

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-08-31 do dnia 2026-09-09 KUCHNIA EŁK

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2026-08-31	2026-09-01	2026-09-02	2026-09-03	2026-09-04	2026-09-05	2026-09-06
	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)
Śniadanie	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml sałata 15 g Twarożek z ziołami 100 g (7)	polędwica drobiowa 50 g Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Papryka 50 g	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 5 g 5 g Szynka konserwowa 50 g Jabłko 150 g Ser żółty 30 g (7) sałata 15 g	Płatki ryżowe na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Pasta z wędliny z ogórkiem świeżym i papryką 100 g Ogórek kiszony 30 g	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 80 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 sopocka 50 g Herbata z cukrem 250 ml sałata 15 g	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g Twarożek 70 g (7) szynka drobiowa 50 g
Obiad	Gulasz drobiowy z warzywami (gotowany) 300 g (1, 7, 9) Barszcz ukraiński (zupa gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Kompot 250 ml Kasza gryczana (gotowana) 170 g	Zupa szczawiowa gotowana 400 ml (1, 3, 7, 9) Spaghetti drobiowe z makaronem razowym 250 g (1, 3, 9) Kompot 250 ml Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g	Bigos 250 g (1) Kompot ml Zupa pomidorowa z ryżem (gotowana) 400 ml (7, 9) Ziemniaki gotowane 200 g	Zupa pieczarkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Kotlet schabowy (smażony) 100 g (1, 3) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g	Rosół z makaronem (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Kompot 250 ml Kotlety ziemniaczane z sosem pieczarkowy (smażone) 240 g (1, 3, 7) Surówka z kapusty kiszanej 120 g	Zupa Krupnik gotowany 400 ml (1, 7, 9) Zraz siekany w sosie pomidorowym (got.na parze) 150 g (1, 3) Kompot 250 ml Sałata z pomidorem i olejem 100 g Ziemniaki gotowane 200 g	Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Klops pieczony w sosie 120 g (1, 3, 7) Kisiel z cukrem 250 ml Kasza gryczana (gotowana) 140 g Surówka z marchwi, selera i jabłka-100g 100 Por (7, 9)
Podwieczorek	Ciasto drożdżowe 50 g	Salatka owocowa 150 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Galaretką z brzoskwiniami 150 g 150 g	Jogurt naturalny 200 g (7)	Sok owocowy 200 ml	Sok pomidorowy M 200 ml
Kolacja	Herbata z cukrem 250 ml polędwica sopocka 50 g Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Papryka konserwowa 40 g	Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Herbata 250 ml polędwica sopocka 50 g pomidor 50 g chleb zwykły 100 g (1)	Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Masło roślinne 10 g chleb zwykły 100 g (1) Warzywa cukrzykowe kolacja (gotowane) 100 g polędwica drobiowa 50 g Papryka 50 g	polędwica sopocka 50 g chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Kawa zbożowa 250 M 250 ml Kasza jaglana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Ogórek świeży w plasterkach 50 g	Pasta z jajek gotowanych ze szczypiorem 100 g (3) chleb zwykły 80 g (1) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Papryka 50 g	Ogórek świeży - plasterki 30 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) Sok pomidorowy M 200 ml	polędwica drobiowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml chleb zwykły 100 g (1) Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Masło roślinne 10 g Fasolka szparagowa gotowana 110 g (1) pomidor 50 g
Pos.wiecz.	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)

	poniedziałek	wtorek	środa
	2026-09-07	2026-09-08	2026-09-09
	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 80 g (1) Masło roślinne 10 g szynka drobiowa 50 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek kiszony 50 g ser żółty 40 g (7)	chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g polędwica sopocka 50 g Pomidor 40 g Herbata z cukrem 250 ml Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Twarożek z papryką 70 g (7)	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g Kefir 250 g (7)
Obiad	Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Kotlet pożarski (smażony) 100 g (1) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Surówka Colesław 150 g (3, 10)	Zupa dyniowa krem z zacierką (gotowana) 400 ml (1, 9) Pulpet drobiowy w sosie gotowany na parze 100 g (1, 3, 9) Kompot 250 ml Kasza gryczana (gotowana) 140 g Surówka wiosenna z jogurtem 130 g (7, 10)	Zupa meksykańska 400 ml (1, 7, 9) Filet kurczaka w sosie pomidorowym 150g 150 g (1, 7) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z march. i jabłka 100 g (3)
Podwieczorek	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)	kisiel z jagodami 200 ml
Kolacja	Szynka konserwowa 50 g Herbata bez cukru 250 ml Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 80 g (1) Masło roślinne 10 g sałata 15 g Twaróg krojony 70 g (7)	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Herbata z cukrem 250 ml Masło roślinne 10 g Paszтетowa drobiowa 60 M 60 g Ogórek kiszony 50 g	Herbata z cukrem 250 ml Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) Ryż brązowy z warzywami i kurczakiem 250 g (9)
Pos.wiecz.	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-08-31 do dnia 2026-09-09 KUCHNIA EŁK

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2026-08-31	2026-09-01	2026-09-02	2026-09-03	2026-09-04	2026-09-05	2026-09-06
	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna
Śniadanie	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 5 g 5 g Szynka konserwowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml Twarożek z ziołami 100 g (7) sałata 15 g	Ryż 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 Ogórek świeży - plasterki 30 g	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 5 g 5 g Szynka konserwowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml sałata 15 g	Płatki ryżowe na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Pasta z wędliny, nat. pietruszki i koper 100 g Herbata z cukrem 250 ml pomidor 50 g	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) Ogórek świeży - plasterki 30 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 sopocka 50 g sałata 15 g Banan 120 g	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g Twarożek 70 g (7) szynka drobiowa 50 g
2. śniadanie	Kefir 250 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml	Jabłko 150 g	Sok owocowy 200 ml	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek waniliowy 140 g
Obiad	Gulasz drobiowy z warzywami (gotowany) 300 g (1, 7, 9) Kisiel z cukrem 250 ml Kasza jęczmienna gotowana na sypko 150 g (1) Barszcz czerwony (zupa gotowana) 400 ml (1, 7, 9)	Zupa grysikowa gotowana 400 g (1, 9) Spaghetti drobiowe 250 g (1, 3) Kompot 250 ml Surówka z kapusty pekińskiej 120 g	Zupa pomidorowa z ryżem (gotowana) 400 ml (7, 9) Kompot 250 ml Kotlet drobiowy mielony gotowany 100 g (1, 3) Ziemniaki gotowane 200 g bukiet z warzyw gotowanych 100 g	Zupa krem z groszku zielonego 400 ml (7, 9) Sztuka mięsa duszona w sosie własnym 120 g (1) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot 250 ml Buraczki gotowane 120 g (1, 7)	Klops z ryby- sos koperkowy (gotowany) 150 g (1, 3, 4, 7) Ziemniaki gotowane 150 g Rosół z makaronem (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Kompot 250 ml Surówka z warzyw mieszanych 130 g (3, 9, 10)	Zraz siekany w sosie pomidorowym (got.na parze) 150 g (1, 3) Kompot 250 ml Zupa Krupnik gotowany 400 ml (1, 7, 9) Sałata z pomidorem i olejem 100 g Ziemniaki gotowane 200 g	Klops drobiowy na parze w sosie 120 g (1, 9) Ziemniaki gotowane 200 g Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Kisiel z cukrem 250 ml Surówka z marchwi, selera i jabłka-100g 100 Por (7, 9)
Podwieczorek	Ciasto drożdżowe 50 g	Salatka owocowa 150 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Banan 120 g	Jogurt naturalny 200 g (7)	Sok owocowy 200 ml	Sok pomidorowy M 200 ml
Kolacja	Ogórek świeży - plasterki 30 g Herbata z cukrem 250 ml Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g polędwica sopocka 50 g	Herbata 250 ml Szynkowa 50 g Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) pomidor 50 g chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g	Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 80 g (1) polędwica drobiowa 50 g Warzywa cukrzycowe kolacja (gotowane) 100 g Ogórek świeży - plasterki 30 g	Parówki na gotowane gorąco z ketchupem 120 g (1) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Kasza jaglana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Herbata 250 ml	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 80 g (1) Pasta z jajka gotowanego z natką i koper 100 g (3) Herbata z cukrem 250 ml Masło roślinne 10 g pomidor 50 g	Ogórek świeży - plasterki 30 g Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Herbata z cukrem 250 ml Masło roślinne 10 g chleb zwykły 100 g (1) Sok pomidorowy M 200 ml Szynka konserwowa 50 g	polędwica drobiowa 50 g Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Chleb zwykły 100 g (1) Herbata z cukrem 250 ml Masło roślinne 10 g sałata 15 g

	poniedziałek	wtorek	środa
	2026-09-07	2026-09-08	2026-09-09
	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna
Śniadanie	Płatki owsiane 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 pomidor 50 g	chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g południca sopocka 50 g sałata 15 g Herbata z cukrem 250 ml Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7)	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 5 g 5 g Herbata z cukrem 250 ml Szynka konserwowa 50 g Ogórek świeży - plasterki 30 g
2. śniadanie	Sok pomidorowy M 200 ml	Jabłko 150 g	Kefir M 180 g (7)
Obiad	Kotlet napoleoński 100 g (1, 3) Ziemniaki gotowane 150 g Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Kompot 250 ml Brokuły gotowane 100 g	Pulpet drobiowy w sosie gotowany na parze 120 g (1, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g Zupa dyniowa krem z zacierką (gotowana) 400 ml (1, 9) Surówka wiosenna z jogurtem 130 g (7, 10)	Marchewkowa krem (zupa gotowawna) 300 ml (1, 9) Filet kurczaka w sosie pomidorowym 150g 150 g (1, 7) Kompot 250 ml Surówka z march. i jabłka 100 g (3) Ziemniaki gotowane 200 g
Podwieczorek	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)	kisiel z jagodami 200 ml
Kolacja	Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Chleb zwykły 100 g (1) Szynka konserwowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml Masło roślinne 10 g Ogórek świeży w plasterkach 50 g Twaróg krojony 70 g (7)	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Herbata z cukrem 250 ml chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g południca drobiowa 50 g pomidor 50 g	Herbata z cukrem 250 ml Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) Ryż ugotowany z warzywami i kurczakiem M 250 g (9)

Pos. wiecz.	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2026-08-31	2026-09-01	2026-09-02	2026-09-03	2026-09-04	2026-09-05	2026-09-06
	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna
	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)

Pos.wiecz.	poniedziałek	wtorek	środa
	2026-09-07	2026-09-08	2026-09-09
	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna
	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Jogurt owocowy 150 g (7)

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-08-31 do dnia 2026-09-09 KUCHNIA EŁK

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2026-08-31	2026-09-01	2026-09-02	2026-09-03	2026-09-04	2026-09-05	2026-09-06
	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca
Śniadanie	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) bułka bagietka 100 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) polędwica drobiowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml Twarożek z cukrem 50 M 50 g (7) sałata 5g 5 g	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) bułka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Polędwica drobiowa 40 M 40 Por Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) bułka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Szynka konserwowa 50 g sałata 15 g Herbata z cukrem 250 ml Ser żółty 30 g (7)	Płatki ryżowe na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) bułka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 17g 17 g Pasta z wędliny, nat. pietruszki i koper 100 g Herbata z cukrem 250 ml pomidor 50 g	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) bułka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Twarożek z dżemem . 100 g (7) Herbata z cukrem 250 ml	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) bułka bagietka 100 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) polędwica sopocka 50 g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) bułka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g Twarożek 70 g (7) szynka drobiowa 40 g
2. śniadanie	Banan 120 g	serek homogenizowany 140 g	Mandarynka 80 g	Sok owocowy 200 ml	Jogurt owocowy 150 g (7)	Banan 120 g	Serek waniliowy 140 g
Obiad	Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Gulasz drobiowy z warzywami (gotowany) 300 g (1, 7, 9) Barszcz czerwony (zupa gotowana) 300 ml (1, 7, 9)	Zupa grysikowa gotowana 400 g (1, 9) Spaghetti drobiowe 250 g (1, 3) Kompot 250 ml Fasolka szparagowa gotowana 110 g (1)	Zupa pomidorowa z ryżem (gotowana) 300 ml (7, 9) Kompot 250 ml Kotlet drobiowy mielony gotowany 100 g (1, 3) Ziemniaki gotowane 150 g bukiet z warzyw gotowanych 100 g	Kotlet z indyka panierowany (smażony) 100 g (1, 3) Kompot 250 ml Zupa krem z groszku zielonego 400 ml (7, 9) Ziemniaki gotowane 150 g Buraczki gotowane 150 g (1, 7)	Ryż gotowany z jagodami 300 g ROSÓŁ Z MAKARONEM (zupa gotowana) 300 ml (1, 3, 9) Kompot 250 ml	Zupa Krupnik gotowany 300 ml (1, 9) Kompot 250 ml Marchewka gotowana 150 g (1) Zraz siekany w sosie pomidorowym (got.na parze) 150 g (1, 3) Ziemniaki gotowane 150 g	Klops drobiowy na parze w sosie 120 g (1, 9) Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Kisiel z cukrem 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Fasolka szparagowa gotowana 80 g
Podwieczorek	Ciasto drożdżowe 50 g	Salatka owocowa 150 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Banan 120 g	Chrupki kukurydziane 30 g	Sok owocowy 200 ml	herbatniki 20 g (1, 7)
Kolacja	Herbata z cukrem 250 ml Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Ryż gotowany z jabłkiem, jogurtem i cynam. 150 g (7)	Szynkowa 40 40 g Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Pomidor 40 g masło śmietankowe 10 g (7) bułka bagietka 50 g (1) Herbata z cukrem 250 ml	bułka bagietka 50 g (1) Herbata z cukrem 250 ml masło śmietankowe 10 g (7) polędwica drobiowa 50 g Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Ogórek świeży - plasterki 30 g	Parówki na gotowane gorąco z ketchupem 120 g (1) Herbata z cukrem 250 ml Kasza jaglana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) bułka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7)	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Pasta z jajka gotowanego 100 g (3) bułka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g	Jajko gotowane 65 Por (3) Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) bułka bagietka 100 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Herbata z cukrem 250 ml Szynka konserwowa 20 20 g pomidor 50 g	polędwica drobiowa 50 g sałata 15 g Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) bułka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Herbata z cukrem 250 ml

	poniedziałek	wtorek	środa
	2026-09-07	2026-09-08	2026-09-09
	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) bułka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) szynka drobiowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml pomidor 50 g	bułka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) połudwica sopocka 50 g Herbata z cukrem 250 ml sałata 15 g serek homogenizowany 140 g Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7)	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) bułka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Szynka konserwowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g Ser żółty 30 g (7)
2. śniadanie	Jabłko 150 g	serek homogenizowany 140 g	Sok owocowy 200 ml
Obiad	Kotlet pożarski (smażony) 90 g (1, 3) Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Brokuły gotowane 100 g	Pulpet drobiowy w sosie gotowany na parze 100 g (1, 3, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Zupa makaronowa gotowana 300 ml (1, 3, 9) Jarzynka Gotowana 100 Por (1, 9)	Marchewkowa krem (zupa gotowana) 300 ml (1, 9) Filet kurczaka gotowany 100 g (1) Kompot 250 ml Bukiet warzyw gotowanych 80 g (1) Ziemniaki gotowane 150 g
Podwieczorek	Jogurt owocowy 125 g (7)	Salatka owocowa 150 g (7)	kisiel z jagodami 200 ml
Kolacja	Ogórek świeży w plasterkach 50 g Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Szynka konserwowa 40 g bułka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Herbata z cukrem 250 ml Twarożek na słodko 100 g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Herbata z cukrem 250 ml Naleśniki z dżemem M 180 180 g (1, 3, 7)	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) Herbata z cukrem 250 ml bułka bagietka 100 g (1) Masło roślinne 10 g połudwica sopocka 50 g pomidor 50 g

Pos. wiecz.	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2026-08-31	2026-09-01	2026-09-02	2026-09-03	2026-09-04	2026-09-05	2026-09-06
	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca
	Sok owocowy 200 ml	Jogurt owocowy 150 g (7)	Sok jabłkowy 200 ml	Jogurt owocowy 125 g (7)	Soczek marchewkowy 330 ml	Jogurt owocowy 150 g (7)	Sok owocowy 200 ml

Pos.wiecz.	poniedziałek	wtorek	środa
	2026-09-07	2026-09-08	2026-09-09
	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca
	Sok jabłkowy 200 ml	Jogurt owocowy 150 g (7)	Soczek marchewkowy 330 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-08-31 do dnia 2026-09-09 KUCHNIA EŁK

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2026-08-31	2026-09-01	2026-09-02	2026-09-03	2026-09-04	2026-09-05	2026-09-06
	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	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g polędwica drobiowa 50 g sałata 15 g Herbata 250 ml Twarożek z ziołami 100 g (7)	Ryż 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 Papryka 50 g	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml sałata 15 g Szynka konserwowa 50 g	Płatki ryżowe na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata 250 ml Pasta z wędliny z ogórkiem świeżym i papryką 100 g Ogórek kiszony 30 g	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 sopocka 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml sałata 15 g	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g Twarożek 70 g (7) Szynka drobiowa. 50 g
2. śniadanie	Kefir 250 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml	Jabłko 150 g	Kefir 250 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Kefir 250 g (7)
Obiad	Kompot 250 ml Gulasz drobiowy z warzywami (gotowany) 300 g (1, 7, 9) Barszcz ukraiński (zupa gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Kasza gryczana (gotowana) 140 g	Zupa szczawiowa gotowana 400 ml (1, 3, 7, 9) Spaghetti drobiowe z makaronem razowym 250 g (1, 3, 9) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem (gotowana) 400 ml (7, 9) Bigos 250 g (1) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Zupa pieczarkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Sztuka mięsa duszona w sosie własnym 120 g (1) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g	Klops z ryby- sos koperkowy (gotowany) 150 g (1, 3, 4, 7) Rosół z makaronem (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Surówka z warzyw mieszanych 130 g (3, 9, 10)	Salata z pomidorem i olejem 100 g Zupa Krupnik gotowany 400 ml (1, 7, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g Zraz siekany w sosie pomidorowym (got.na parze) 150 g (1, 3)	Kasza gryczana (gotowana) 140 g Klops pieczony w sosie 120 g (1, 3, 7) Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Kisiel bez cukru 250 ml Surówka z marchwi, selera i jabłka-100g 100 Por (7, 9)
Kolacja	Chleb graham 100 g (1, 3) Herbata 250 ml Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Masło roślinne 10 g polędwica sopocka 50 g Papryka konserwowa 40 g	pomidor 50 g Herbata 250 ml Szynkowa 50 g Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Masło roślinne 10 g Chleb graham 100 g (1, 3)	Chleb graham 100 g (1, 3) Herbata z cukrem 250 ml Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Masło roślinne 10 g polędwica drobiowa 50 g Warzywa cukrzycowe kolacja (gotowane) 100 g Papryka 50 g	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g polędwica sopocka 50 g Kawa zbożowa 250 M 250 ml Kasza jaglana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Ogórek świeży w plasterkach 50 g	Pasta z jajek gotowanych ze szczypiorem 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 Papryka 50 g	Ogórek świeży - plasterki 30 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 Sok pomidorowy M 200 ml Szynka konserwowa 50 g	polędwica drobiowa 50 g Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Herbata z cukrem 250 ml Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Fasolka szparagowa gotowana 110 g (1) pomidor 50 g
Pos.wiecz.	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)

	poniedziałek	wtorek	środa
	2026-09-07	2026-09-08	2026-09-09
	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Szynka drobiowa. 50 g Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Masło roślinne 10 g połudwica sopocka 50 g Pomidor 40 g Herbata bez cukru 250 ml Twarożek z papryką 70 g (7) Chleb graham 100 g (1, 3)	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g Jajko gotowane 65 Por (3)
2. śniadanie	Sok pomidorowy M 200 ml	Jabłko 150 g	Kefir 250 g (7)
Obiad	Ziemniaki gotowane 150 g Kotlet napoleoński 100 g (1, 3) Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Kompot 250 ml Surówka Colesław 150 g (3, 10)	Pulpet drobiowy w sosie gotowany na parze 100 g (1, 3, 9) Kompot bez cukru 250 ml Kasza gryczana (gotowana) 170 g Zupa dyniowa krem z zacierką (gotowana) 400 ml (1, 9) Surówka wiosenna z jogurtem 130 g (7, 10)	Zupa meksykańska 400 ml (1, 7, 9) Filet kurczaka w sosie pomidorowym 150g 150 g (1, 7) Kompot bez cukru 250 ml Surówka z march. i jabłka 100 g (3) Ziemniaki gotowane 150 g
Kolacja	Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Herbata z cukrem 250 ml Szynka konserwowa 50 g sałata 15 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Twaróg krojony 70 g (7)	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Herbata z cukrem 250 ml Paszтетowa drobiowa 60 M 60 g Ogórek kiszony 50 g Masło roślinne 10 g Chleb graham 100 g (1, 3)	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) Herbata z cukrem 250 ml Ryż brązowy z warzywami i kurczakiem 250 g (9)
Pos.wiecz.	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny M 150 g (7)

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-08-31 do dnia 2026-09-09 KUCHNIA EŁK

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2026-08-31	2026-09-01	2026-09-02	2026-09-03	2026-09-04	2026-09-05	2026-09-06
	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500
Śniadanie	Szynka konserwowa 50 g Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml sałata 15 g Twarożek z ziołami 100 g (7)	połędwica drobiowa 50 g Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 5 g 5 g Herbata bez cukru 250 ml Papryka 50 g	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Szynka konserwowa 50 g sałata 15 g	Pasta z wędliny z ogórkiem świeżym i papryką 100 g Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek kiszony 30 g	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 sałata 15 g połędwica sopocka 50 g	Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 5 g 5 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g Twarożek 70 g (7) szynka drobiowa 50 g
2. śniadanie	Kefir 250 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml	Jabłko 150 g	Kefir 250 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Kefir 250 g (7)
Obiad	Barszcz ukraiński (zupa gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Kompot bez cukru 250 ml Kasza gryczana (gotowana) 140 g Gulasz drobiowy z warzywami (gotowany) 300 g (1, 7, 9)	Zupa szczawiowa gotowana 400 ml (1, 3, 7, 9) Spaghetti razowe 350 g (1, 3) Kompot 250 ml Surówka z kapusty pekińskiej 100 g	Zupa pomidorowa z ryżem bez śmietany (gotowana) 400 ml (7, 9) Bigos 250 g (1) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot 250 ml	Zupa pieczarkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Sztuka mięsa duszona w sosie własnym 120 g (1) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot 250 ml Fasolka szparagowa gotowana 100 g	Rosół z makaronem (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Klops z ryby- sos koperkowy (gotowany) 150 g (1, 3, 4, 7) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot 250 ml Surówka z warzyw mieszanych 80 g (9)	Zupa Krupnik gotowany 400 ml (1, 7, 9) Zraz siekany w sosie pomidorowym (got.na parze) 150 g (1, 3) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot 250 ml Sałata z pomidorem i olejem 100 g	Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Klops pieczony w sosie 120 g (1, 3, 7) Kasza gryczana (gotowana) 140 g Kisiel bez cukru 250 ml Surówka z marchwi, selera i jabłka-100g 100 Por (7, 9)
Kolacja	Chleb graham 100 g (1, 3) Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10 g Papryka konserwowa 40 g połędwica sopocka 50 g	Szynkowa 50 g Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10 g Chleb graham 75 g (1, 3) pomidor 50 g	Herbata bez cukru 250 ml Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g połędwica drobiowa 50 g Warzywa cukrzycowe kolacja (gotowane) 100 g Papryka 50 g	Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 10 g połędwica sopocka 50 g Kawa zbożowa 250 M 250 ml Ogórek świeży w plasterkach 50 g	Papryka 50 g Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Pasta z jajek gotowanych ze szczypiorem 100 g (3) Herbata bez cukru 250 ml	Szynka konserwowa 50 g Ogórek świeży - plasterki 30 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Sok pomidorowy M 200 ml	połędwica drobiowa 50 g Herbata bez cukru 250 ml Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Fasolka szparagowa gotowana 110 g (1) pomidor 50 g
Pos.wiecz.	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)

	poniedziałek	wtorek	środa
	2026-09-07	2026-09-08	2026-09-09
	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500
Śniadanie	Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Szynka drobiowa. 50 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Chleb graham 80 g (1, 3) polędwica sopocka 50 g Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Pomidor 40 g Twarożek z papryką 70 g (7)	Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 50 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g
2. śniadanie	Sok pomidorowy M 200 ml	jabłko 100g. 100 g	Kefir 250 g (7)
Obiad	Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Kotlet napoleoński 100 g (1, 3) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot 250 ml Surówka Coleslaw 120 g (3, 10)	Zupa dyniowa krem z zacierką (gotowana) 400 ml (1, 9) Pulpet drobiowy w sosie gotowany na parze 100 g (1, 3, 9) Kasza gryczana (gotowana) 170 g Kompot bez cukru 250 ml Surówka wiosenna z jogurtem 130 g (7, 10)	Surówka z march. i jabłka 100 g (3) Zupa meksykańska 400 ml (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot bez cukru 250 ml Filet kurczaka w sosie pomidorowym 150g 150 g (1, 7)
Kolacja	Herbata bez cukru 250 ml polędwica drobiowa 50 g sałata 15 g Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Twaróg krojony 70 g (7)	Pasztetowa drobiowa 60 M 60 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek kiszony 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g	Ryż brązowy z warzywami i kurczakiem 250 g (9) Herbata bez cukru 250 ml
Pos.wiecz.	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny M 150 g (7)

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-08-31 do dnia 2026-09-09 KUCHNIA EŁK

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2026-08-31	2026-09-01	2026-09-02	2026-09-03	2026-09-04	2026-09-05	2026-09-06
	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800
Śniadanie	Szynka konserwowa 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml sałata 15 g Twarożek z ziołami 100 g (7)	połędwica drobiowa 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml	chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 20g 20 g Herbata bez cukru 250 ml Szynka konserwowa 50 g sałata 15 g	Pasta z wędliny z ogórkiem świeżym i papryką 100 g Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek kiszony 30 g	Chleb graham 80 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 połędwica sopocka 50 g Herbata bez cukru 250 ml sałata 15 g	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Twarożek 70 g (7) Ogórek świeży - plasterki 30 g Szynka drobiowa. 50 g
2. śniadanie	Kefir 250 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml	Jabłko 150 g	Kefir 250 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Kefir 250 g (7)
Obiad	Barszcz ukraiński (zupa gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Kasza gryczana (gotowana) 170 g Kompot bez cukru 250 ml Gulasz drobiowy z warzywami (gotowany) 300 g (1, 7, 9)	Zupa szczawiowa gotowana 400 ml (1, 3, 7, 9) Spaghetti razowe 350 g (1, 3) Kompot 250 ml Surówka z kapusty pekińskiej 120 g	Bigos 250 g (1) Zupa pomidorowa z ryżem bez śmietany (gotowana) 400 ml (7, 9) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot 250 ml	Sztuka mięsa duszona w sosie własnym 120 g (1) Zupa pieczarkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot 250 ml Fasolka szparagowa gotowana 110 g (1)	Ziemniaki gotowane 150 g Rosół z makaronem (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Klops z ryby- sos koperkowy (gotowany) 150 g (1, 3, 4, 7) Kompot 250 ml Surówka z warzyw mieszanych 130 g (3, 9, 10)	Zraz siekany w sosie pomidorowym (got.na parze) 150 g (1, 3) Zupa Krupnik gotowany 400 ml (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot 250 ml Sałata z pomidorem i olejem 100 g	Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Klops pieczony w sosie 120 g (1, 3, 7) Kasza gryczana (gotowana) 140 g Kisiel bez cukru 250 ml Surówka z marchwi, selera i jabłka-100g 100 Por (7, 9)
Podwieczorek	Sok pomidorowy M 200 ml	Kefir 250 g (7)	Kanapka z wędliną 50 Por (1, 3)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)	Kanapka z jajkiem i pomidorem 65 Por (1, 3)	Sok pomidorowy M 200 ml
Kolacja	Chleb graham 100 g (1, 3) Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10 g Papryka konserwowa 40 g połędwica sopocka 50 g	Masło roślinne 20g 20 g Szynkowa 50 g pomidor 50 g Chleb graham 75 g (1, 3) Herbata bez cukru 250 ml	Warzywa cukrzycowe kolacja (gotowane) 100 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 20g 20 g Herbata bez cukru 250 ml połędwica drobiowa 50 g Papryka 50 g	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g połędwica sopocka 50 g Kawa zbożowa 250 M 250 ml Ogórek świeży w plasterkach 50 g	Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Pasta z jajek gotowanych ze szczypiorem 100 g (3) Herbata bez cukru 250 ml Papryka 50 g	Ogórek świeży - plasterki 30 g Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Sok pomidorowy M 200 ml Herbata bez cukru 250 ml Szynka konserwowa 50 g	połędwica drobiowa 50 g Herbata bez cukru 250 ml Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Fasolka szparagowa gotowana 110 g (1) pomidor 50 g
Pos. wiecz.	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)

	poniedziałek	wtorek	środa
	2026-09-07	2026-09-08	2026-09-09
	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800
Śniadanie	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Szynka drobiowa. 50 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek kiszony 50 g	południca sopocka 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Pomidor 40 g Twarożek z papryką g (7)	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Szynka konserwowa 50 g Ogórek świeży - plasterki 30 g
2. śniadanie	Sok pomidorowy M 200 ml	Jabłko 150 g	Kefir 250 g (7)
Obiad	Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Kotlet napoleoński 100 g (1, 3) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot 250 ml Surówka Coleslaw 150 g (3, 10)	Pulpet drobiowy w sosie gotowany na parze 120 g (1, 9) Zupa dyniowa krem z zacierką (gotowana) 400 ml (1, 9) Kasza gryczana (gotowana) 140 g Kompot cukrzyca 250 ml Surówka wiosenna z jogurtem 130 g (7, 10)	Surówka z march. i jabłka 100 g (3) Filet kurczaka w sosie pomidorowym 150g 150 g (1, 7) Zupa meksykańska 400 ml (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot bez cukru 250 ml
Podwieczorek	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny M 150 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml
Kolacja	Herbata bez cukru 250 ml Szynka konserwowa 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) sałata 15 g Masło roślinne 10 g Twaróg krojony 70 g (7)	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Paszтетowa drobiowa 60 M 60 g Ogórek kiszony 50 g Herbata bez cukru 250 ml	Ryż brązowy z warzywami i kurczakiem 250 g (9) Herbata bez cukru 250 ml
Pos.wiecz.	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny M 150 g (7)

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.