieprz.<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 557,90<br>Białko ogółem [g] 61,10<br>Tłuszcz [g] 40,30<br>Węglowodany ogółem [g] 240,60 |
|                     | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i bbnika |           |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>sałata zielona      | Energia kc [kcal] 1 445,00<br>Białko ogółem [g] 62,50<br>Tłuszcz [g] 21,40<br>Węglowodany ogółem [g] 254,20 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-22 czwartek

|                                            |  | Śniadanie                                                                                   | 2. śniadanie     | Obiad                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D4 Łat.z ogran.łat.przysw, tłuszczu i      |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory      | jogurt naturalny | Zupa ryżowa.<br>Klopsik drobiowy.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Jabłko pieczone                          |
| D5 Łatw z ogran.łatwo przys. węglowodanów  |  | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory       | jogurt naturalny | Zupa ryżowa.<br>Klopsik drobiowy.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Kalafior gotowany.<br>jabłka             |
| D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.białka i sodu |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory      | jabłka           | Zupa ryżowa.<br>Klopsik drobiowy nerkowa.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Przecier z jablek b/c.- nerkowa. |
| D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu            |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory |                  | Zupa ryżowa.<br>Klopsik drobiowy nerkowa.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                         |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-22 czwartek

|                                              |  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                             | SUMA                                                                                                        |
|----------------------------------------------|--|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D4 Łat.z ograniat.przysw, węglow, tłuszczu i |  |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>sałata zielona      | Energia kc [kcal] 1 449,70<br>Białko ogółem [g] 69,60<br>Tłuszcz [g] 24,30<br>Węglowodany ogółem [g] 242,80 |
| D5 Łatw z ograniatwo przys. węglowodanów     |  |              | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>sałata zielona       | Energia kc [kcal] 1 552,80<br>Białko ogółem [g] 70,80<br>Tłuszcz [g] 39,80<br>Węglowodany ogółem [g] 232,90 |
| D6 Z ogr. latwo przys. węglow. białka i sodu |  |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Makaron z jabłkami b/c.<br>sałata zielona  | Energia kc [kcal] 1 805,60<br>Białko ogółem [g] 59,30<br>Tłuszcz [g] 39,10<br>Węglowodany ogółem [g] 312,80 |
| D7 Łatwostr. z ogr. białka i sodu            |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Makaron z jabłkami.<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 812,70<br>Białko ogółem [g] 57,80<br>Tłuszcz [g] 37,60<br>Węglowodany ogółem [g] 315,30 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                               | Śniadanie                                                                                                                  | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                           |
|---------------------|-----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-22 czwartek | D8 O zmiennej konsystencji-płynna, wzmocniona | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                                                     |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                            |
|                     | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna    | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                     |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                            |
|                     | D10 Ławost. bogatobiałkowa                    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku |              | Zupa ryżowa.<br>Klopsik drobiowy.( 2.00 porcje )<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |
|                     | D13 Bezmleczna                                | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory                                |              | Zupa ryżowa.<br>Klopsik drobiowy.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z buraczków.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                      |
|                     | D14 Wegetariańska                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>ser żółty twardy<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku  |              | Zupa ryżowa.<br>Naleśniki z dżemem.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                                                            |
|                     | D15 Kleikowa po zabiegach                     | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                    |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                             |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-22 czwartek

|                                                |  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                             | SUMA                                                                                                         |
|------------------------------------------------|--|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D8 O zmiennej konsystencji- płynna, wzmocniona |  |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                           | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00  |
| D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna     |  |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                           | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00  |
| D10 Ławost. bogatobiałkowa                     |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 126,30<br>Białko ogółem [g] 103,50<br>Tłuszcz [g] 51,80<br>Węglowodany ogółem [g] 314,80 |
| D13 Bezmleczna                                 |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 559,00<br>Białko ogółem [g] 62,50<br>Tłuszcz [g] 34,00<br>Węglowodany ogółem [g] 254,20  |
| D14 Wegetariańska                              |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Makaron z jabłkami.<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 253,40<br>Białko ogółem [g] 62,50<br>Tłuszcz [g] 64,20<br>Węglowodany ogółem [g] 358,00  |
| D15 Kleikowa po zabiegach                      |  |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                               | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                   | Śniadanie                                                                                                                                                                     | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                        |
|---------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-22 czwartek | D16 Kleikowa przy biegunce                        | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                                                                      |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                                   |
|                     | D1 Podstawowa                                     | herbata z cukrem<br>rogal maślany<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>ser topiony<br>pomidory<br>Kasza manna na mleku w proszku                                 |              | Zupa pomidorowa z makaronem.<br>Kotleciki z jajek<br>Ziemniaki.<br>Marchew z groszkiem.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                     |
|                     | D1 DZ Podstawowa -dzieci                          | herbata z cukrem<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>rogal maślany<br>dżem niskosłodzony<br>ser topiony<br>pomidory<br>Kasza manna na mleku w proszku DZ                         |              | Zupa pomidorowa z makaronem DZ<br>Kotleciki z jajek DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Marchew z groszkiem.DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                            |
|                     | D2 Łatwostrawna                                   | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką<br>pomidory<br>Kasza manna na mleku w proszku     |              | Zupa pomidorowa z makaronem.<br>Pulpet rybny<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Kompot z mieszanki kompotowej           |
|                     | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                        | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietaną i ziel. pietr.PN<br>pomidory<br>Kasza manna na mleku w proszku DZ |              | Zupa pomidorowa z makaronem DZ<br>Pulpet rybny DZ<br>Sos grecki DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Sałata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                     | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i bbnika | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>pomidory                                        |              | Zupa pomidorowa z makaronem.<br>Pulpet rybny<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>sałata zielona<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                  |
| 2026-01-23 piątek   |                                                   |                                                                                                                                                                               |              |                                                                                                                                                              |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                   | Podwieczorek      | Kolacja                                                                                                                                       | SUMA                                                                                                        |
|---------------------|---------------------------------------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-22 czwartek | D16 Kleikowa przy biegunce                        |                   | kleikowa po biegunce kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                                   | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
|                     | D1 Podstawowa                                     |                   | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>paprykarz szczeciński<br>ogórek świeży                                          | Energia kc [kcal] 2 327,40<br>Białko ogółem [g] 66,50<br>Tłuszcz [g] 82,60<br>Węglowodany ogółem [g] 335,20 |
|                     | D1 DZ Podstawowa -dzieci                          | Ptasie mleczko DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>paprykarz szczeciński<br>ogórek świeży                                     | Energia kc [kcal] 1 950,60<br>Białko ogółem [g] 54,60<br>Tłuszcz [g] 60,70<br>Węglowodany ogółem [g] 299,20 |
|                     | D2 Łatwostrawna                                   |                   | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta<br>południca sop.wp<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 2 025,00<br>Białko ogółem [g] 79,20<br>Tłuszcz [g] 41,90<br>Węglowodany ogółem [g] 336,80 |
|                     | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                        | Ptasie mleczko DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta DZ<br>południca sop.wp<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 803,00<br>Białko ogółem [g] 70,70<br>Tłuszcz [g] 37,80<br>Węglowodany ogółem [g] 297,40 |
|                     | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i białka |                   | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta<br>południca sop.wp<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 1 627,80<br>Białko ogółem [g] 63,40<br>Tłuszcz [g] 24,30<br>Węglowodany ogółem [g] 292,90 |
| 2026-01-23 piątek   |                                                   |                   |                                                                                                                                               |                                                                                                             |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-23 piątek

|                                             |  | Śniadanie                                                                                                                              | 2. śniadanie                                         | Obiad                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D4 Łat.z ograniac.przysw, węglowodanów i    |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>pomidory                            | chleb pszenny<br>kiełb szynkowa wp<br>sałata zielona | Zupa pomidorowa z makaronem.<br>Pulpet rybny<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>sałata zielona<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Jabłko pieczone                                                           |
| D5 Łatw z ograniac.przys. węglowodanów      |  | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z ziel. pietr.<br>pomidory                                              | chleb graham<br>kiełb szynkowa wp<br>sałata zielona  | Zupa pomidorowa z makaronem.<br>Pulpet rybny<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Buraczki z wody jako II jarzyna<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Jabłko pieczone |
| D6 Z ogr.przys.węglowodanów i sodu          |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>pomidory                            | Jabłko pieczone                                      | Zupa pomidorowa z makaronem.<br>Pulpet rybny- nerkowa.<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Przecier z jabłek b/c.- nerkowa.                               |
| D7 Łatwostr.z ogr.przys.węglowodanów i sodu |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>pomidory |                                                      | Zupa pomidorowa z makaronem.<br>Pulpet rybny- nerkowa.<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                                       |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-23 piątek

|                                           |  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                          | SUMA                                                                                                          |
|-------------------------------------------|--|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D4 Łat.z ograniac.przysw, węglowodanów i  |  |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>południca sop.wp<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta<br>sałata zielona | Energia kcal [kcal] 1 600,10<br>Białko ogółem [g] 75,30<br>Tłuszcz [g] 26,90<br>Węglowodany ogółem [g] 270,20 |
| D5 Łatw z ograniac.przysw. węglowodanów   |  |              | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta<br>południca sop.wp<br>sałata zielona  | Energia kcal [kcal] 1 678,80<br>Białko ogółem [g] 78,60<br>Tłuszcz [g] 35,00<br>Węglowodany ogółem [g] 268,30 |
| D6 Z ograniac.przysw. węglowodanów i sodu |  |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta<br>sałata zielona                     | Energia kcal [kcal] 1 534,80<br>Białko ogółem [g] 54,10<br>Tłuszcz [g] 29,20<br>Węglowodany ogółem [g] 270,70 |
| D7 Łatwostr.z ograniac.przysw. i sodu     |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta<br>sałata zielona                | Energia kcal [kcal] 1 605,40<br>Białko ogółem [g] 52,90<br>Tłuszcz [g] 27,90<br>Węglowodany ogółem [g] 289,00 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-23 piątek

|                                                   |  | Śniadanie                                                                                                                                                                 | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |  | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                                                                                                    |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                                                      |
| D9 O zmniejszonej konsystencji papka półpłynna    |  | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                                                                    |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                                                      |
| D10 Ławost. bogatobiałkowa                        |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką<br>pomidory<br>Kasza manna na mleku w proszku |              | Zupa pomidorowa z makaronem.<br>Pulpet rybny( 2.00 porcje )<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>Salata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy                   |
| D12 Bezglutenowa                                  |  | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką<br>pomidory                                    |              | Zupa pomidorowa z makaronem<br>bezglutenowa.<br>ryba gotowana na parze- bezglutenowa.<br>sos grecki- bezgl.bezml.<br>Ziemniaki.<br>Salata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
| D13 Bezmleczna                                    |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>Filet drobiowy gotowany.<br>pomidory                                                  |              | Zupa pomidorowa z makaronem.<br>Pulpet rybny<br>Sos grecki<br>Ziemniaki.<br>Salata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                                              |
| D14 Wegetariańska                                 |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką<br>pomidory<br>Kasza manna na mleku w proszku |              | Zupa pomidorowa z makaronem.<br>Naleśniki ze szpin i z fetą 200g<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                                                                         |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-23 piątek

|                                               |  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                               | SUMA                                                                                                        |
|-----------------------------------------------|--|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D8 O zmiennej konsystencji-płynna, wzmocniona |  |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                             | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |
| D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna    |  |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                             | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00 |
| D10 Ławost. bogatobiałkowa                    |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta<br>południca sop.wp<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 224,20<br>Białko ogółem [g] 96,30<br>Tłuszcz [g] 46,20<br>Węglowodany ogółem [g] 359,60 |
| D12 Bezglutenowa                              |  |              | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>jaja<br>Filet drobiowy gotowany.<br>sałata zielona                       | Energia kc [kcal] 1 686,60<br>Białko ogółem [g] 63,10<br>Tłuszcz [g] 33,80<br>Węglowodany ogółem [g] 284,10 |
| D13 Bezmleczna                                |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka z makaronu i szynki dieta<br>południca sop.wp<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 693,70<br>Białko ogółem [g] 70,40<br>Tłuszcz [g] 29,40<br>Węglowodany ogółem [g] 290,60 |
| D14 Wegetariańska                             |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>paprykarz szczeciński<br>jaja<br>sałata zielona                         | Energia kc [kcal] 1 918,70<br>Białko ogółem [g] 65,50<br>Tłuszcz [g] 64,90<br>Węglowodany ogółem [g] 266,10 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                             | Śniadanie                                                                                                                                                                     | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                |
|-------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-23 piątek | D14 DZ Wegetariańska dzieci | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietaną i ziel. pietr.PN<br>pomidory<br>Kasza manna na mleku w proszku DZ |              | Zupa pomidorowa z makaronem DZ<br>Naleśniki ze szpin i z fetą 200g<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                                  |
|                   | D15 Kleikowa po zabiegach   | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                                       |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                                  |
|                   | D16 Kleikowa przy bieguncie | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po bieguncie śniadanie                                                                                                                     |              | kleikowa po bieguncie obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                                          |
| 2026-01-24 sobota | D1 Podstawowa               | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>pasztet pieczony wieprz.<br>Papryka konserwowa<br>Makaron na mleku w proszku                                    |              | Zupa grochowa z ziemniakami<br>Schab gotowany w sosie koperkowym.<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Surówka wielowarzywna.<br>Kompot z mieszanki kompotowej           |
|                   | D1 DZ Podstawowa -dzieci    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>pasztet pieczony wieprz.<br>Papryka konserwowa DZ<br>Makaron na mleku w proszku DZ                         |              | Zupa grochowa z ziemniakami DZ<br>Schab gotowany w sosie koperkowym.DZ<br>Kasza jęczmienna na sypko DZ.<br>Surówka wielowarzywna DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                   | D2 Łatwostrawna             | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku                                                   |              | Zupa ziemniaczana<br>Schab gotowany w sosie koperkowym.<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                          |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku DZ                                           |              | Zupa ziemniaczana DZ<br>Schab gotowany w sosie koperkowym.DZ<br>Kasza jęczmienna na sypko DZ.<br>Marchew gotowana DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                             | Podwieczorek       | Kolacja                                                                                                                                        | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|-----------------------------|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-23 piątek | D14 DZ Wegetariańska dzieci | Ptasie mleczko DZ  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>paprykarz szczeciński<br>jaja<br>sałata zielona                             | Energia kc [kcal] 1 751,90<br>Białko ogółem [g] 61,50<br>Tłuszcz [g] 61,70<br>Węglowodany ogółem [g] 234,90 |
|                   | D15 Kleikowa po zabiegach   |                    | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                          | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |
|                   | D16 Kleikowa przy bieguncie |                    | kleikowa po bieguncie kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                                   | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
| 2026-01-24 sobota | D1 Podstawowa               |                    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg ze śmietaną i zieloną cebulką<br>rzodkiew biała                           | Energia kc [kcal] 2 333,60<br>Białko ogółem [g] 90,20<br>Tłuszcz [g] 69,70<br>Węglowodany ogółem [g] 354,70 |
|                   | D1 DZ Podstawowa -dzieci    | jogurt truskawkowy | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg z zieloną cebulką<br>rzodkiew biała                                  | Energia kc [kcal] 1 921,80<br>Białko ogółem [g] 74,40<br>Tłuszcz [g] 60,90<br>Węglowodany ogółem [g] 283,70 |
|                   | D2 Łatwostrawna             |                    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem<br>kielbasa żywiecka dr<br>sałata zielona   | Energia kc [kcal] 1 997,50<br>Białko ogółem [g] 78,00<br>Tłuszcz [g] 50,60<br>Węglowodany ogółem [g] 314,20 |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci  | jogurt truskawkowy | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN<br>kielbasa żywiecka dr<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 649,30<br>Białko ogółem [g] 65,10<br>Tłuszcz [g] 44,90<br>Węglowodany ogółem [g] 251,20 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-24 sobota

|                                                         |  | Śniadanie                                                                                     | 2. śniadanie     | Obiad                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika     |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory |                  | Zupa ziemniaczana<br>Schab gotowany w sosie koperkowym.<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                          |
| D4 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i węglowodanów |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory      | jogurt naturalny | Zupa ziemniaczana<br>Schab gotowany w sosie koperkowym.<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Jabłko pieczone                                   |
| D5 Łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów            |  | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory       | jogurt naturalny | Zupa ziemniaczana<br>Schab gotowany w sosie koperkowym.<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Marchew z wody dodatek do II dania<br>Surówka wielowarzywna.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>jabłka |
| D6 Z ograniczeniem węglowodanów i sodu                  |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory      | Jabłko pieczone  | Zupa ziemniaczana<br>schab gotowany w sosie koperkowym-<br>nerkowa.<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Przecier z jabłek b/c.- nerkowa.      |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-24 sobota

|                                                         |  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                     | SUMA                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------|--|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika     |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiecka dr<br>twaróg półtłusty<br>sałata zielona<br>zielony koperek | Energia kc [kcal] 1 548,70<br>Białko ogółem [g] 61,60<br>Tłuszcz [g] 28,80<br>Węglowodany ogółem [g] 267,00 |
| D4 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i węglowodanów |  |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiecka dr<br>twaróg półtłusty<br>sałata zielona<br>zielony koperek      | Energia kc [kcal] 1 553,20<br>Białko ogółem [g] 68,70<br>Tłuszcz [g] 31,80<br>Węglowodany ogółem [g] 255,50 |
| D5 Łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów            |  |              | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem<br>kielbasa żywiecka dr<br>sałata zielona      | Energia kc [kcal] 1 664,20<br>Białko ogółem [g] 70,30<br>Tłuszcz [g] 46,40<br>Węglowodany ogółem [g] 249,40 |
| D6 Z ograniczeniem węglowodanów                         |  |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Galarełka jarska.<br>sałata zielona                                                | Energia kc [kcal] 1 592,10<br>Białko ogółem [g] 50,10<br>Tłuszcz [g] 37,50<br>Węglowodany ogółem [g] 275,20 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-24 sobota

|                                               |  | Śniadanie                                                                                                                                           | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu              |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                                       |              | Zupa ziemniaczana<br>schab gotowany w sosie koperkowym-<br>nerkowa.<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                              |
| D8 O zmiennej konsystencji-płynna, wzmocniona |  | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                                                                              |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                                 |
| D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna    |  | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                                              |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                                 |
| D10 Łatwostr. bogato białkowa                 |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku                         |              | Zupa ziemniaczana<br>Schab gotowany w sosie koperkowym.(<br>2.00 porcje )<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy  |
| D12 Bezglutenowa                              |  | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>ser żółty twardy<br>miód naturalny<br>pomidory<br>Makaron bezglut. na mleku w proszku. |              | Zupa ziemniaczana bezglutenowa.<br>schab gotowany w sosie koperkowym<br>bezglutenowa.<br>kasza gryczana na sypko.<br>Marchew gotowana-bezglutenowa.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
| D13 Bezmleczna                                |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                                       |              | Zupa ziemniaczana<br>Schab gotowany w sosie koperkowym.<br>Kasza jęczmienna na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                          |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                               | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                      | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|-----------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-24 sobota | D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu              |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Galaretka jarska.<br>sałata zielona                                            | Energia kc [kcal] 1 586,20<br>Białko ogółem [g] 48,70<br>Tłuszcz [g] 36,20<br>Węglowodany ogółem [g] 274,40 |
|                   | D8 O zmiennej konsystencji-płynna, wzmocniona |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                                    | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |
|                   | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna    |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                                    | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00 |
|                   | D10 Łatwostr. bogato białkowa                 |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem<br>kielbasa żywiecka dr<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 212,00<br>Białko ogółem [g] 99,10<br>Tłuszcz [g] 57,80<br>Węglowodany ogółem [g] 330,50 |
|                   | D12 Bezglutenowa                              |              | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z zielonym koperkiem<br>sałata zielona                                   | Energia kc [kcal] 2 240,30<br>Białko ogółem [g] 74,70<br>Tłuszcz [g] 59,80<br>Węglowodany ogółem [g] 355,40 |
|                   | D13 Bezmleczna                                |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiecka dr<br>sałata zielona                                         | Energia kc [kcal] 1 588,50<br>Białko ogółem [g] 56,10<br>Tłuszcz [g] 36,80<br>Węglowodany ogółem [g] 265,00 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                             | Śniadanie                                                                                                                                          | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                |
|----------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-24 sobota    | D14 DZ Wegetariańska dzieci | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>ser żółty twardy<br>miód naturalny<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku DZ |              | Zupa ziemniaczana DZ<br>Kasza jęczmienna na sypko DZ.<br>Sos jarzynowy DZ<br>Marchew gotowana DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej    |
|                      | D15 Kleikowa po zabiegach   | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                            |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                  |
|                      | D16 Kleikowa przy bieguncie | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po bieguncie śniadanie                                                                                          |              | kleikowa po bieguncie obiad<br>kleik. po bieg.ryz z jabłkami<br>Herbata b/c                                                          |
| 2026-01-25 niedziela | D1 Podstawowa               | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>salceson<br>ogórek świeży<br>Ryż na mleku w proszku.                                 |              | Rosół z makaronem.<br>Kurczak pieczony.<br>Ziemniaki.<br>Surówka z kapusty czerwonej świeżej<br>Kompot z mieszanki kompotowej        |
|                      | D1 DZ Podstawowa -dzieci    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>polędwica z ind<br>ogórek świeży<br>Ryż na mleku w proszku DZ                   |              | Rosół z makaronem DZ<br>Kurczak pieczony.<br>Ziemniaki DZ<br>Surówka z kapusty czerwonej świeżej DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                      | D2 Łatwostrawna             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory<br>Ryż na mleku w proszku.                               |              | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                        |
|                      | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>polędwica z ind<br>pomidory<br>Ryż na mleku w proszku DZ                        |              | Rosół z makaronem DZ<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki DZ<br>Buraczki zasmażne DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                   |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                       |                             | Podwieczorek         | Kolacja                                                                                                                                                | SUMA                                                                                                        |
|-----------------------|-----------------------------|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-24, sobota    | D14 DZ Wegetariańska dzieci | jogurt truskawkowy   | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem<br>sałata zielona                              | Energia kc [kcal] 1 895,90<br>Białko ogółem [g] 56,60<br>Tłuszcz [g] 52,80<br>Węglowodany ogółem [g] 303,70 |
|                       | D15 Kleikowa po zabiegach   |                      | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                  | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |
|                       | D16 Kleikowa przy bieguncie |                      | kleikowa po bieguncie kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                                           | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
| 2026-01-25, niedziela | D1 Podstawowa               |                      | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>jaja<br>Sos majonezowy<br>zielona cebulka<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 2 277,30<br>Białko ogółem [g] 96,90<br>Tłuszcz [g] 88,30<br>Węglowodany ogółem [g] 278,10 |
|                       | D1 DZ Podstawowa -dzieci    | Kisiel z jabłkiem DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>jaja<br>Sos majonezowy DZ<br>zielona cebulka<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 930,10<br>Białko ogółem [g] 85,40<br>Tłuszcz [g] 72,50<br>Węglowodany ogółem [g] 238,20 |
|                       | D2 Łatwostrawna             |                      | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką<br>zieloną<br>sałata zielona                      | Energia kc [kcal] 2 079,70<br>Białko ogółem [g] 90,40<br>Tłuszcz [g] 67,40<br>Węglowodany ogółem [g] 280,60 |
|                       | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci  | Kisiel z jabłkiem DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką<br>zieloną DZ<br>sałata zielona              | Energia kc [kcal] 1 797,20<br>Białko ogółem [g] 78,30<br>Tłuszcz [g] 59,30<br>Węglowodany ogółem [g] 240,10 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-25 niedziela

|                                                         |  | Śniadanie                                                                                 | 2. śniadanie    | Obiad                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika     |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory |                 | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                               |
| D4 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i węglowodanów |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory      | Jabłko pieczone | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>jogurt naturalny                                       |
| D5 Łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów            |  | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory       | Jabłko pieczone | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Surówka z kapusty czerwonej świeżej<br>Kalafior gotowany.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>jogurt naturalny |
| D6 Z ograniczeniem węglowodanów                         |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory      | Jabłko pieczone | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany- nerkowa.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c<br>Przecier z jabłek b/c.- nerkowa.              |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-25 niedziela

|                                                         |  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                     | SUMA                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------|--|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika     |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>sałata zielona      | Energia kc [kcal] 1 648,60<br>Białko ogółem [g] 80,90<br>Tłuszcz [g] 40,90<br>Węglowodany ogółem [g] 242,30 |
| D4 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i węglowodanów |  |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>sałata zielona           | Energia kc [kcal] 1 653,30<br>Białko ogółem [g] 88,00<br>Tłuszcz [g] 43,80<br>Węglowodany ogółem [g] 230,90 |
| D5 Łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów            |  |              | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką<br>zieloną<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 734,40<br>Białko ogółem [g] 85,10<br>Tłuszcz [g] 61,30<br>Węglowodany ogółem [g] 214,50 |
| D6 Z ograniczeniem węglowodanów i sodu                  |  |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Zupa ryżowa- nerkowa.<br>sałata zielona                            | Energia kc [kcal] 1 576,80<br>Białko ogółem [g] 50,30<br>Tłuszcz [g] 35,70<br>Węglowodany ogółem [g] 271,80 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-25 niedziela

|                                               |  | Śniadanie                                                                                                                    | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu              |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica z ind<br>pomidory                                    |              | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany- nerkowa.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                   |
| D8 O zmiennej konsystencji-płynna, wzmocniona |  | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                                                       |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                     |
| D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna    |  | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                       |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                     |
| D10 Łatwostr. bogato białkowa                 |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica z ind<br>pomidory<br>Ryż na mleku w proszku.         |              | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy      |
| D12 Bezglutenowa                              |  | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>Filet drobiowy gotowany.<br>pomidory<br>Ryż na mleku w proszku. |              | Rosół z makaronem bezglutenowym.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>buraczki zasmażane bezglutenowa.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
| D13 Bezmięczna                                |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica z ind<br>pomidory                                    |              | Rosół z makaronem.<br>Kurczak gotowany.<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                            |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-25 niedziela

|                                                 |  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                           | SUMA                                                                                                         |
|-------------------------------------------------|--|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu                |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Zupa ryżowa- nerkowa.<br>sałata zielona                             | Energia kc [kcal] 1 571,00<br>Białko ogółem [g] 48,90<br>Tłuszcz [g] 34,30<br>Węglowodany ogółem [g] 271,10  |
| D8 O zmienionej konsystencji-płynna, wzmocniona |  |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                         | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00  |
| D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna    |  |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                         | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00  |
| D10 Łatwostr. bogato białkowa                   |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką<br>zieloną<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 171,20<br>Białko ogółem [g] 95,90<br>Tłuszcz [g] 69,70<br>Węglowodany ogółem [g] 292,40  |
| D12 Bezglutenowa                                |  |              | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką<br>jaja<br>sałata zielona    | Energia kc [kcal] 2 122,40<br>Białko ogółem [g] 100,70<br>Tłuszcz [g] 66,10<br>Węglowodany ogółem [g] 283,40 |
| D13 Bezmleczna                                  |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Zupa ryżowa- nerkowa.<br>sałata zielona                             | Energia kc [kcal] 1 807,90<br>Białko ogółem [g] 73,80<br>Tłuszcz [g] 49,30<br>Węglowodany ogółem [g] 271,80  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                             | Śniadanie                                                                                                                        | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                             |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-25 niedziela    | D14 DZ Wegetariańska dzieci | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>ser topiony<br>pomidory<br>Ryż na mleku w proszku DZ          |              | Rosół z makaronem DZ<br>Naleśniki z dżemem.DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                                    |
|                         | D15 Kleikowa po zabiegach   | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                          |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                               |
|                         | D16 Kleikowa przy biegunce  | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                         |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryz z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                        |
| 2026-01-26 poniedziałek | D1 Podstawowa               | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica sop.wp<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku         |              | Zupa wiejska<br>Pieczeń rzymska .<br>Sos koperkowy.<br>Ryż na sypko.<br>Surówka z marchwi i chrzanu.<br>Kompot z mieszanki kompotowej             |
|                         | D1 DZ Podstawowa -dzieci    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>polędwica sop.wp<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku DZ |              | Zupa wiejska DZ<br>Pieczeń rzymska. DZ<br>Sos koperkowy DZ<br>Ryż na sypko DZ.<br>Surówka z marchwi i chrzanu DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                         | D2 Łatwostrawna             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica sop.wp<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku         |              | Zupa wiejska<br>Pulpety wołowe.<br>Sos koperkowy.<br>Ryż na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                          |
|                         | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>polędwica sop.wp<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku DZ |              | Zupa wiejska DZ<br>Pulpety wołowe.DZ<br>Sos koperkowy DZ<br>Ryż na sypko DZ.<br>Marchew gotowana DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej              |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                             | Podwieczorek         | Kolacja                                                                                                                                  | SUMA                                                                                                        |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-25 niedziela    | D14 DZ Wegetariańska dzieci | Kisiel z jabłkiem DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką<br>jaja<br>sałata zielona     | Energia kc [kcal] 1 753,70<br>Białko ogółem [g] 52,10<br>Tłuszcz [g] 58,50<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00 |
|                         | D15 Kleikowa po zabiegach   |                      | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                    | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |
|                         | D16 Kleikowa przy bieguncie |                      | kleikowa po bieguncie kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                             | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
| 2026-01-26 poniedziałek | D1 Podstawowa               |                      | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z sera żółtego i jajka z cebulką<br>zieloną<br>ogórek świeży         | Energia kc [kcal] 2 209,70<br>Białko ogółem [g] 81,10<br>Tłuszcz [g] 63,90<br>Węglowodany ogółem [g] 332,20 |
|                         | D1 DZ Podstawowa -dzieci    | Herbatniki pettitki  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Pasta z sera żółtego i jajka z cebulką<br>zieloną DZ<br>ogórek świeży | Energia kc [kcal] 1 934,90<br>Białko ogółem [g] 68,00<br>Tłuszcz [g] 59,60<br>Węglowodany ogółem [g] 285,70 |
|                         | D2 Łatwostrawna             |                      | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona    | Energia kc [kcal] 2 082,10<br>Białko ogółem [g] 81,80<br>Tłuszcz [g] 51,20<br>Węglowodany ogółem [g] 328,00 |
|                         | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci  | Herbatniki pettitki  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg z konc. pomid. i zieloną pietr.<br>sałata zielona              | Energia kc [kcal] 1 798,20<br>Białko ogółem [g] 66,60<br>Tłuszcz [g] 46,40<br>Węglowodany ogółem [g] 282,40 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-26 poniedziałek

|                                                         |  | Śniadanie                                                                                  | 2. śniadanie    | Obiad                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika     |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica sop.wp<br>pomidory |                 | Zupa wiejska<br>Pulpety wołowe.<br>Sos koperkowy.<br>Ryż na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                             |
| D4 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i węglowodanów |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica sop.wp<br>pomidory      | Jabłko pieczone | Zupa wiejska<br>Pulpety wołowe.<br>Sos koperkowy.<br>Ryż na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                                         |
| D5 Łatwostrawna z ograniczeniem przysw. węglowodanów    |  | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica sop.wp<br>pomidory       | Jabłko pieczone | Zupa wiejska<br>Pulpety wołowe.<br>Sos koperkowy.<br>Ryż na sypko.<br>Surówka z marchwi i chrzanu.<br>Fasolka szparagowa z wody<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c |
| D6 Z ograniczeniem przysw. węglowodanów i sodu          |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica sop.wp<br>pomidory      | Jabłko pieczone | Zupa wiejska<br>Pulpety wołowe- nerkowa.<br>Sos koperkowy.<br>Ryż na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                                |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-26 poniedziałek

|                                                         |                                  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                               | SUMA                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika     |                                  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 633,30<br>Białko ogółem [g] 65,40<br>Tłuszcz [g] 29,30<br>Węglowodany ogółem [g] 280,60 |
| D4 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i węglowodanów | jogurt naturalny                 |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona      | Energia kc [kcal] 1 637,80<br>Białko ogółem [g] 72,50<br>Tłuszcz [g] 32,20<br>Węglowodany ogółem [g] 269,30 |
| D5 Łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów            | jogurt naturalny                 |              | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona       | Energia kc [kcal] 1 704,00<br>Białko ogółem [g] 74,40<br>Tłuszcz [g] 43,30<br>Węglowodany ogółem [g] 260,40 |
| D6 Z ograniczeniem węglowodanów i sodu                  | Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>zupa jarzynowa krem z grzankami-<br>nerkowa.<br>sałata zielona               | Energia kc [kcal] 1 839,50<br>Białko ogółem [g] 58,00<br>Tłuszcz [g] 40,00<br>Węglowodany ogółem [g] 320,40 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                               | Śniadanie                                                                                                                                               | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                 |
|-------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-26 poniedziałek | D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica sop.wp<br>pomidory                                                              |              | Zupa wiejska<br>Pulpety wołowe- nerkowa.<br>Sos koperkowy.<br>Ryż na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                     |
|                         | D8 O zmiennej konsystencji-płynna, wzmocniona | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                                                                                  |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                  |
|                         | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna    | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                                                  |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                  |
|                         | D10 Łatwostr. bogato białkowa                 | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica sop.wp<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku                                |              | Zupa wiejska<br>Pulpety wołowe.( 2.00 porcje )<br>Sos koperkowy.<br>Ryż na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy         |
|                         | D12 Bezglutenowa                              | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>ser żółty twardy<br>dżem niskosłodzony<br>pomidory<br>Makaron bezglut. na mleku w proszku. |              | Zupa wiejska bezgl.<br>Bitki wołowe bezglutenowa.<br>sos koperkowy- bezgl. bezml.<br>Ryż na sypko.<br>Marchew gotowana-bezglutenowa.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                         | D13 Bezmleczna                                | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połudwica sop.wp<br>pomidory                                                              |              | Zupa wiejska<br>Bitki wołowe.<br>Sos koperkowy.<br>Ryż na sypko.<br>Marchew gotowana.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                                  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                               | SUMA                                                                                                         |
|-------------------------|--------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-26 poniedziałek | D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu                 |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>zupa jarzynowa krem z grzankami-<br>nerkowa.<br>sałata zielona          | Energia kc [kcal] 1 833,40<br>Białko ogółem [g] 56,70<br>Tłuszcz [g] 38,60<br>Węglowodany ogółem [g] 319,60  |
|                         | D8 O zmienionej konsystencji- płynna, wzmocniona |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                             | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00  |
|                         | D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna     |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                             | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00  |
|                         | D10 Łatwostr. bogato białkowa                    |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 329,80<br>Białko ogółem [g] 106,70<br>Tłuszcz [g] 57,40<br>Węglowodany ogółem [g] 350,80 |
|                         | D12 Bezglutenowa                                 |              | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona  | Energia kc [kcal] 2 171,70<br>Białko ogółem [g] 76,10<br>Tłuszcz [g] 61,90<br>Węglowodany ogółem [g] 330,70  |
|                         | D13 Bezmleczna                                   |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>zupa jarzynowa krem z grzankami-<br>nerkowa.<br>sałata zielona          | Energia kc [kcal] 1 859,10<br>Białko ogółem [g] 61,90<br>Tłuszcz [g] 41,20<br>Węglowodany ogółem [g] 315,10  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                             | Śniadanie                                                                                                                                              | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                         |
|-------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-26 poniedziałek | D14 DZ Wegetariańska dzieci | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>ser żółty twardy<br>dżem niskosłodzony<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku DZ |              | Zupa wiejska DZ<br>jaja<br>Sos koperkowy DZ<br>Ryż na sypko DZ.<br>Marchew gotowana DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                       |
|                         | D15 Kleikowa po zabiegach   | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                                           |
|                         | D16 Kleikowa przy bieguncie | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po bieguncie śniadanie                                                                                              |              | kleikowa po bieguncie obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                                                   |
| 2026-01-27 wtorek       | D1 Podstawowa               | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>pasztet drobiowy konserwowy<br>rzodkiew biała                                    |              | Zupa pieczarkowa z makaronem<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Mizeria ze śmietaną.<br>Kompot z mieszanki kompotowej              |
|                         | D1 DZ Podstawowa -dzieci    | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>pasztet drobiowy konserwowy<br>rzodkiew biała                               |              | Zupa pieczarkowa z makaronem DZ<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami DZ<br>Sos pomidorowy DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Mizeria ze śmietaną DZ.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                         | D2 Łatwostrawna             | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory                                                    |              | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                |
|                         | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci  | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory                                               |              | Zupa koperkowa z makaronem DZ<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami DZ<br>Sos pomidorowy DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Buraczki zasmażne DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej      |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                             | Podwieczorek         | Kolacja                                                                                                                                                   | SUMA                                                                                                        |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-26 poniedziałek | D14 DZ Wegetariańska dzieci | Herbatniki petititki | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg z konc. pomid. i zieloną pietr.<br>sałata zielona                               | Energia kc [kcal] 1 873,10<br>Białko ogółem [g] 59,70<br>Tłuszcz [g] 55,70<br>Węglowodany ogółem [g] 286,60 |
|                         | D15 Kleikowa po zabiegach   |                      | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                     | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |
|                         | D16 Kleikowa przy bieguncie |                      | kleikowa po bieguncie kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                                              | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
| 2026-01-27 wtorek       | D1 Podstawowa               |                      | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>Parówka na gorąco.<br>sałata zielona<br>musztarda          | Energia kc [kcal] 2 221,80<br>Białko ogółem [g] 76,20<br>Tłuszcz [g] 85,80<br>Węglowodany ogółem [g] 286,10 |
|                         | D1 DZ Podstawowa -dzieci    | Drożdżówka z serem   | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ<br>Parówka na gorąco DZ<br>musztarda<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 780,10<br>Białko ogółem [g] 60,70<br>Tłuszcz [g] 68,60<br>Węglowodany ogółem [g] 230,10 |
|                         | D2 Ławostrawna              |                      | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona             | Energia kc [kcal] 2 209,70<br>Białko ogółem [g] 82,50<br>Tłuszcz [g] 78,00<br>Węglowodany ogółem [g] 297,70 |
|                         | D2 DZ Ławostrawna -dzieci   | Drożdżówka z serem   | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ<br>Parówka na gorąco DZ<br>keczup<br>sałata zielona    | Energia kc [kcal] 1 732,80<br>Białko ogółem [g] 64,50<br>Tłuszcz [g] 59,80<br>Węglowodany ogółem [g] 237,10 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-27 wtorek

|                                                             |  | Śniadanie                                                                                              | 2. śniadanie                                         | Obiad                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika         |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory            |                                                      | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                         |
| D4 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i węglowodanów     |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory                 | chleb pszenny<br>twaróg półtłusty<br>zielona cebulka | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                                     |
| D5 Łatwostrawna z ograniczeniem przyswajalnych węglowodanów |  | Kawa z mlekiem w proszku b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory | chleb graham<br>Twaróg z zieloną cebulką             | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Mizeria ze śmietaną.<br>Buraczki z wody jako II jarzyna<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c |
| D6 Z ograniczeniem przyswajalnych węglowodanów i sodu       |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory                 | Jabłko pieczone                                      | Zupa koperkowa z makaronem.<br>roladka faszerowana jarzynami- nerkowa.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                                     |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                     | Podwieczorek                     | Kolacja                                                                                                                                 | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-27 wtorek | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika |                                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Filet drobiowy gotowany.<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 584,70<br>Białko ogółem [g] 76,20<br>Tłuszcz [g] 25,30<br>Węglowodany ogółem [g] 268,60 |
|                   | D4 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika | Jabłko pieczone                  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>Filet drobiowy gotowany.<br>sałata zielona      | Energia kc [kcal] 1 633,50<br>Białko ogółem [g] 87,50<br>Tłuszcz [g] 28,10<br>Węglowodany ogółem [g] 264,90 |
|                   | D5 Łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów        | jabłka                           | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 122,70<br>Białko ogółem [g] 92,20<br>Tłuszcz [g] 77,60<br>Węglowodany ogółem [g] 268,10 |
|                   | D6 Z ograniczeniem węglowodanów                     | Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Ryż z jabłkami b/cukru.<br>sałata zielona                                      | Energia kc [kcal] 1 863,20<br>Białko ogółem [g] 58,90<br>Tłuszcz [g] 41,30<br>Węglowodany ogółem [g] 323,30 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-27 wtorek

|                                                |  | Śniadanie                                                                                           | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu               |  | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory         |              | Zupa koperkowa z makaronem.<br>roladka faszerowana jarzynami- nerkowa.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                               |
| D8 O zmiennej konsystencji- płynna, wzmocniona |  | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                              |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                                                         |
| D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna     |  | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                              |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                                                         |
| D10 Łatwostr. bogato białkowa                  |  | Kawa z mlekiem w proszku<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory |              | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.(<br>2.00 porcje )<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy       |
| D12 Bezglutenowa                               |  | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z zieloną cebulką<br>pomidory   |              | zupa koperkowa z makaronem<br>bezglutenowym.<br>roladka drobiowa faszer. jarzynami bezgl.<br>sos pomidorowy bezgl. bezmł.<br>Ziemniaki.<br>buraczki zasmażane bezglutenowa.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
| D13 Bezmleczna                                 |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kiełb szynkowa wp<br>pomidory         |              | Zupa koperkowa z makaronem.<br>Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.<br>Sos pomidorowy<br>Ziemniaki.<br>Buraczki zasmażane.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                               |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-27 wtorek

|                                               |  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                       | SUMA                                                                                                         |
|-----------------------------------------------|--|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu              |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Ryż z jabłkami.<br>sałata zielona                                               | Energia kc [kcal] 1 897,70<br>Białko ogółem [g] 57,50<br>Tłuszcz [g] 40,00<br>Węglowodany ogółem [g] 332,40  |
| D8 O zmiennej konsystencji-płynna, wzmocniona |  |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                                     | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00  |
| D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna    |  |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                                     | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00  |
| D10 Łatwostr. bogato białkowa                 |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 464,60<br>Białko ogółem [g] 106,30<br>Tłuszcz [g] 88,10<br>Węglowodany ogółem [g] 314,90 |
| D12 Bezglutenowa                              |  |              | herbata z cukrem<br>wafle ryżowe<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>Filet drobiowy gotowany.<br>sałata zielona      | Energia kc [kcal] 1 783,00<br>Białko ogółem [g] 70,50<br>Tłuszcz [g] 45,80<br>Węglowodany ogółem [g] 276,40  |
| D13 Bezmleczna                                |  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>Parówka na gorąco.<br>keczup<br>sałata zielona   | Energia kc [kcal] 1 972,80<br>Białko ogółem [g] 70,00<br>Tłuszcz [g] 67,40<br>Węglowodany ogółem [g] 274,70  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                   | Śniadanie                                                                                                                                  | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                        |
|-------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-27 wtorek | D15 Kleikowa po zabiegach                         | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                    |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                          |
|                   | D16 Kleikowa przy biegunce                        | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                                   |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                   |
| 2026-01-28 środa  | D1 Podstawowa                                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>pieczeń węd<br>ogórek świeży<br>Płatki owsiane na mleku w proszku.           |              | Zupa ryżowa.<br>Mortadela w sosie cebulowym.<br>Ziemniaki.<br>Surówka z pory i marchwi<br>Kompot z mieszanki kompotowej                      |
|                   | D1 DZ Podstawowa -dzieci                          | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>pieczeń węd<br>ogórek świeży<br>Płatki owsiane na mleku w proszku DZ    |              | Zupa ryżowa DZ<br>Mortadela w sosie cebulowym DZ.<br>Ziemniaki DZ<br>Surówka z pory i marchwi DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej            |
|                   | D2 Łatwostrawna                                   | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Płatki owsiane na mleku w proszku.        |              | Zupa ryżowa.<br>Pulpety drobiowe.<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej              |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                        | herbata z cukrem<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>chleb pszenny<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Płatki owsiane na mleku w proszku DZ |              | Zupa ryżowa DZ<br>Pulpety drobiowe DZ<br>Sos jarzynowy DZ<br>Ziemniaki DZ<br>sałatka z marchwi i jabłka DZ.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i białka | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                              |              | Zupa ryżowa.<br>Pulpety drobiowe.<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej              |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                   | Podwieczorek         | Kolacja                                                                                                                                | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|---------------------------------------------------|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-27 wtorek | D15 Kleikowa po zabiegach                         |                      | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                  | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |
|                   | D16 Kleikowa przy biegunce                        |                      | kleikowa po biegunce kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                            | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
| 2026-01-28 środa  | D1 Podstawowa                                     |                      | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym i<br>cebulką zieloną<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 771,00<br>Białko ogółem [g] 55,80<br>Tłuszcz [g] 52,20<br>Węglowodany ogółem [g] 272,00 |
|                   | D1 DZ Podstawowa -dzieci                          | Kisiel z jabłkiem DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg z konc. pomid. z zie.cebulką.<br>sałata zielona              | Energia kc [kcal] 1 473,80<br>Białko ogółem [g] 43,50<br>Tłuszcz [g] 42,50<br>Węglowodany ogółem [g] 231,30 |
|                   | D2 Łatwostrawna                                   |                      | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z zielonym koperkiem<br>sałata zielona                            | Energia kc [kcal] 1 845,00<br>Białko ogółem [g] 71,90<br>Tłuszcz [g] 44,60<br>Węglowodany ogółem [g] 294,70 |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                        | Kisiel z jabłkiem DZ | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem<br>sałata zielona              | Energia kc [kcal] 1 540,30<br>Białko ogółem [g] 55,20<br>Tłuszcz [g] 37,40<br>Węglowodany ogółem [g] 250,50 |
|                   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i białka |                      | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielony koperek<br>sałata zielona                    | Energia kc [kcal] 1 451,00<br>Białko ogółem [g] 57,80<br>Tłuszcz [g] 21,40<br>Węglowodany ogółem [g] 261,60 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-28 środa

|                                               |  | Śniadanie                                                                                     | 2. śniadanie    | Obiad                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D4 Łat.z ograniat.przysw, węglow, tłuszczu i  |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory      | Jabłko pieczone | Zupa ryżowa.<br>Pulpety drobiowe.<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                     |
| D5 Łatw z ograniatwo przys. węglowodanów      |  | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory       | Jabłko pieczone | Zupa ryżowa.<br>Pulpety drobiowe.<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>Surówka z pory i marchwi<br>Kalafior gotowany.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c |
| D6 Z ograniatwo przysw. węglow, białka i sodu |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory      | Jabłko pieczone | Zupa ryżowa.<br>Pulpet drobiowy- nerkowa.<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c             |
| D7 Łatwostr.z ograniatwo białka i sodu        |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory |                 | Zupa ryżowa.<br>Pulpet drobiowy- nerkowa.<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej                 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                  |                                               | Podwieczorek                     | Kolacja                                                                                                        | SUMA                                                                                                        |
|------------------|-----------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-28 środa | D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow, tłuszczu i | jogurt naturalny                 | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>sałata zielona<br>zielony koperek | Energia kc [kcal] 1 447,50<br>Białko ogółem [g] 64,90<br>Tłuszcz [g] 24,40<br>Węglowodany ogółem [g] 248,10 |
|                  | D5 Łatw z ogran.łatwo przys. węglowodanów     | jogurt naturalny                 | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z zielonym koperkiem<br>sałata zielona          | Energia kc [kcal] 1 534,10<br>Białko ogółem [g] 67,80<br>Tłuszcz [g] 38,30<br>Węglowodany ogółem [g] 235,50 |
|                  | D6 Z ogr.łatwo przys. węglow, białka i sodu   | Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Barszcz z ziemniakami nerkowa.<br>sałata zielona      | Energia kc [kcal] 1 583,60<br>Białko ogółem [g] 49,30<br>Tłuszcz [g] 28,40<br>Węglowodany ogółem [g] 293,50 |
|                  | D7 Łatwostr.z ogr:białka i sodu               |                                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Barszcz z ziemniakami nerkowa.<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 585,60<br>Białko ogółem [g] 48,00<br>Tłuszcz [g] 27,10<br>Węglowodany ogółem [g] 294,80 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                  |                                               | Śniadanie                                                                                                                           | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                |
|------------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-28 środa | D8 O zmiennej konsystencji-płynna, wzmocniona | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                                                              |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                 |
|                  | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna    | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                              |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                 |
|                  | D10 Ławost. bogatobiałkowa                    | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory<br>Płatki owsiane na mleku w proszku. |              | Zupa ryżowa.<br>Pulpety drobiowe.( 2.00 porcje )<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |
|                  | D13 Bezmieczna                                | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>szynka got. wieprz.<br>pomidory                                       |              | Zupa ryżowa.<br>Pulpety drobiowe.<br>Sos jarzynowy<br>Ziemniaki.<br>sałatka z marchwi i jabłka<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                      |
|                  | D15 Kleikowa po zabiegach                     | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                             |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                                  |
|                  | D16 Kleikowa przy biegunce                    | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                            |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                                           |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                  |                                               | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                        | SUMA                                                                                                        |
|------------------|-----------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-28 środa | D8 O zmiennej konsystencji-płynna, wzmocniona |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                      | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |
|                  | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna    |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                      | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00 |
|                  | D10 Ławost. bogato białkowa                   |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z zielonym koperkiem<br>sałata zielona    | Energia kc [kcal] 2 062,20<br>Białko ogółem [g] 93,60<br>Tłuszcz [g] 48,80<br>Węglowodany ogółem [g] 317,50 |
|                  | D13 Bezmleczna                                |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Barszcz z ziemniakami nerkowa.<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 617,10<br>Białko ogółem [g] 52,20<br>Tłuszcz [g] 27,40<br>Węglowodany ogółem [g] 297,70 |
|                  | D15 Kleikowa po zabiegach                     |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                          | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |
|                  | D16 Kleikowa przy biegunce                    |              | kleikowa po biegunce kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                    | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                   | Śniadanie                                                                                                                               | 2. śniadanie                                         | Obiad                                                                                                                                                 |
|---------------------|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-29 czwartek | D1 Podstawowa                                     | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kiełb szynkowa wp<br>ogórek świeży<br>Zacierka na mleku w proszku         |                                                      | Krupnik.<br>Wątróbka po kapitańsku.<br>Ziemniaki.<br>Surówka z kiszonej kapusty.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                     |
|                     | D1 DZ Podstawowa -dzieci                          | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>kiełb szynkowa wp<br>ogórek świeży<br>Zacierka na mleku w proszku DZ |                                                      | Krupnik DZ<br>Wątróbka po kapitańsku DZ.<br>Ziemniaki DZ<br>Surówka z kiszonej kapusty DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                            |
|                     | D2 Łatwostrawna                                   | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku                |                                                      | Krupnik.<br>Schab pieczony w folii.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Kompot z mieszanki kompotowej         |
|                     | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                        | herbata z cukrem<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>chleb pszenny<br>polędwica z ind<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku DZ        |                                                      | Krupnik DZ<br>Schab pieczony w folii.DZ<br>Sos koperkowy DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Sałata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                     | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i bbnika | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory                                               |                                                      | Krupnik.<br>Schab pieczony w folii.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                               |
|                     | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i     | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory                                                    | chleb pszenny<br>kiełb szynkowa wp<br>sałata zielona | Krupnik.<br>Schab pieczony w folii.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                           |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                   |  | Podwieczorek        | Kolacja                                                                                                                                | SUMA                                                                                                        |
|---------------------|---------------------------------------------------|--|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-29 czwartek | D1 Podstawowa                                     |  |                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 1 894,00<br>Białko ogółem [g] 58,20<br>Tłuszcz [g] 60,50<br>Węglowodany ogółem [g] 282,20 |
|                     | D1 DZ Podstawowa -dzieci                          |  | Drożdżówka z dżemem | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną DZ<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 446,60<br>Białko ogółem [g] 44,40<br>Tłuszcz [g] 45,40<br>Węglowodany ogółem [g] 217,30 |
|                     | D2 Łatwostrawna                                   |  |                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 1 778,00<br>Białko ogółem [g] 69,80<br>Tłuszcz [g] 47,60<br>Węglowodany ogółem [g] 269,60 |
|                     | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                        |  | Drożdżówka z dżemem | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną DZ<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 409,90<br>Białko ogółem [g] 52,30<br>Tłuszcz [g] 39,60<br>Węglowodany ogółem [g] 212,60 |
|                     | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i białka |  |                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>sałata zielona                 | Energia kc [kcal] 1 316,00<br>Białko ogółem [g] 55,40<br>Tłuszcz [g] 21,70<br>Węglowodany ogółem [g] 227,40 |
|                     | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i     |  | Jabłko pieczone     | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielona pietruszka<br>sałata zielona                      | Energia kc [kcal] 1 341,20<br>Białko ogółem [g] 64,00<br>Tłuszcz [g] 23,70<br>Węglowodany ogółem [g] 222,70 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                   | Śniadanie                                                                                 | 2. śniadanie                                        | Obiad                                                                                                                                                                         |
|---------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-29 czwartek | D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory       | chleb graham<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona | Krupnik.<br>Schab pieczony w folii.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Surówka z kiszanej kapusty.<br>Marchew z wody dodatek do II dania<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c |
|                     | D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory      | Jabłko pieczone                                     | Krupnik.<br>Schab pieczony w folii- nerkowa.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                                          |
|                     | D7 Łatwostr.z ogr.biaka i sodu                    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>polędwica z ind<br>pomidory |                                                     | Krupnik.<br>Schab pieczony w folii- nerkowa.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                              |
|                     | D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                    |                                                     | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                          |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-29 czwartek

|                                                   |  | Podwieczorek                     | Kolacja                                                                                                                     | SUMA                                                                                                        |
|---------------------------------------------------|--|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D5 Łatw z ograni.łatwo przys. węglowodanów        |  | jablka                           | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką<br>zieloną<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 520,40<br>Białko ogółem [g] 63,50<br>Tłuszcz [g] 44,20<br>Węglowodany ogółem [g] 223,20 |
| D6 Z ogr.łatwo przys. węglow.biaka i sodu         |  | Przecier z jablek b/c.- nerkowa. | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pyzy ziemniaczane- nerkowa.<br>sałata zielona                      | Energia kc [kcal] 1 512,20<br>Białko ogółem [g] 46,20<br>Tłuszcz [g] 28,60<br>Węglowodany ogółem [g] 275,60 |
| D7 Łatwostr. z ogr.biaka i sodu                   |  |                                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pyzy ziemniaczane- nerkowa.<br>sałata zielona                 | Energia kc [kcal] 1 506,30<br>Białko ogółem [g] 44,80<br>Tłuszcz [g] 27,20<br>Węglowodany ogółem [g] 274,80 |
| D8 O zmniejszonej konsystencji-płynna, wzmocniona |  |                                  | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                   | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                            | Śniadanie                                                                                                                                                    | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                              |
|---------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-29 czwartek | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                                                       |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                               |
|                     | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa               | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połędwica z ind<br>pomidory<br>Zacierka na mleku w proszku                                     |              | Krupnik.<br>Schab pieczony w folii.( 2.00 porcje )<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona z jogurtem naturalnym.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |
|                     | D13 Bezmleczna                             | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>połędwica z ind<br>pomidory                                                                    |              | Krupnik.<br>Schab pieczony w folii.<br>Sos koperkowy.<br>Ziemniaki.<br>Sałata zielona.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                                            |
|                     | D15 Kleikowa po zabiegach                  | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                      |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                                                |
|                     | D16 Kleikowa przy biegunce                 | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie                                                                                                     |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                                                                         |
| 2026-01-30 piątek   | D1 Podstawowa                              | herbata z cukrem<br>rogal maślany<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>ser żółty twardy<br>ogórek kiszony<br>Makaron na mleku w proszku         |              | Barszcz z ziemniakami.<br>Ryba panierowana smażona<br>Sos grecki<br>Ryż na sypko.<br>Surówka z kapusty pekińskiej.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                |
|                     | D1 DZ Podstawowa -dzieci                   | herbata z cukrem<br>rogal maślany<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>dżem niskosłodzony<br>ser żółty twardy<br>ogórek kiszony<br>Makaron na mleku w proszku DZ |              | Barszcz z ziemniakami DZ<br>Ryba panierowana smażona DZ<br>Sos grecki DZ<br>Ryż na sypko DZ.<br>Surówka z kapusty pekińskiej DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                   |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                            | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                   | SUMA                                                                                                        |
|---------------------|--------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-29 czwartek | D9 O zmiennej konsystencji papka półpłynna |              | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                                 | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00 |
|                     | D10 Łatwostr. bogatobiałkowa               |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną<br>sałata zielona            | Energia kc [kcal] 1 951,20<br>Białko ogółem [g] 89,40<br>Tłuszcz [g] 52,40<br>Węglowodany ogółem [g] 282,00 |
|                     | D13 Bezmleczna                             |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pyzy ziemniaczane- nerkowa.<br>sałata zielona                               | Energia kc [kcal] 1 540,00<br>Białko ogółem [g] 51,00<br>Tłuszcz [g] 28,40<br>Węglowodany ogółem [g] 274,50 |
|                     | D15 Kleikowa po zabiegach                  |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                     | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |
|                     | D16 Kleikowa przy biegunce                 |              | kleikowa po biegunce kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                               | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
| 2026-01-30 piątek   | D1 Podstawowa                              |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona        | Energia kc [kcal] 2 626,20<br>Białko ogółem [g] 84,80<br>Tłuszcz [g] 85,90<br>Węglowodany ogółem [g] 386,00 |
|                     | D1 DZ Podstawowa -dzieci                   | sok kubaś    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 257,30<br>Białko ogółem [g] 70,00<br>Tłuszcz [g] 68,30<br>Węglowodany ogółem [g] 352,30 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                     | Śniadanie                                                                                                                                                               | 2. śniadanie    | Obiad                                                                                                                                                                    |
|-------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-30 piątek | D2 Łatwostrawna                                     | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku      |                 | Barszcz z ziemniakami.<br>Klops rybny.<br>Sos grecki<br>Ryż na sypko.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                     |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku DZ |                 | Barszcz z ziemniakami DZ<br>Klops rybny DZ<br>Sos grecki DZ<br>Ryż na sypko DZ.<br>Sałatka z selera i jabłka DZ.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                        |
|                   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>twaróg półtłusty<br>zielony koperek<br>pomidory                                     |                 | Barszcz z ziemniakami.<br>Sos grecki<br>Klops rybny.<br>Ryż na sypko.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                     |
|                   | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i       | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielony koperek<br>pomidory                                                                | Jabłko pieczone | Barszcz z ziemniakami.<br>Sos grecki<br>Klops rybny.<br>Ryż na sypko.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                                 |
|                   | D5 Łatw z ogran.łatwo przys. węglowodanów           | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z ziel. kop.<br>pomidory                                                                                 | Jabłko pieczone | Barszcz z ziemniakami.<br>Klops rybny.<br>Sos grecki<br>Ryż na sypko.<br>Surówka z kapusty pekińskiej.<br>Fasolka szparagowa z wody<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                     | Podwieczorek     | Kolacja                                                                                                                                   | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|-----------------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-30 piątek | D2 Łatwostrawna                                     |                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona        | Energia kc [kcal] 2 212,80<br>Białko ogółem [g] 79,60<br>Tłuszcz [g] 48,80<br>Węglowodany ogółem [g] 372,20 |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci                          | sok kubaś        | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 894,20<br>Białko ogółem [g] 63,50<br>Tłuszcz [g] 41,70<br>Węglowodany ogółem [g] 328,30 |
|                   | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika |                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona          | Energia kc [kcal] 1 802,30<br>Białko ogółem [g] 62,50<br>Tłuszcz [g] 32,10<br>Węglowodany ogółem [g] 323,80 |
|                   | D4 Łat. z ogran.łat.przysw, węglow, tłuszczu i      | jogurt naturalny | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona               | Energia kc [kcal] 1 745,90<br>Białko ogółem [g] 72,90<br>Tłuszcz [g] 35,60<br>Węglowodany ogółem [g] 292,30 |
|                   | D5 Łatw z ogran.łatwo przys. węglowodanów           | jogurt naturalny | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona              | Energia kc [kcal] 1 798,30<br>Białko ogółem [g] 75,50<br>Tłuszcz [g] 42,80<br>Węglowodany ogółem [g] 286,10 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-30 piątek

|                                                 |  | Śniadanie                                                                                                                                                          | 2. śniadanie    | Obiad                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu       |  | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>twaróg półtłusty<br>zielony koperek<br>pomidory                                                           | Jabłko pieczone | Barszcz z ziemniakami.<br>Klops rybny- nerkowa.<br>Sos grecki<br>Ryż na sypko.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                         |
| D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu                |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>twaróg półtłusty<br>zielony koperek<br>pomidory                                |                 | Barszcz z ziemniakami.<br>Klops rybny- nerkowa.<br>Sos grecki<br>Ryż na sypko.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                             |
| D8 O zmienionej konsystencji-płynna, wzmocniona |  | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                                                                                             |                 | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                                      |
| D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna    |  | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                                                             |                 | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                                      |
| D10 Łatwostr. bogatobiałkowa                    |  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem<br>pomidory<br>Makaron na mleku w proszku |                 | Barszcz z ziemniakami.<br>Klops rybny.( 2.00 porcje )<br>Sos grecki<br>Ryż na sypko.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-30 piątek

|                                                 |  | Podwieczorek                     | Kolacja                                                                                                                            | SUMA                                                                                                        |
|-------------------------------------------------|--|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu       |  | Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>sałata zielona                             | Energia kc [kcal] 1 713,70<br>Białko ogółem [g] 52,60<br>Tłuszcz [g] 37,50<br>Węglowodany ogółem [g] 301,80 |
| D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu                |  |                                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>sałata zielona                        | Energia kc [kcal] 1 792,40<br>Białko ogółem [g] 51,40<br>Tłuszcz [g] 36,20<br>Węglowodany ogółem [g] 322,00 |
| D8 O zmienionej konsystencji-płynna, wzmocniona |  |                                  | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                          | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00 |
| D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna    |  |                                  | płynna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                          | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00 |
| D10 Łatwostr. bogatobiałkowa                    |  |                                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z jogurtem.<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 2 412,00<br>Białko ogółem [g] 96,70<br>Tłuszcz [g] 53,10<br>Węglowodany ogółem [g] 395,00 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                             | Śniadanie                                                                                                                                               | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                |
|-------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-30 piątek | D13 Bezmieczna              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>dżem niskosłodzony<br>Filet drobiowy gotowany.<br>pomidory                                |              | Barszcz z ziemniakami.<br>Klops rybny.<br>Sos grecki<br>Ryż na sypko.<br>sałatka z selera i jabłka.<br>Kompot z mieszanki kompotowej |
|                   | D15 Kleikowa po zabiegach   | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                 |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                  |
|                   | D16 Kleikowa przy bieguncie | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po bieguncie śniadanie                                                                                               |              | kleikowa po bieguncie obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c                                                          |
| 2026-01-31 sobota | D1 Podstawowa               | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>KIEŁBASA WIEJSKA<br>chrzan tartý<br>pomidory<br>Płatki owsiane na mleku w proszku.        |              | Zupa grysikowa<br>Fasolka po bretońsku.<br>Ziemniaki.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                               |
|                   | D1 DZ Podstawowa -dzieci    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>KIEŁBASA WIEJSKA<br>chrzan tartý<br>pomidory<br>Płatki owsiane na mleku w proszku DZ |              | Zupa grysikowa DZ<br>Fasolka po bretońsku DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                        |
|                   | D2 Łatwostrawna             | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory<br>Płatki owsiane na mleku w proszku.                    |              | Zupa grysikowa<br>Bitki wołowe w jarzynach<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z pomidora.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                     |
|                   | D2 DZ Łatwostrawna -dzieci  | herbata z cukrem<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>chleb pszenny<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory<br>Płatki owsiane na mleku w proszku DZ             |              | Zupa grysikowa DZ<br>Bitki wołowe w jarzynach DZ<br>Ziemniaki DZ<br>Sałatka z pomidora DZ.<br>Kompot z mieszanki kompotowej          |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                            | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                                         | SUMA                                                                                                        |
|-------------------|----------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-30 piątek | D13 Bezmieczna             |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Sałatka jarzynowa z olejem.<br>kielb szynkowa wp<br>sałata zielona                                | Energia kc [kcal] 1 868,40<br>Białko ogółem [g] 69,50<br>Tłuszcz [g] 37,30<br>Węglowodany ogółem [g] 321,50 |
|                   | D15 Kleikowa po zabiegach  |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                           | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30 |
|                   | D16 Kleikowa przy biegunce |              | kleikowa po biegunce kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c                                                                                                     | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80  |
| 2026-01-31 sobota | D1 Podstawowa              |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką<br>sałata zielona         | Energia kc [kcal] 2 249,40<br>Białko ogółem [g] 89,70<br>Tłuszcz [g] 78,20<br>Węglowodany ogółem [g] 313,10 |
|                   | D1 DZ Podstawowa -dzieci   | biszkopty    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką DZ<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 882,60<br>Białko ogółem [g] 72,00<br>Tłuszcz [g] 66,70<br>Węglowodany ogółem [g] 261,50 |
|                   | D2 Ławostrawna             |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona                           | Energia kc [kcal] 1 716,80<br>Białko ogółem [g] 75,60<br>Tłuszcz [g] 40,50<br>Węglowodany ogółem [g] 266,10 |
|                   | D2 DZ Ławostrawna -dzieci  | biszkopty    | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>masło ekstra 82 % tłuszczu<br>Twaróg z konc. pomid. i zieloną pietr.<br>sałata zielona                                     | Energia kc [kcal] 1 450,30<br>Białko ogółem [g] 60,30<br>Tłuszcz [g] 35,10<br>Węglowodany ogółem [g] 226,20 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                         | Śniadanie                                                                                      | 2. śniadanie     | Obiad                                                                                                                                                      |
|-------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-31 sobota | D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika     | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory |                  | Zupa grysikowa<br>Bitki wołowe w jarzynach<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z pomidora b/śmietany.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                                |
|                   | D4 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i węglowodanów | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory      | jogurt naturalny | Zupa grysikowa<br>Bitki wołowe w jarzynach<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z pomidora b/śmietany.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                            |
|                   | D5 Łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów            | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory       | jogurt naturalny | Zupa grysikowa<br>Bitki wołowe w jarzynach<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z pomidora.<br>Bukiet jarzyn- jako druga jarzyna.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c |
|                   | D6 Z ograniczeniem węglowodanów                         | Herbata b/c<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory      | Jabłko pieczone  | Zupa grysikowa<br>bitki wołowe w jarzynach- nerkowa.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z pomidorem- nerkowa.<br>Kompot z mieszanki kompotowej b/c                   |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

2026-01-31 sobota

|                                                         |                                  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                               | SUMA                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika     |                                  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 365,40<br>Białko ogółem [g] 61,40<br>Tłuszcz [g] 22,40<br>Węglowodany ogółem [g] 232,60 |
| D4 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i węglowodanów | Jabłko pieczone                  |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona      | Energia kc [kcal] 1 370,00<br>Białko ogółem [g] 68,50<br>Tłuszcz [g] 25,30<br>Węglowodany ogółem [g] 221,20 |
| D5 Łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów            | jabłka                           |              | Herbata b/c<br>chleb graham<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona       | Energia kc [kcal] 1 417,30<br>Białko ogółem [g] 69,80<br>Tłuszcz [g] 32,80<br>Węglowodany ogółem [g] 215,90 |
| D6 Z ograniczeniem węglowodanów i sodu                  | Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. |              | Herbata b/c<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Galaretką jarska.<br>sałata zielona                                          | Energia kc [kcal] 1 373,20<br>Białko ogółem [g] 50,10<br>Tłuszcz [g] 27,60<br>Węglowodany ogółem [g] 240,40 |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                 | Śniadanie                                                                                                                            | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                 |
|-------------------|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-31 sobota | D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu                | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory                                       |              | Zupa grysikowa<br>bitki wołowe w jarzynach- nerkowa.<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z pomidorem- nerkowa.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                  |
|                   | D8 O zmienionej konsystencji-płynna, wzmocniona | płynna/sonda/papka śniadanie<br>suchary<br>Herbata b/c                                                                               |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>sok bobofrut b/c                                                                                  |
|                   | D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna    | suchary<br>Herbata b/c<br>płynna/sonda/papka śniadanie                                                                               |              | płynna/sonda/papka obiad<br>Kompot z jabłek b/c.<br>jogurt naturalny                                                                                  |
|                   | D10 Łatwostr. bogato białkowa                   | herbata z cukrem<br>margaryna śniadaniowa<br>chleb pszenny<br>kielbasa żywiecka dr<br>Płatki owsiane na mleku w proszku.<br>pomidory |              | Zupa grysikowa<br>Bitki wołowe w jarzynach( 2.00 porcje )<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z pomidora.<br>Kompot z mieszanki kompotowej<br>jogurt truskawkowy |
|                   | D13 Bezmleczna                                  | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>kielbasa żywiecka dr<br>pomidory                                       |              | Zupa grysikowa<br>Bitki wołowe w jarzynach<br>Ziemniaki.<br>Sałatka z pomidora b/śmietany.<br>Kompot z mieszanki kompotowej                           |
|                   | D15 Kleikowa po zabiegach                       | Kleikowa po zabiegu śniadanie<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                              |              | kleikowa po zabiegu obiad<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                                   |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                               | SUMA                                                                                                         |
|-------------------|------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-31 sobota | D7 Łatwostr. z ogr.białka i sodu               |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Galaretka jarska.<br>sałata zielona                                     | Energia kc [kcal] 1 367,40<br>Białko ogółem [g] 48,70<br>Tłuszcz [g] 26,20<br>Węglowodany ogółem [g] 239,60  |
|                   | D8 O zmiennej konsystencji-rynnna, wzmoconiona |              | rynnna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                             | Energia kc [kcal] 1 885,70<br>Białko ogółem [g] 84,50<br>Tłuszcz [g] 54,40<br>Węglowodany ogółem [g] 273,00  |
|                   | D9 O zmiennej konsystencji papka półrynnna     |              | rynnna/sonda/papka kolacja<br>Herbata b/c                                                                                             | Energia kc [kcal] 1 852,70<br>Białko ogółem [g] 90,90<br>Tłuszcz [g] 56,30<br>Węglowodany ogółem [g] 255,00  |
|                   | D10 Łatwostr. bogato białkowa                  |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel.<br>pietruszką<br>sałata zielona | Energia kc [kcal] 1 923,10<br>Białko ogółem [g] 100,30<br>Tłuszcz [g] 46,10<br>Węglowodany ogółem [g] 280,50 |
|                   | D13 Bezmleczna                                 |              | herbata z cukrem<br>chleb pszenny<br>margaryna śniadaniowa<br>Galaretka jarska.<br>sałata zielona                                     | Energia kc [kcal] 1 413,80<br>Białko ogółem [g] 57,10<br>Tłuszcz [g] 27,70<br>Węglowodany ogółem [g] 239,60  |
|                   | D15 Kleikowa po zabiegach                      |              | kleikowa po zabiegu kolacja<br>Herbata b/c<br>suchary                                                                                 | Energia kc [kcal] 1 487,10<br>Białko ogółem [g] 41,10<br>Tłuszcz [g] 17,00<br>Węglowodany ogółem [g] 296,30  |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                            |  | Śniadanie                                                | 2. śniadanie | Obiad                                                                      |
|-------------------|----------------------------|--|----------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-31 sobota | D16 Kleikowa przy biegunce |  | suchary<br>Herbata b/c<br>kleikowa po biegunce śniadanie |              | kleikowa po biegunce obiad<br>kleik. po bieg.ryż z jabłkami<br>Herbata b/c |

Jadłospisy tygodniowe za miesiąc 1/2026 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                            |  | Podwieczorek | Kolacja                                                     | SUMA                                                                                                       |
|-------------------|----------------------------|--|--------------|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-31 sobota | D16 Kleikowa przy biegunce |  |              | kleikowa po biegunce kolacja<br>wafle ryżowe<br>Herbata b/c | Energia kc [kcal] 1 624,70<br>Białko ogółem [g] 31,60<br>Tłuszcz [g] 5,40<br>Węglowodany ogółem [g] 367,80 |