

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA EŁK

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2026-08-21	2026-08-22	2026-08-23	2026-08-24	2026-08-25	2026-08-26	2026-08-27
	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Twarożek z ogórkiem i rzodkiewką 100 Por (7) Herbata z cukrem 250 ml Pomidor 40 g	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g polędwica drobiowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml pomidor 50 g Banan 120 g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Pasta z wędliny z ogórkiem świeżym i papryką 100 g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek kiszony 50 g Ser żółty 20 g (7)	polędwica drobiowa 50 g Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml pomidor 50 g sałata 15 g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g polędwica sopocka 50 g Herbata z cukrem 250 ml Papryka 50 g Twaróg krojony 70 g (7) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml szynka drobiowa 50 g Ogórek kiszony 30 g Jajko gotowane 65 Por (3)
Obiad	Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Kompot 250 ml Śledź pod pierzynką 170 g (4, 7) Ziemniaki gotowane 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem (gotowana) 400 ml (7, 9) Pulpet drobiowy w sosie majerankowym gotowany na parze 120 g (1, 7, 9) Kompot 250 ml Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g Ziemniaki gotowane 200 g	Zupa kalafiorowa gotowana krem 400 ml (1, 7, 9) Udko z kurczaka pieczone 120 g Sałatka wiosenna z jogurtem 40 g (7) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot 250 ml	Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Spaghetti drobiowe z makaronem razowym 250 g (1, 3, 9) Kompot 250 ml Sałata z olejem 80 g	Zupa krem z ciecior (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Pieczeń rzymska w sosie koperkowym 120 g (1, 3, 7) Kompot 250 ml Surówka z kapusty kolorowej 100 Por (10) Ziemniaki gotowane 150 g	Indyk z warzywami (gotowany) 170 g (1, 7, 9) Ryż brązowy gotowany 150 g Kompot ml Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty (gotowany) 400 ml (1, 9)	Zupa brokułowa (gotowana) krem 400 ml (1, 7, 9) Wątróbka drobiowa duszona 130g. 130 g (1) Kompot 250 ml Kasza gryczana (gotowana) 140 g Surówka z sałaty, rzodk, szczypiorku z jogurtem nat. 120 g
Podwieczorek	Sok pomidorowy M 200 ml	Sok owocowy 200 ml	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Sok pomidorowy M 200 ml	Kefir 250 g (7)
Kolacja	Pasta z jaj gotowanych z papr. i szczypiorkiem 100 g (3) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Ogórek kiszony 50 g	Rzodkiewka M 30 g szynka drobiowa 50 g chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7)	Herbata z cukrem 250 ml Papryka 50 g Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) polędwica sopocka 50 g chleb zwykły 100 g (1)	Szynka konserwowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml Kasza jęczmienna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Rzodkiewka ze szczypiorem 80 g (7)	Ogórek świeży - plasterki 30 g Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Herbata 250 ml polędwica sopocka 50 g chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g	Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Masło roślinne 10 g chleb zwykły 80 g (1) pomidor 50 g polędwica drobiowa 50 g Herbata z cukrem 200ml 200 ml	polędwica drobiowa 50 g chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 200ml 200 ml Kasza jaglana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Fasolka szparagowa gotowana 110 g (1)
Pos.wiecz.	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)	Kefir 250 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)

	piątek	sobota	niedziela
	2026-08-28	2026-08-29	2026-08-30
	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)
Śniadanie	chleb zwykły 80 g (1) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Pasta z jajek gotowanych ze szczypiorem 100 g (3) Pomidor 40 g	Szynka konserwowa 50 g chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) sałata 15 g Papryka konserwowa 40 g	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g polędwica drobiowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml Pomidor 40 g
Obiad	Zupa grycikowa gotowana 400 g (1, 9) Ryba smażona 100 g (1, 3, 4) Kompot 250 ml Surówka z warzyw mieszanych 130 g (3, 9, 10) Ziemniaki gotowane 150 g	Rosół z makaronem (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Befszyk wieprzowy z cebulą 120 g (1) Kompot 250 ml Ryż brązowy gotowany 150 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g	Zupa jarzynowa (gotowana) . 400 ml (1) Bitka wieprzow gotowana w sosie ziołowym 120 g (1, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g Surówka mizeria z jogurtem 100 g (7)
Podwieczorek	Gruszka 150 g	Serek waniliowy 140 g	Jabłko 150 g
Kolacja	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Herbata z cukrem 250 ml chleb zwykły 80 g (1) Masło roślinne 10 g Ogórek świeży - plasterki 30 g Twarożek z rzodkiewką 100 g (7)	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Warzywa cukrzycowe kolacja (gotowane) 100 g chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 5 g 5 g Herbata z cukrem 250 ml polędwica sopočka 50 g	Herbata z cukrem 250 ml Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Makaron razowy (gotowany) z wędliną i warzywami 300 g (1, 3)
Pos. wiecz.	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g chleb zwykły 35g 35 g (1)

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA EŁK

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2026-08-21	2026-08-22	2026-08-23	2026-08-24	2026-08-25	2026-08-26	2026-08-27
	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 80 g (1) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Twarożek z koperkiem 100 g (7) pomidor 50 g	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml polędwica drobiowa 50 g Ogórek świeży - plasterki 30 g	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Szynka konserwowa 50 g pomidor 50 g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 5 g 5 g Herbata z cukrem 250 ml Pasta z wędliny, nat. pietruszki i koper 100 g Ogórek świeży - plasterki 30 g	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g polędwica drobiowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml pomidor 50 g sałata 15 g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 5 g 5 g polędwica sopocka 50 g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g Twaróg krojony 70 g (7)	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Jajko gotowane 65 Por (3) Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g szynka drobiowa 50 g
2. śniadanie	Kefir 250 g (7)	Jogurt naturalny 200 g (7)	Banan 120 g	Jabłko 150 g	Kefir 250 g (7)	Jabłko 150 g	serek homogenizowany 140 g
Obiad	Klops z ryby- sos koperkowy (gotowany) 150 g (1, 3, 4, 7) Ziemniaki gotowane 150 g Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Kompot 250 ml Surówka wielowarzywna 130 g (9)	Pulpet drobiowy w sosie majerankowym gotowany na parze 120 g (1, 7, 9) Kompot 250 ml Zupa pomidorowa z ryżem (gotowana) 400 ml (7, 9) Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g Ziemniaki gotowane 150 g	Udko gotowane 150 g (1, 7) Ziemniaki gotowane 200 g Zupa kalafiorowa gotowana krem 400 ml (1, 7, 9) Kompot 250 ml Sałatka wiosenna z jogurtem 40 g (7)	Spaghetti drobiowe 250 g (1, 3) Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Kompot 250 ml Sałata z olejem 80 g	Zupa krem z marchwii gotowana 400 ml (9) Pieczeń rzymska w sosie koperkowym 120 g (1, 3, 7) Kompot 250 ml Buraczki gotowane 150 g (1, 7) Ziemniaki gotowane 200 g	Zupa Krupnik gotowany 400 ml (1, 7, 9) Kompot 250 ml Indyk z warzywami (gotowany) 170 g (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 200 g	Zupa brokułowa (gotowana) krem 400 ml (1, 7, 9) Pierś z kurczaka gotowana w sosie 120 g (1, 7, 9) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 150 g (1) Kompot 250 ml Marchewka gotowana 200 g
Podwieczorek	Sok pomidorowy M 200 ml	Sok owocowy 200 ml	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Sok pomidorowy M 200 ml	Kefir 250 g (7)
Kolacja	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 80 g (1) Pasta z jajka gotowanego 100 g (3) Herbata z cukrem 250 ml Masło roślinne 10 g Ogórek świeży - plasterki 30 g	pomidor 50 g Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Herbata z cukrem 250 ml Masło roślinne 10 g chleb zwykły 100 g (1) szynka drobiowa 50 g	Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Chleb zwykły 100 g (1) polędwica sopocka 50 g Herbata z cukrem 250 ml Masło roślinne 10 g sałata 15 g	Kasza jęczmienna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Szynka konserwowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml Masło roślinne 10 g pomidor 50 g	Herbata 250 ml polędwica sopocka 50 g Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Ogórek świeży - plasterki 30 g	Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 200ml 200 ml Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 80 g (1) polędwica drobiowa 50 g pomidor 50 g	Serdelki na gorąco z ketchupem 120 g Kasza jaglana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Herbata z cukrem 200ml 200 ml chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g

	piątek	sobota	niedziela
	2026-08-28	2026-08-29	2026-08-30
	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna
Śniadanie	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Pomidor 40 g Pasta z jajka gotowanego z natką i koper 100 g (3)	Szynka konserwowa 40 g chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) sałata 15 g Ogórek świeży - plasterki 30 g	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g polędwica drobiowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml Pomidor 40 g
2. śniadanie	Kefir 250 g (7)	Sok owocowy 200 ml	Jogurt owocowy 150 g (7)
Obiad	Zupa grysikowa gotowana 400 g (1, 9) Pulpet z ryby gotowany w sosie greckim 150 g (1, 3, 4, 9) Kompot 250 ml Surówka z warzyw mieszanych 130 g (3, 9, 10) Ziemniaki gotowane 150 g	Rosół z makaronem (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Kompot 250 ml Zraz mielony drobiowy w sosie na parze 120 g (1, 3, 9) Ziemniaki gotowane 150 g Buraczki gotowane 150 g (1, 7)	Zupa jarzynowa (gotowana) . 400 ml (1) Bitka wieprzow gotowana w sosie ziołowym 120 g (1, 9) Kompot 250 ml Surówka mizeria z jogurtem 100 g (7) Ziemniaki gotowane 200 g
Podwieczorek	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek waniliowy 140 g	Jabłko 150 g
Kolacja	Twarożek z koperkiem 100 g (7) Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Herbata z cukrem 250 ml Masło roślinne 10 g chleb zwykły 80 g (1) Ogórek świeży - plasterki 30 g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Warzywa cukrzycowe kolacja (gotowane) 100 g Masło roślinne 10 g chleb zwykły 100 g (1) Herbata z cukrem 250 ml Polędwica miodowa 40 g	Herbata z cukrem 250 ml Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Makaron (gotowany) z wędliną i warzywami 250 g (1, 3)

Pos. wiecz.	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2026-08-21	2026-08-22	2026-08-23	2026-08-24	2026-08-25	2026-08-26	2026-08-27
	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna
	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)	Kefir 250 g (7)	Sok jabłkowy 200 ml	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)

Pos.wiecz.	piątek	sobota	niedziela
	2026-08-28	2026-08-29	2026-08-30
	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna
	Sok pomidorowy M 200 ml	Kanapka z jajkiem M 65 Por (1, 3)	Serek wiejski 200 g chleb zwykły 35g 35 g (1)

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA EŁK

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2026-08-21	2026-08-22	2026-08-23	2026-08-24	2026-08-25	2026-08-26	2026-08-27
	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) bulka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Twarożek 70 g (7) Herbata z cukrem 250 ml Dżem 50 g	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) bulka bagietka 100 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Herbata z cukrem 250 ml Polędwica drobiowa 40 M 40 Por Ogórek świeży - plasterki 30 g	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) bulka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Szynka konserwowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml pomidor 50 g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) bulka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Pasta z wędliny 50 Por Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g ser żółty 40 g (7)	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) bulka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Polędwica drobiowa 40 M 40 Por Herbata z cukrem 250 ml Pomidor 40 g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) bulka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Polędwica sopocka 40 g sałata 15 g Herbata z cukrem 250 ml Twaróg krojony 30 g (7) Dżem 25 g	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) bulka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 17g 17 g Jajko gotowane 65 Por (3) Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g szynka drobiowa 40 g
2. śniadanie	Jogurt owocowy 150 g (7)	Biszkopty 40g 40 g (1, 3)	Banan 120 g	Jabłko 150 g	Gruszka 150 g	Salatka owocowa 150 g	serek homogenizowany 140 g
Obiad	Makaron (gotowany) z truskawkami z serem 300 g (1, 3, 7) Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Kompot 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem (gotowana) 300 ml (7, 9) Kompot 250 ml Marchewka gotowana 200 g Pulpet drobiowy w sosie gotowany na parze 100 g (1, 3, 9) Ziemniaki gotowane 150 g	Udko z kurczaka gotowane 100 g Zupa kalafiorowa gotowana krem 300 ml (1, 7, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Brokuł gotowany 100 g	Spaghetti drobiowe 250 g (1, 3) Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Kompot 250 ml Fasolka szparagowa gotowana 80 g	Zupa krem z marchwii gotowana 400 ml (9) Pieczeń rzymska w sosie koperkowym 120 g (1, 3, 7) Kompot 250 ml Buraczki gotowane 150 g (1, 7) Ziemniaki gotowane 150 g	Zupa Krupnik gotowany 300 ml (1, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g Indyk z warzywami (gotowany) 100 g (1, 9)	Pierś z kurczaka gotowana w sosie 120 g (1, 7, 9) Kompot 250 ml Zupa brokułowa (gotowana) krem 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 150 g Marchewka gotowana z groszkiem 130 130 g (1)
Podwieczorek	Chrupki kukurydziane 30 g	Sok owocowy 200 ml	herbatniki 20 g (1, 7)	Jogurt owocowy 125 g (7)	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Biszkopt 30 Por (1)	Arbuz 300 g
Kolacja	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Pasta z jajka gotowanego 100 g (3) bulka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g	szynka drobiowa 40 g Pomidor 40 g Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) bulka bagietka 100 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Herbata z cukrem 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Polędwica sopocka 40 g bulka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Herbata z cukrem 250 ml	Pomidor 40 g Kasza jęczmienna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Szynka konserwowa 40 g bulka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Herbata z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Naleśniki z powidłami 250 g (1, 3, 7) Herbata z cukrem 250 ml	bulka bagietka 50 g (1) Herbata z cukrem 250 ml masło śmietankowe 10 g (7) Polędwica drobiowa 40 M 40 Por Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) pomidor 50 g	Serdelki na gorąco z ketchupem 120 g Herbata z cukrem 250 ml Kasza jaglana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) bulka bagietka 100 g (1) masło śmietankowe 10 g (7)

	piątek	sobota	niedziela
	2026-08-28	2026-08-29	2026-08-30
	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca
Śniadanie	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) bułka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Herbata z cukrem 250 ml Pomidor 40 g Pasta z jajka gotowanego 100 g (3)	bułka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 17g 17 g Herbata z cukrem 250 ml Szynka konserwowa 40 g sałata 15 g Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Ogórek świeży - plasterki 30 g	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) bułka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) polędwica drobiowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml Pomidor 40 g
2. śniadanie	Salatka owocowa 150 g (7)	Sok owocowy 200 ml	Chrupki kukurydziane 30 g
Obiad	Zupa grysikowa gotowana 400 g (1, 9) Kompot 250 ml Placki z jabłkami i cynamonem 250 g (1, 3, 7)	Zraz mielony drobiowy w sosie na parze 120 g (1, 3, 9) ROSÓŁ Z MAKARONEM (zupa gotowana) 300 ml (1, 3, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Buraczki gotowane 150 g (1, 7)	Zupa jarzynowa (gotowana) . 300 ml (1, 7) Bitka wieprzowa gotowana w sosie 120 g (1, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Jarzynka Gotowana 100 Por (1, 9)
Podwieczorek	Gruszka 150 g	Serek waniliowy 140 g	herbatniki 20 g (1, 7)
Kolacja	Twarożek z jabłkiem 100g. 100 g (7) bułka bagietka 50 g (1) Herbata z cukrem 250 ml masło śmietankowe 10 g (7) Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7)	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Pomidor 40 g bułka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 17g 17 g Polędwica sopocka 40 g Herbata z cukrem 250 ml	Herbata z cukrem 250 ml Makaron z truskawkami 300 g (1, 3, 7)

Pos. wiecz.	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2026-08-21	2026-08-22	2026-08-23	2026-08-24	2026-08-25	2026-08-26	2026-08-27
	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca
	Sok owocowy 200 ml	Jogurt owocowy 150 g (7)	Sok owocowy 200 ml	Sok jabłkowy 200 ml	Soczek marchewkowy 330 ml	Sok owocowy 200 ml	Jogurt owocowy 125 g (7)

Pos.wiecz.	piątek	sobota	niedziela
	2026-08-28	2026-08-29	2026-08-30
	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca
	Soczek marchewkowy 330 ml	Kanapka z jajkiem M 65 Por (1,3)	Jogurt owocowy 125 g (7)

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA EŁK

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2026-08-21	2026-08-22	2026-08-23	2026-08-24	2026-08-25	2026-08-26	2026-08-27
	d. o kont zaw kw tŁ	d. o kont zaw kw tŁ	d. o kont zaw kw tŁ	d. o kont zaw kw tŁ	d. o kont zaw kw tŁ	d. o kont zaw kw tŁ	d. o kont zaw kw tŁ
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Twarożek z ogórkiem i rzodkiewką 100 Por (7) Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml pomidor 50 g	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) polędwica drobiowa 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Szynka konserwowa 50 g Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml pomidor 50 g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Pasta z wędliny z ogórkiem świeżym i papryką 100 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g polędwica drobiowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml pomidor 50 g sałata 15 g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml polędwica sopocka 50 g Papryka 50 g Twaróg krojony 70 g (7)	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml szynka drobiowa 50 g Ogórek kiszony 30 g Jajko gotowane 65 Por (3)
2. śniadanie	Kefir 250 g (7)	Jogurt naturalny 200 g (7)	Jabłko 150 g	Sok pomidorowy M 200 ml	Kefir 250 g (7)	Jabłko 150 g	Sok pomidorowy M 200 ml
Obiad	Śledź pod pierzynką 170 g (4, 7) Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g	Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g Zupa pomidorowa z ryżem (gotowana) 400 ml (7, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy w sosie majerankowym gotowany na parze 120 g (1, 7, 9)	Ziemniaki gotowane 200 g Udko z kurczaka pieczone 120 g Zupa kalafiorowa gotowana krem 400 ml (1, 7, 9) Kompot 250 ml Sałatka wiosenna z jogurtem 40 g (7)	Spaghetti drobiowe z makaronem razowym 250 g (1, 3, 9) Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Kompot 250 ml Sałata z olejem 80 g	Zupa krem z ciecior (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Pieczeń rzymska w sosie koperkowym 120 g (1, 3, 7) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kolorowej 100 Por (10)	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty (gotowany) 400 ml (1, 9) Indyk z warzywami (gotowany) 170 g (1, 7, 9) Kompot 250 ml Ryż brązowy gotowany 170 g	Zupa brokułowa bez śmietany gotowana krem 400 g (1, 9) Pierś z kurczaka gotowana w sosie 150 g (1, 7, 9) Kompot 250 ml Kasza gryczana (gotowana) 140 g Surówka z sałaty, rzodk, szczypiorku z jogurtem nat. 120 g
Kolacja	Pasta z jaj gotowanych z papr. i szczypiorkiem 100 g (3) Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Masło roślinne 10 g Chleb graham 75 g (1, 3) Herbata z cukrem 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Masło roślinne 10 g Chleb graham 100 g (1, 3) Herbata bez cukru 250 ml szynka drobiowa 50 g	Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Herbata z cukrem 250 ml Chleb graham 80 g (1, 3) polędwica sopocka 50 g Papryka 50 g	Kasza jęczmienna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Herbata z cukrem 250 ml Szynka konserwowa 50 g Rzodkiewka ze szczypiorem 80 g (7) Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g	Ogórek świeży - plasterki 30 g pomidor 50 g Herbata 250 ml polędwica sopocka 50 g Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Masło roślinne 10 g Chleb graham 100 g (1, 3)	Chleb graham 75 g (1, 3) Herbata bez cukru 250 ml Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Masło roślinne 10 g Polędwica drobiowa 40 M 40 Por pomidor 50 g	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g polędwica drobiowa 50 g Herbata bez cukru 250 ml Kasza jaglana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Fasolka szparagowa gotowana 110 g (1)
Pos.wiecz.	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)	Kefir 250 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)

	piątek	sobota	niedziela
	2026-08-28	2026-08-29	2026-08-30
	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł
Śniadanie	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Pomidor 40 g Pasta z jajek gotowanych ze szczypiorem 100 g (3)	Szynka konserwowa 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml sałata 15 g Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Papryka konserwowa 40 g	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g polędwica drobiowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml Pomidor 40 g
2. śniadanie	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Sok pomidorowy M 200 ml
Obiad	Zupa grycikowa gotowana 400 g (1, 9) Pulpet z ryby gotowany w sosie greckim 150 g (1, 3, 4, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z warzyw mieszanych 130 g (3, 9, 10)	Fasolka szparagowa gotowana 100 g Ryż brązowy gotowany 170 g Zraz mielony drobiowy w sosie na parze 120 g (1, 3, 9) Rosół z makaronem (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9)	Zupa jarzynowa (gotowana) . 400 ml (1) Bitka wieprzow gotowana w sosie ziołowym 120 g (1, 9) Kompot 250 ml Surówka mizeria z jogurtem 100 g (7) Ziemniaki gotowane 200 g
Kolacja	Chleb graham 100 g (1, 3) Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 20g 20 g Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Ogórek świeży - plasterki 30 g Twarożek z rzodkiewką 100 g (7)	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Chleb graham 100 g (1, 3) Warzywa cukrzycowe kolacja (gotowane) 100 g Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml polędwica sopocka 50 g	Makaron razowy (gotowany) z wędliną i warzywami 300 g (1, 3) Herbata z cukrem 250 ml Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7)
Pos.wiecz.	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g chleb graham 25g 25 g (1, 3)

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA EŁK

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2026-08-21	2026-08-22	2026-08-23	2026-08-24	2026-08-25	2026-08-26	2026-08-27
	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500
Śniadanie	Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Twarożek z ogórkiem i rzodkiewką 100 Por (7) Herbata bez cukru 250 ml Pomidor 40 g	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml polędwica drobiowa 50 g Ogórek świeży - plasterki 30 g	Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 50 g Herbata bez cukru 250 ml pomidor 50 g Jajko gotowane 65 Por (3)	Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Pasta z wędliny z ogórkiem świeżym i papryką 100 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek kiszony 50 g	polędwica drobiowa 50 g Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml pomidor 50 g sałata 15 g	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml polędwica sopocka 50 g Papryka 50 g Twaróg krojony 70 g (7)	Jajko gotowane 65 Por (3) Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g szynka drobiowa 50 g Ogórek kiszony 30 g
2. śniadanie	Kefir 250 g (7)	Jogurt naturalny 200 g (7)	Jabłko 150 g	Sok pomidorowy M 200 ml	Kefir 250 g (7)	Jabłko 150 g	Sok pomidorowy M 200 ml
Obiad	Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Sledź pod pierzynką 170 g (4, 7) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem bez śmietany (gotowana) 400 ml (7, 9) Pulpet drobiowy w sosie majerankowym gotowany na parze 120 g (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot 250 ml Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g	Zupa kalafiorowa gotowana krem 400 ml (1, 7, 9) Udko z kurczaka pieczone 100 g Ziemniaki gotowane 100 g Kompot 250 ml Sałatka wiosenna z jogurtem 40 g (7)	Zupa koperkowa bez śmietany gotowana 400ml. 400 ml (1, 7, 9) Spaghetti drobiowe z makaronem razowym 250 g (1, 3, 9) Kompot 250 ml Sałata z olejem 80 g	Zupa krem z ciecior (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Pieczeń rzymska w sosie koperkowym 120 g (1, 3, 7) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot 250 ml Surówka z kapusty kolorowej 100 Por (10)	Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty (gotowany) 400 ml (1, 9) Indyk z warzywami (gotowany) 170 g (1, 7, 9) Ryż brązowy gotowany 150 g Kompot 250 ml	Zupa brokułowa bez śmietany gotowana krem 400 g (1, 9) Pierś z kurczaka gotowana w sosie 150 g (1, 7, 9) Kasza gryczana (gotowana) 140 g Kompot 250 ml Surówka z sałaty, rzodk, szczypiorku z jogurtem nat. 120 g
Kolacja	Ogórek kiszony 50 g Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Pasta z jaj gotowanych z papr. i szczypiorkiem 100 g (3) Herbata bez cukru 250 ml	Rzodkiewka M 30 g Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml szynka drobiowa 50 g	Herbata bez cukru 250 ml Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g polędwica sopocka 50 g Papryka 50 g	Herbata bez cukru 250 ml polędwica drobiowa 50 g Rzodkiewka ze szczypiorem 80 g (7) Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 10 g	Ogórek świeży - plasterki 30 g polędwica sopocka 50 g Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10 g Chleb graham 80 g (1, 3)	Herbata bez cukru 250 ml Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g polędwica drobiowa 50 g pomidor 50 g	Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g polędwica drobiowa 50 g Herbata bez cukru 250 ml Fasolka szparagowa gotowana 110 g (1)
Pos. wiecz.	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)	Kefir 250 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)

	piątek	sobota	niedziela
	2026-08-28	2026-08-29	2026-08-30
	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500
Śniadanie	Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Pomidor 40 g Pasta z jajek gotowanych ze szczypiorem 100 g (3)	Szynka konserwowa 50 g Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 5 g 5 g Herbata bez cukru 250 ml sałata 15 g Papryka konserwowa 40 g	południca drobiowa 50 g Jabłko 150 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Pomidor 40 g
2. śniadanie	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Sok pomidorowy M 200 ml
Obiad	Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet z ryby gotowany w sosie greckim 150 g (1, 3, 4, 9) Zupa grysikowa gotowana 400 g (1, 9) Kompot 250 ml Surówka z warzyw mieszanych 130 g (3, 9, 10)	Rosół z makaronem (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Zraz mielony drobiowy w sosie na parze 120 g (1, 3, 9) Ryż brązowy gotowany 150 g Kompot 250 ml	Bitka wieprzow gotowana w sosie ziołowym 120 g (1, 9) Zupa jarzynowa (gotowana) . 400 ml (1) Ryż brązowy gotowany 150 g Kompot 250 ml Surówka mizeria z jogurtem 100 g (7)
Kolacja	Chleb graham 75 g (1, 3) Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10 g Ogórek świeży - plasterki 30 g Twarożek z rzodkiewką 100 g (7)	Warzywa cukrzycowe kolacja (gotowane) 100 g Herbata bez cukru 250 ml południca drobiowa 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g	Herbata bez cukru 250 ml Makaron razowy (gotowany) z wędliną i warzywami 300 g (1, 3)
Pos.wiecz.	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA EŁK

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2026-08-21	2026-08-22	2026-08-23	2026-08-24	2026-08-25	2026-08-26	2026-08-27
	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800
Śniadanie	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Twarożek z ogórkiem i rzodkiewką 100 Por (7) pomidor 50 g	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g polędwica drobiowa 50 g	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 50 g Herbata bez cukru 250 ml pomidor 50 g	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Pasta z wędliny z ogórkiem świeżym i papryką 100 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek kiszony 50 g	polędwica drobiowa 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml pomidor 50 g sałata 15 g	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml polędwica sopočka 50 g Papryka 50 g Twaróg krojony 70 g (7)	szynka drobiowa 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek kiszony 30 g Jajko gotowane 65 Por (3)
2. śniadanie	Kefir 250 g (7)	Jogurt naturalny 200 g (7)	Jabłko 150 g	Sok pomidorowy M 200 ml	Kefir 250 g (7)	Jabłko 150 g	Sok pomidorowy M 200 ml
Obiad	Ziemniaki gotowane 200 g Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Śledź pod pierzynką 170 g (4, 7) Kompot 250 ml	Pulpet drobiowy w sosie majerankowym gotowany na parze 120 g (1, 7, 9) Zupa pomidorowa z ryżem bez śmietany (gotowana) 400 ml (7, 9) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot 250 ml Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g	Zupa kalafiorowa gotowana krem 400 ml (1, 7, 9) Udko z kurczaka pieczone 100 g Ziemniaki gotowane 150 g Kisiel bez cukru 250 ml Surówka wiosenna z jogurtem 130 g (7, 10)	Zupa koperkowa bez śmietany gotowana 400 ml. 400 ml (1, 7, 9) Spaghetti drobiowe z makaronem razowym 250 g (1, 3, 9) Kompot 250 ml Sałata z olejem 80 g	Zupa krem z ciecior (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Pieczeń rzymska w sosie koperkowym 120 g (1, 3, 7) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot 250 ml Surówka z kapusty kolorowej 100 Por (10)	Indyk z warzywami (gotowany) 170 g (1, 7, 9) Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty (gotowany) 400 ml (1, 9) Ryż brązowy gotowany 170 g Kompot 250 ml	Pierś z kurczaka gotowana w sosie 150 g (1, 7, 9) Zupa brokułowa bez śmietany gotowana krem 400 g (1, 9) Kasza gryczana (gotowana) 200 g Kompot 250 ml Surówka z sałaty, rzodk, szczypiorku z jogurtem nat. 120 g
Podwieczorek	Sok pomidorowy M 200 ml	Kanapka z jajkiem M 65 Por (1, 3)	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Kanapka z wędliną 120 Por (1, 3)	Sok pomidorowy M 200 ml	Kefir 250 g (7)
Kolacja	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Pasta z jaj gotowanych z papr. i szczypiorkiem 100 g (3) Herbata bez cukru 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Rzodkiewka M 30 g Chleb graha 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g szynka drobiowa 50 g Herbata bez cukru 250 ml	Herbata bez cukru 250 ml Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g polędwica sopočka 50 g Papryka 30 g	Herbata bez cukru 250 ml Szynka konserwowa 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Rzodkiewka ze szczypiorem 80 g (7) Masło roślinne 10 g	Ogórek świeży - plasterki 30 g Masło roślinne 20g 20 g polędwica sopočka 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Herbata bez cukru 250 ml	pomidor 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml polędwica drobiowa 50 g	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g polędwica drobiowa 50 g Herbata bez cukru 250 ml Fasolka szparagowa gotowana 100 g
Pos.wiecz.	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)	Kefir 250 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)

	piątek	sobota	niedziela
	2026-08-28	2026-08-29	2026-08-30
	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800
Śniadanie	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Pomidor 40 g Pasta z jajek gotowanych ze szczypiorem 100 g (3)	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 50 g Herbata bez cukru 250 ml sałata 15 g Papryka konserwowa 40 g	polędwica drobiowa 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Pomidor 40 g
2. śniadanie	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Sok pomidorowy M 200 ml
Obiad	Zupa grysikowa gotowana 400 g (1, 9) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot 250 ml Pulpet z ryby gotowany w sosie greckim 150 g (1, 3, 4, 9) Surówka z warzyw mieszanych 130 g (3, 9, 10)	Fasolka szparagowa gotowana 100 g Rosół z makaronem (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Zraz mielony drobiowy w sosie na parze 120 g (1, 3, 9) Ryż brązowy gotowany 150 g Kompot 250 ml	Zupa jarzynowa (gotowana) . 400 ml (1) Bitka wieprzow gotowana w sosie ziołowym 120 g (1, 9) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot 250 ml Surówka mizeria z jogurtem 100 g (7)
Podwieczorek	Jogurt naturalny 200 g (7)	Kanapka z jajkiem i pomidorem 65 Por (1, 3)	Kanapka z wędliną 120 Por (1, 3)
Kolacja	Chleb graham 100 g (1, 3) Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10 g Ogórek świeży - plasterki 30 g Twarożek z rzodkiewką 100 g (7)	Warzywa cukrzycowe kolacja (gotowane) 100 g polędwica sopočka 50 g Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10 g Chleb graham 100 g (1, 3)	Herbata bez cukru 250 ml Makaron razowy (gotowany) z wędliną i warzywami 300 g (1, 3)
Pos. wiecz.	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g

Oznaczenia alergenów:

- 1 - Zboża zawierające gluten ,
- 2 - Skorupiaki i pochodne,
- 3 - Jaja i pochodne,
- 4 - Ryby i pochodne,
- 5 - Orzeszki ziemne i pochodne,
- 6 - Soja i pochodne,
- 7 - Mleko i pochodne,
- 8 - Orzechy,
- 9 - Seler i pochodne,
- 10 - Gorczyca i pochodne,
- 11 - Nasiona sezamu i pochodne,
- 12 - Dwutlenek siarki, siarczyny,
- 13 - Łubin i pochodne,
- 14 - Mieczaiki i pochodne.