

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-09-10 do dnia 2026-09-19 KUCHNIA EŁK

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2026-09-10	2026-09-11	2026-09-12	2026-09-13	2026-09-14	2026-09-15	2026-09-16
	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 Herbata z cukrem 250 ml Rzodkiewka M 30 g Pasta z wędliny z ogórkiem świeżym i papryką 100 g	Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 80 g (1) Masło roślinne 10 g Pasta z jaj gotowanych z papr. i szczypiorkiem 100 g (3) Herbata z cukrem 400 ml pomidor 50 g	Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 80 g (1) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml Pomidor 40 g 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 Jabłko 150 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 Twarożek z koperkiem 100 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 Ogórek świeży - plasterki 30 g Rzodkiewka M 30 g	Płatki owsiane 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 Pomidor 40 g
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem (gotowana) 400 ml (1, 3, 7, 9) Leczo z warzywami 250 g (1, 9) Kompot 250 ml Kasza gryczana (gotowana) 140 g	Zupa jarzynowa (gotowana) . 400 ml (1) Kompot 250 ml Śledź pod pierzynką 170 g (4, 7) Sałatka z ogórka kiszzonego 60g	Zupa Krupnik gotowany 400 ml (1, 7, 9) Udko z kurczaka pieczone 120 g Kompot 250 ml Sałatka wiosenna z jogurtem 40 g (7) Ziemniaki gotowane 200 g	Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Pieczeń rzymska w sosie pieczarkowym 150 g (1, 3, 7) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Surówka z pomidora z olejem 100 g	Roladka drobiowa z marchewką gotowana 130 g (1, 7, 9) Zupa królewska 400 ml (1, 7, 9) Kompot 250 ml Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kasza gryczana (gotowana) 200 g	Zupa szczawiowa gotowana 400 ml (1, 3, 7, 9) Bitka wieprzowa gotowana w sosie jarzynowym 130 g (1, 7, 9) 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 170 g Kompot ml Zupa pieczarkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9)
Podwieczorek	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Sok pomidorowy M 200 ml	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Sok pomidorowy M 200 ml
Kolacja	szynka drobiowa 50 g 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 świeży - plasterki 30 g	Twarożek z warzywami 100 g (7) chleb zwykły 80 g (1) Herbata z cukrem 250 ml Kasza jęczmienna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Masło roślinne 10 g Papryka 50 g	chleb zwykły 80 g (1) Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) Herbata z cukrem 250 ml Masło roślinne 5 g 5 g polędwica sopocka 50 g Ogórek świeży - plasterki 30 g	Herbata z cukrem 250 ml chleb zwykły 100 g (1) Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Masło roślinne 10 g Szynekowa 50 g Warzywa cukrzycowe kolacja (gotowane) 100 g pomidor 50 g	sałata 15 g Kawa zbożowa 250 M 250 ml Szynka konserwowa 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) Masło roślinne 10 g Fasolka szparagowa gotowana 110 g (1)	Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Masło roślinne 10 g chleb zwykły 80 g (1) Ogórek świeży - plasterki 30 g polędwica drobiowa 50 g Kawa zbożowa 250 M 250 ml twarożek z koperkiem 40 g (7)
Pos.wiecz.	Serek wiejski 200 g	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g	Salatka jarzynowa z warzyw gotowanych 100 Por (3, 9, 10)	Sok pomidorowy M 200 ml	Serek wiejski 200 g

	czwartek	piątek	sobota
	2026-09-17	2026-09-18	2026-09-19
	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)
Śniadanie	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml polędwica sopocka 50 g Ogórek kiszony 30 g Papryka 50 g	chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Twarożek z rzodkiewką 100 g (7) 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
Obiad	Rosół z makaronem (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Wątróbka z jabłkiem i cebulą smażona 130 g (1) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Buraczki z cebulką 150 g	Zupa krem z ciociorki (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Pulpet z ryby gotowany w sosie greckim 150 g (1, 3, 4, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g Surówka wielowarzywna 130 g (9)	Barszcz ukraiński (zupa gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Zraz mielony drobiowy w sosie na parze 120 g (1, 3, 9) Kompot 250 ml Ryż brązowy gotowany 170 g Marchewka z groszkiem 120g. (gotowana) 120 g (1)
Podwieczorek	Kefir 250 g (7)	Budyń z sokiem owoc. (gotowany) 200 g (7)	Serek waniliowy 140 g
Kolacja	Kawa zbożowa 250 M 250 ml Kasza jaglana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Makaron razowy (gotowany) z wędliną i warzywami 300 g (1, 3)	Paprykarz z ryby 150 g (1, 4, 7, 9) Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Herbata z cukrem 250 ml chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Ogórek świeży - plasterki 30 g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Pomidor 40 g chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 5 g 5 g Herbata z cukrem 250 ml polędwica sopocka 50 g Twaróg krojony 70 g (7)
Pos.wiecz.	Jogurt naturalny 200 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-09-10 do dnia 2026-09-19 KUCHNIA EŁK

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2026-09-10	2026-09-11	2026-09-12	2026-09-13	2026-09-14	2026-09-15	2026-09-16
	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 10 g Herbata z cukrem 250 ml Pasta z wędliny, nat. pietruszki i koper 100 g Pomidor 40 g	Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Pasta z jajka gotowanego 100 g (3) Ogórek świeży - plasterki 30 g	Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 50 g Pomidor 40 g Herbata z cukrem 250 ml sałata 15 g	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 5 g 5 g Herbata z cukrem 250 ml polędwica drobiowa 50 g Ogórek świeży - plasterki 30 g jabłko 100g. 100 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 twarożek z koperkiem 40 g (7)	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) chleb zwykły 80 g (1) Masło roślinne 10 g polędwica drobiowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 80 g (1) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml Pomidor 40 g
2. śniadanie	Jabłko 150 g	Banan 120 g	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)	Salatka owocowa 150 g	Jogurt owocowy 125 g (7)	Jabłko 150 g
Obiad	Pulpet drobiowy w sosie gotowany na parze 120 g (1, 9) Ziemniaki gotowane 150 g Zupa pomidorowa z makaronem (gotowana) 400 ml (1, 3, 7, 9) Kompot 250 ml Marchewka gotowana 150 g (1)	Zupa jarzynowa (gotowana) . 400 ml (1) Pulpet z ryby gotowany w sosie greckim 150 g (1, 3, 4, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g	Zupa Krupnik gotowany 400 ml (1, 7, 9) Udko gotowane 150 g (1, 7) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot 250 ml Salatka wiosenna z jogurtem 40 g (7)	Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Pieczeń rzymska w sosie koperkowym 120 g (1, 3, 7) Kompot 250 ml Surówka z pomidora z olejem 100 g Ziemniaki gotowane 150 g	Roladka drobiowa z marchewką gotowana 130 g (1, 7, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Fasolka szparagowa gotowana 100 g	Zupa grysikowa gotowana 400 g (1, 9) Bitka wieprzowa gotowana w sosie ziołowym 120 g (1, 9) Kompot 250 ml bukiet z warzyw gotowanych 100 g Ziemniaki gotowane 150 g	Ziemniaczana 500 ml (1, 7, 9) Kompot 250 ml Indyk z warzywami (gotowany) 170 g (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 150 g
Podwieczorek	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Sok pomidorowy M 200 ml	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Sok pomidorowy M 200 ml
Kolacja	szynka drobiowa 50 g Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Kawa zbożowa 250 M 250 ml Masło roślinne 10 g Ogórek świeży - plasterki 30 g	chleb zwykły 100 g (1) Herbata z cukrem 250 ml Masło roślinne 10 g Kasza jęczmienna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) pomidor 50 g Twarożek z koperkiem 100 g (7)	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) Herbata z cukrem 250 ml chleb zwykły 100 g (1) polędwica sopocka 50 g Masło roślinne 10 g Ogórek świeży - plasterki 30 g	Herbata z cukrem 250 ml Szynekowa 50 g Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 80 g (1) Masło roślinne 10 g Warzywa cukrzycowe kolacja (gotowane) 100 g pomidor 50 g	Herbata 250 ml Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Szynka konserwowa 50 g sałata 15 g chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g	Herbata 250 ml Parówki na gotowane gorąco z ketchupem 120 g (1) Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) pomidor 50 g chleb zwykły 80 g (1) Masło roślinne 10 g	Masło roślinne 10 g Kawa zbożowa 250 M 250 ml Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb zwykły 80 g (1) Polędwica drobiowa 40 M 40 Por Ogórek świeży - plasterki 30 g twarożek z koperkiem 40 g (7)

	czwartek	piątek	sobota
	2026-09-17	2026-09-18	2026-09-19
	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna
Śniadanie	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb zwykły 100 g (1) Masło roślinne 10 g połudwica sopocka 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 Pomidor 40 g Twarożek z koperkiem 80 Por (7)	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
2. śniadanie	serek homogenizowany 140 g	Kefir 250 g (7)	Sok owocowy 200 ml
Obiad	Rosół z makaronem (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Sztuka mięsa duszona w sosie własnym 120 g (1) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot 250 ml Buraczki z jabłkiem na gorąco 120 g (1, 7)	Zupa ryżowa z zieleciną (zupa gotowana) 400 g (9) Pulpet z ryby gotowany w sosie greckim 150 g (1, 3, 4, 9) Kompot 250 ml Surówka wielowarzywna 150 g (9) Ziemniaki gotowane 200 g	Barszcz czerwony bez śmietany (zupa gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Kompot 250 ml Zraz mielony drobiowy w sosie na parze 120 g (1, 3, 9) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka z groszkiem 120g. (gotowana) 120 g (1)
Podwieczorek	Galaretką z brzoskwiniami 150 g 150 g	Budyń z sokiem owoc. (gotowany) 200 g (7)	Serek waniliowy 140 g
Kolacja	Makaron (gotowany) z wędliną i warzywami 250 g (1, 3) Kasza jaglana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Kawa zbożowa 250 M 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Herbata z cukrem 250 ml Masło roślinne 10 g chleb zwykły 100 g (1) Ogórek świeży - plasterki 30 g Paprykarz z ryby 150 g (1, 4, 7, 9)	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Pomidor 40 g Masło roślinne 10 g chleb zwykły 100 g (1) Herbata z cukrem 250 ml Połudwica miodowa 40 g Twaróg krojony 70 g (7)

Pos. wiecz.	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2026-09-10	2026-09-11	2026-09-12	2026-09-13	2026-09-14	2026-09-15	2026-09-16
	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna
	Serek wiejski 200 g	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g	Salatka jarzynowa z warzyw gotowanych 100 Por (3, 9, 10)	Sok jabłkowy 200 ml	Serek wiejski 200 g

Pos.wiecz.	czwartek	piątek	sobota
	2026-09-17	2026-09-18	2026-09-19
	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna
	Jogurt owocowy 125 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-09-10 do dnia 2026-09-19 KUCHNIA EŁK

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2026-09-10	2026-09-11	2026-09-12	2026-09-13	2026-09-14	2026-09-15	2026-09-16
	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) bulka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Herbata z cukrem 250 ml Pomidor 40 g Pasta z wędliny, nat. pietruszki i koper 100 g	Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) bulka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Herbata z cukrem 250 ml Pasta z jajka gotowanego 100 g (3) Ogórek świeży - plasterki 30 g	Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) bulka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Szynka konserwowa 30 30 g sałata 15 g Herbata z cukrem 250 ml pomidor 50 g	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) bulka 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	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) bulka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Polędwica drobiowa 40 M 40 Por Pomidor 40 g Herbata z cukrem 250 ml Twarożek na słodko 100 g	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 Ogórek świeży - plasterki 30 g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) bulka bagietka 100 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Szynka konserwowa 50 g Pomidor 40 g Herbata z cukrem 250 ml
2. śniadanie	Soczek marchewkowy 330 ml	Banan 120 g	herbatniki 20 g (1, 7)	Mandarynka 80 g	Salatka owocowa 150 g	Gruszka 150 g	Jabłko 150 g
Obiad	Pulpet drobiowy w sosie gotowany na parze 100 g (1, 3, 9) Zupa pomidorowa gotowana z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Fasolka szparagowa gotowana 80 g	Zupa jarzynowa (gotowana) 300 ml (1, 7, 9) Placki z jabłkami i cynamonem 250 g (1, 3, 7) Kompot 250 ml	Zupa Krupnik gotowany 300 ml (1, 9) Udko gotowane 150 g (1, 7) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot 250 ml Brokuły gotowane 100 g	Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Pieczeń rzymska w sosie koperkowym 120 g (1, 3, 7) Kompot 250 ml Buraczki gotowane 120 g (1, 7) Ziemniaki gotowane 150 g	Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Roladka drobiowa z marchewką gotowana 130 g (1, 7, 9) Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Fasolka szparagowa gotowana 80 g	Zupa grysikowa gotowana 400 g (1, 9) Bitka wieprzowa gotowana w sosie ziołowym 120 g (1, 9) Kompot 250 ml Bukiet warzyw gotowanych 80 g (1) Ziemniaki gotowane 150 g	Zupa ziemniaczana gotowana krem 400 ml (1, 7, 9) Kompot 250 ml Naleśniki z serem-290 g 290 g (1, 3, 7)
Podwieczorek	Budyń z sokiem owoc. (gotowany) 200 g (7)	Sok owocowy 200 ml	Chrupki kukurydziane 30 g	Jogurt owocowy 150 g (7)	Serniczek 130 Por (7)	Kisiel z jabłkiem 200 ml	herbatniki 20 g (1, 7)
Kolacja	szynka drobiowa 50 g Ogórek świeży - plasterki 30 g Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) bulka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Herbata z cukrem 250 ml	Twarożek z dżemem . 100 g (7) bulka bagietka 50 g (1) Herbata z cukrem 250 ml masło śmietankowe 10 g (7) Kasza jęczmienna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7)	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) Herbata z cukrem 250 ml bulka bagietka 50 g (1) Polędwica sopocka 40 g masło śmietankowe 10 g (7) Ogórek świeży - plasterki 30 g	Szynkowa 50 g Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Herbata z cukrem 250 ml chleb zwykły 80 g (1) Masło roślinne 10 g Pomidor 40 g	Herbata z cukrem 250 ml Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Makaron z jogurtem i musem jabłkowym 350 350 g (1, 3, 7)	Polędwica sopocka 40 g Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Pomidor 40 g masło śmietankowe 17g 17 g bulka bagietka 50 g (1) Herbata z cukrem 250 ml	bulka bagietka 50 g (1) Herbata z cukrem 250 ml masło śmietankowe 10 g (7) Serdelki na gorąco z ketchupem 120 g Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Ogórek świeży - plasterki 30 g

	czwartek	piątek	sobota
	2026-09-17	2026-09-18	2026-09-19
	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca
Śniadanie	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) bułka bagietka 50 g (1) masło śmietankowe 10 g (7) Polędwica sopocka 40 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) Twarożek z koperkiem 80 Por (7) Herbata z cukrem 250 ml Pomidor 40 g	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
2. śniadanie	serek homogenizowany 140 g	Salatka owocowa 150 g (7)	Sok owocowy 200 ml
Obiad	Sztuka mięsa duszona w sosie własnym 120 g (1) Kompot 250 ml ROSÓŁ Z MAKARONEM (zupa gotowana) 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki gotowane 150 g Buraczki gotowane 120 g (1, 7)	Zupa ryżowa z zieleciną (zupa gotowana) 400 g (9) Kompot 250 ml Łazanki z twarogiem i jabłkiem 250 g (7)	Zraz mielony drobiowy w sosie na parze 120 g (1, 3, 9) Barszcz czerwony bez śmietany 300 300 ml (1, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Kalafior gotowany 100 g
Podwieczorek	Galaretką z brzoskwiniami 150 g 150 g	Budyń z sokiem owoc. (gotowany) 200 g (7)	Serek waniliowy 140 g
Kolacja	bułka bagietka 50 g (1) Herbata z cukrem 250 ml Kasza jaglana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) masło śmietankowe 10 g (7) polędwica drobiowa 50 g pomidor 50 g	Naleśniki z dżemem M 180 180 g (1, 3, 7) Herbata z cukrem 250 ml 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 Twaróg krojony 40 g (7)

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2026-09-10	2026-09-11	2026-09-12	2026-09-13	2026-09-14	2026-09-15	2026-09-16
	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca
Pos. wiecz.	Jogurt owocowy 150 g (7)	serek homogenizowany 140 g	Jogurt owocowy 150 g (7)	Soczek marchewkowy 330 ml	Serek waniliowy 140 g	Sok jabłkowy 200 ml	Sok owocowy 200 ml

Pos.wiecz.	czwartek	piątek	sobota
	2026-09-17	2026-09-18	2026-09-19
	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca
	Jogurt owocowy 125 g (7)	Soczek marchewkowy 330 ml	Jogurt owocowy 150 g (7)

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-09-10 do dnia 2026-09-19 KUCHNIA EŁK

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2026-09-10	2026-09-11	2026-09-12	2026-09-13	2026-09-14	2026-09-15	2026-09-16
	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 Herbata z cukrem 250 ml Rzodkiewka M 30 g Pasta z wędliny z ogórkiem świeżym i papryką 100 g	Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 50 g Pomidor 40 g Herbata z cukrem 250 ml Pasta z jaj gotowanych z papr. i szczypiorkiem 100 g (3) Herbata bez cukru 250 ml pomidor 50 g	Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 50 g Pomidor 40 g Herbata z cukrem 250 ml sałata 15 g	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 10 g połędwica drobiowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g Jabłko 150 g	Płatki jęczmieniane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g pomidor 50 g połędwica drobiowa 50 g Herbata 250 ml Twarożek z koperkiem 100 g (7)	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g połędwica drobiowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g Rzodkiewka M 30 g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Szynka konserwowa 50 g Pomidor 40 g
2. śniadanie	Jabłko 150 g	Jogurt naturalny M 150 g (7)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny M 150 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml	Kefir 250 g (7)	Jabłko 150 g
Obiad	Leczo z warzywami 250 g (1, 9) Zupa pomidorowa z makaronem (gotowana) 400 ml (1, 3, 7, 9) Kompot 250 ml Kasza gryczana (gotowana) 140 g	Zupa jarzynowa (gotowana) . 400 ml (1) Śledź pod pierzynką 170 g (4, 7) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z ogórka kiszzonego 60 50 Por	Zupa Krupnik gotowany 400 ml (1, 7, 9) Udko z kurczaka pieczone 120 g Ziemniaki gotowane 150 g Kompot 250 ml Sałatka wiosenna z jogurtem 40 g (7)	Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Pieczeń rzymska w sosie pieczarkowym 150 g (1, 3, 7) Kompot bez cukru 250 ml Surówka z pomidora z olejem 100 g Ziemniaki gotowane 150 g	Kompot 250 ml Zupa królewska 400 ml (1, 7, 9) Roladka drobiowa z marchewką gotowana 130 g (1, 7, 9) Kasza gryczana (gotowana) 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g	Zupa szczawiowa gotowana 400 ml (1, 3, 7, 9) Bitka wieprzowa gotowana w sosie jarzynowym 130 g (1, 7, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Surówka z kapusty kolorowej 100 Por (10)	Zupa pieczarkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Indyk z warzywami (gotowany) 170 g (1, 7, 9) Kompot 250 ml Ryż brązowy gotowany 170 g
Kolacja	szynka drobiowa 50 g Ogórek świeży - plasterki 30 g Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Masło roślinne 10 g Chleb graham 100 g (1, 3) Kawa zbożowa 250 M 250 ml	Papryka 50 g Herbata bez cukru 250 ml Chleb graham 100 g (1, 3) Kasza jęczmienna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Masło roślinne 10 g Twarożek z warzywami 100 g (7)	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g połędwica sopocka 50 g Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml (1, 3, 7) Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Herbata z cukrem 250 ml Szynekowa 50 g Warzywa cukrzykowe kolacja (gotowane) 100 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g pomidor 50 g	sałata 15 g Chleb graham 75 g (1, 3) Herbata 250 ml Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 50 g Papryka konserwowa 40 g	pomidor 50 g Herbata 250 ml połędwica sopocka 50 g Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Masło roślinne 10 g Chleb graham 75 g (1, 3) Fasolka szparagowa gotowana 110 g (1)	Chleb graham 100 g (1, 3) Kawa zbożowa 250 M 250 ml Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Masło roślinne 10 g połędwica drobiowa 50 g Ogórek świeży - plasterki 30 g twarożek z koperkiem 40 g (7)
Pos. wiecz.	Serek wiejski 200 g	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g	Sałatka jarzynowa z warzyw gotowanych 100 Por (3, 9, 10)	Sok pomidorowy M 200 ml	Serek wiejski 200 g

	czwartek	piątek	sobota
	2026-09-17	2026-09-18	2026-09-19
	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł
Śniadanie	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata 250 ml polędwica sopocka 50 g Ogórek kiszony 30 g Papryka 50 g	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Pomidor 40 g Twarożek z rzodkiewką 100 g (7)	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
2. śniadanie	Sok pomidorowy M 200 ml	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g
Obiad	Rosół z makaronem (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Sztuka mięsa duszona w sosie własnym 120 g (1) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Buraczki z jabłkiem na gorąco 120 g (1, 7)	Zupa krem z ciociorki (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Pulpet z ryby gotowany w sosie greckim 150 g (1, 3, 4, 9) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g Surówka wielowarzywna 130 g (9)	Marchewka z groszkiem 120g. (gotowana) 120 g (1) Ryż brązowy gotowany 170 g Zraz mielony drobiowy w sosie na parze 120 g (1, 3, 9) Barszcz ukraiński (zupa gotowana) 400 ml (1, 7, 9)
Kolacja	Kawa zbożowa 250 M 250 ml Kasza jaglana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Makaron razowy (gotowany) z wędliną i warzywami 300 g (1, 3)	Chleb graham 100 g (1, 3) Herbata z cukrem 250 ml Masło roślinne 20g 20 g Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Ogórek świeży - plasterki 30 g Paprykarz z ryby 150 g (1, 4, 7, 9)	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Chleb graham 100 g (1, 3) pomidor 50 g Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml polędwica sopocka 50 g Twaróg krojony 70 g (7)
Pos. wiecz.	Jogurt naturalny 200 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-09-10 do dnia 2026-09-19 KUCHNIA EŁK

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2026-09-10	2026-09-11	2026-09-12	2026-09-13	2026-09-14	2026-09-15	2026-09-16
	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500
Śniadanie	Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Rzodkiewka M 30 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 pomidor 50 g Pasta z jaj gotowanych z papr. i szczypiorkiem 100 g (3)	Szynka konserwowa 50 g Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Pomidor 40 g sałata 15 g	Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 10 g połędwica drobiowa 50 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g jabłko 100g. 100 g	połędwica drobiowa 50 g Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml twarożek z koperkiem 40 g (7)	połędwica drobiowa 50 g Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g Rzodkiewka M 30 g	Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Szynka konserwowa 50 g Pomidor 40 g
2. śniadanie	Jabłko 150 g	Jogurt naturalny M 150 g (7)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny M 150 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml	Kefir 250 g (7)	Jabłko 150 g
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem (gotowana) 400 ml (1, 3, 7, 9) Leczo z warzywami 250 g (1, 9) Kasza gryczana (gotowana) 140 g Kompot 250 ml	Śledź pod pierzynką 170 g (4, 7) Zupa jarzynowa bez smietany (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot bez cukru 250 ml Sałatka z ogórka kiszzonego 60g	Udko z kurczaka pieczone 100 g Zupa Krupnik gotowany 400 ml (1, 7, 9) Kompot bez cukru 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Sałatka wiosenna z jogurtem 40 g (7)	Pieczeń rzymska w sosie pieczarkowym 150 g (1, 3, 7) Surówka z pomidora z olejem 100 g Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot bez cukru 250 ml	Zupa królewska 400 ml (1, 7, 9) Kompot bez cukru 250 ml Fasolka szparagowa gotowana 110 g (1) Kasza gryczana (gotowana) 200 g Roladka drobiowa z marchewką gotowana 130 g (1, 7, 9)	Zupa szczawiowa gotowana 400 ml (1, 3, 7, 9) Bitka wieprzowa gotowana w sosie jarzynowym 130 g (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 100 g Kompot 250 ml Surówka z kapusty kolorowej 100 Por (10)	Zupa pieczarkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Indyk z warzywami (gotowany) 170 g (1, 7, 9) Ryż brązowy gotowany 150 g Kompot 250 ml
Kolacja	szynka drobiowa 50 g Ogórek świeży - plasterki 30 g Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Kawa zbożowa 250 M 250 ml	Twarożek z warzywami 100 g (7) Papryka 50 g Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10 g Chleb graham 75 g (1, 3)	Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 10 g połędwica sopocka 50 g Ogórek świeży - plasterki 30 g Herbata bez cukru 250 ml	Chleb graham 75 g (1, 3) Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10 g Szynekowa 50 g Warzywa cukrzycowe kolacja (gotowane) 100 g pomidor 50 g	sałata 15 g Chleb graham 100 g (1, 3) Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10 g Papryka konserwowa 40 g Szynka konserwowa 50 g	połędwica sopocka 50 g Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10 g Chleb graham 80 g (1, 3) pomidor 50 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g	Kawa zbożowa 250 M 250 ml Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Połędwica drobiowa 40 M 40 Por Ogórek świeży - plasterki 30 g twarożek z koperkiem 40 g (7)
Pos. wiecz.	Serek wiejski 200 g	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g	Sałatka jarzynowa z warzyw gotowanych 100 Por (3, 9, 10)	Sok pomidorowy M 200 ml	Serek wiejski 200 g

	czwartek	piątek	sobota
	2026-09-17	2026-09-18	2026-09-19
	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500
Śniadanie	połudwica sopocka 50 g Chleb graham 75 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek kiszony 30 g Papryka 50 g	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Pomidor 40 g Twarożek z rzodkiewką 100 g (7)	Szynka konserwowa 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 5 g 5 g Herbata bez cukru 250 ml sałata 15 g Papryka konserwowa 40 g
2. śniadanie	Sok pomidorowy M 200 ml	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g
Obiad	Rosół z makaronem (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Sztuka mięsa duszona w sosie własnym 120 g (1) Ziemniaki gotowane 100 g Kompot 250 ml Buraczki z jabłkiem na gorąco 120 g (1, 7)	Pulpet z ryby gotowany w sosie greckim 150 g (1, 3, 4, 9) Ziemniaki gotowane 150 g Zupa krem z ciecior (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Kompot 250 ml Surówka wielowarzywna 130 g (9)	Barszcz ukraiński (zupa gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Marchewka z groszkiem 120g. (gotowana) 120 g (1) Zraz mielony drobiowy w sosie na parze 120 g (1, 3, 9) Ryż brązowy gotowany 150 g Kompot 250 ml
Kolacja	Herbata bez cukru 250 ml Makaron razowy (gotowany) z wędliną i warzywami 300 g (1, 3)	Chleb graham 75 g (1, 3) Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10 g Paprykarz z ryby 150 g (1, 4, 7, 9) Ogórek świeży - plasterki 30 g	Pomidor 40 g Herbata bez cukru 250 ml połudwica drobiowa 50 g Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Twaróg krojony 70 g (7)
Pos. wiecz.	Jogurt naturalny 200 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-09-10 do dnia 2026-09-19 KUCHNIA EŁK

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2026-09-10	2026-09-11	2026-09-12	2026-09-13	2026-09-14	2026-09-15	2026-09-16
	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 Rzodkiewka M 30 g 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 pomidor 50 g Pasta z jaj gotowanych z papr.i szczypiorkiem 100 g (3)	Szynka konserwowa 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Pomidor 40 g sałata 15 g	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml połędwica drobiowa 50 g Ogórek świeży - plasterki 30 g jabłko 100g. 100 g	połędwica drobiowa 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Pomidor 40 g Twarożek z koperkiem 100 g (7)	połędwica drobiowa 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g Rzodkiewka M 30 g	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Szynka konserwowa 40 g Pomidor 40 g
2. śniadanie	Jabłko 150 g	Jogurt naturalny M 150 g (7)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny M 150 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml	Kefir 250 g (7)	Jabłko 150 g
Obiad	Kasza gryczana (gotowana) 170 g Zupa pomidorowa z makaronem (gotowana) 400 ml (1, 3, 7, 9) Leczo z warzywami 250 g (1, 9) Kompot 250 ml	Śledź pod pierzynką 170 g (4, 7) Zupa jarzynowa bez smietany (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z ogórka kiszzonego 60g	Udko z kurczaka pieczone 120 g Ziemniaki gotowane 150 g Kompot bez cukru 250 ml Zupa Krupnik gotowany 400 ml (1, 7, 9) Sałatka wiosenna z jogurtem 40 g (7)	Surówka z pomidora z olejem 100 g Pieczeń rzymska w sosie pieczarkowym 150 g (1, 3, 7) Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot bez cukru 250 ml	Zupa królewska 400 ml (1, 7, 9) Kasza gryczana (gotowana) 200 g Kompot bez cukru 250 ml Roladka drobiowa z marchewką gotowana 130 g (1, 7, 9) Fasolka szparagowa gotowana 110 g (1)	Zupa szczawiowa gotowana 400 ml (1, 3, 7, 9) Bitka wieprzowa gotowana w sosie jarzynowym 130 g (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot 250 ml Surówka z kapusty kolorowej 100 Por (10)	Indyk z warzywami (gotowany) 170 g (1, 7, 9) Zupa pieczarkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Ryż brązowy gotowany 170 g Kompot 250 ml
Podwieczorek	kefir 180 g (7)	Serek wiejski 200 g	Sok pomidorowy M 200 ml	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml
Kolacja	szynka drobiowa 50 g Ogórek świeży - plasterki 30 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Kawa zbożowa 250 M 250 ml	Twarożek z warzywami 100 g (7) Chleb graham 100 g (1, 3) Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10 g	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g połędwica sopocka 50 g Ogórek świeży - plasterki 30 g Herbata bez cukru 250 ml	Szynkowa 50 g Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10 g Warzywa cukrzycowe kolacja (gotowane) 100 g Chleb graham 100 g (1, 3) pomidor 50 g	sałata 15 g Chleb graham 100 g (1, 3) Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10 g Papryka konserwowa 40 g Szynka konserwowa 50 g	Masło roślinne 20g 20 g połędwica sopocka 50 g pomidor 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Herbata bez cukru 250 ml Fasolka szparagowa gotowana 110 g (1)	Ogórek świeży - plasterki 30 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Kawa zbożowa 250 M 250 ml Połędwica drobiowa 40 M 40 Por twarożek z koperkiem 40 g (7)
Pos.wiecz.	Serek wiejski 200 g	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g	Sałatka jarzynowa z warzyw gotowanych 100 Por (3, 9, 10)	Sok pomidorowy M 200 ml	Serek wiejski 200 g

	czwartek	piątek	sobota
	2026-09-17	2026-09-18	2026-09-19
	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800
Śniadanie	południca sopocka 50 g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek kiszony 30 g Papryka 50 g	Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml Pomidor 40 g Twarożek z rzodkiewką 100 g (7)	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
2. śniadanie	Sok pomidorowy M 200 ml	Kefir 250 g (7)	Serek wiejski 200 g
Obiad	Sztuka mięsa duszona w sosie własnym 120 g (1) Rosół z makaronem (zupa gotowana) 400 ml (1, 3, 9) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot 250 ml Buraczki z jabłkiem na gorąco 120 g (1, 7)	Zupa krem z ciecioriki (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot 250 ml Pulpet z ryby gotowany w sosie greckim 150 g (1, 3, 4, 9) Surówka wielowarzywna 130 g (9)	Marchewka z groszkiem 120g. (gotowana) 120 g (1) Barszcz ukraiński (zupa gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Zraz mielony drobiowy w sosie na parze 120 g (1, 3, 9) Ryż brązowy gotowany 170 g Kompot 250 ml
Podwieczorek	Kefir 250 g (7)	Jogurt naturalny 200 g (7)	Kanapka z wędliną 50 Por (1, 3)
Kolacja	Kawa zbożowa 250 M 250 ml Makaron razowy (gotowany) z wędliną i warzywami 300 g (1, 3)	Chleb graham 100 g (1, 3) Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10 g Paprykarz z ryby 150 g (1, 4, 7, 9) Ogórek świeży - plasterki 30 g	Pomidor 40 g południca sopocka 50 g Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10 g Chleb graham 100 g (1, 3) Twaróg krojony 70 g (7)
Pos.wiecz.	Jogurt naturalny 200 g (7)	Sok pomidorowy M 200 ml	Jogurt naturalny 200 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.