

na dzień: 2026-10-04
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Śniadanie:	Ryż na mleku (zupa gotowana) (7), chleb zwykły (1), Masło roślinne , polędwica drobiowa , Herbata z cukrem , Twarożek z ziołami (7), sałata ,
Obiad:	Zupa Krupnik gotowany (1, 7, 9), Bitka schabowa w sosie własnym (1, 9), Kisiel z cukrem , Ziemniaki gotowane , Surówka z kapusty pekińskiej ,
Podwieczorek:	serek homogenizowany ,
Kolacja:	Ogórek świeży - plasterki , Herbata z cukrem , chleb zwykły (1), Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) (7), Masło roślinne , polędwica sopocka ,
Posiłek nocny:	Jogurt naturalny (7),

[illegible]

Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca
na dzień: 2026-10-04
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

- Śniadanie:** Ryż na mleku (zupa gotowana) (7), bułka bagietka (1), masło śmietankowe (7),
polędwica drobiowa , Herbata z cukrem , sałata , Twarożek na słodko ,
- 2. śniadanie:** Serek waniliowy ,
- Obiad:** Bitka schabowa w sosie własnym (1, 9), Zupa Krupnik gotowany (1, 9), Kisiel z cukrem ,
Ziemniaki gotowane , Marchewka gotowana (1),
- Podwieczorek:** serek homogenizowany ,
- Kolacja:** pomidor , Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) (7), polędwica sopocka , bułka
bagietka (1), masło śmietankowe (7), Herbata z cukrem ,
- Posiłek nocny:** Sok owocowy ,

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

Lp	Opis	Wartość energetyczna[kcal]	Białko ogółem	Tłuszcz	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem	Węglowodany ogółem	Błonnik pokarmowy	Sól
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	580,10	30,70	19,20	7,80	0,00	72,50	1,60
2	2. śniadanie	145,00	9,00	6,00	0,00	0,00	14,00	0,00
3	Obiad	886,40	48,60	19,20	6,00	0,00	139,20	17,60
4	Podwieczor	145,00	9,00	6,00	0,00	0,00	14,00	0,00
5	Kolacja	461,90	22,80	14,80	8,50	0,00	60,10	2,70
6	Posiłek	82,00	0,20	0,20	0,00	0,00	20,00	0,00
7	Cały dzień	2300,50	120,20	65,30	22,30	0,00	319,80	21,90

Jadłospis dla diety: łatwostrawna
na dzień: 2026-10-04
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

- Śniadanie:** Ryż na mleku (zupa gotowana) (7), chleb zwykły (1), Masło roślinne , Herbata z cukrem , polędwica drobiowa , sałata , Twarożek z ziołami (7),
- 2. śniadanie:** Jabłko ,
- Obiad:** Bitka schabowa w sosie własnym (1, 9), Ziemniaki gotowane , Zupa Krupnik gotowany (1, 7, 9), Kisiel z cukrem , Surówka z kapusty pekińskiej ,
- Podwieczorek:** serek homogenizowany ,
- Kolacja:** Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) (7), Chleb zwykły (1), polędwica sopocka , Herbata z cukrem , Masło roślinne , Ogórek świeży - plasterki ,
- Posiłek nocny:** Jogurt naturalny (7),

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

Lp	Opis	Wartość energetyczna[kcal]	Białko ogółem	Tłuszcz	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem	Węglowodany ogółem	Błonnik pokarmowy	Sól
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	581,00	34,20	11,10	4,30	0,00	88,60	4,90
2	2. śniadanie	75,00	0,60	0,60	0,10	0,00	18,10	3,00
3	Obiad	870,50	46,60	19,00	5,10	0,00	136,70	16,30
4	Podwieczor	145,00	9,00	6,00	0,00	0,00	14,00	0,00
5	Kolacja	543,40	24,50	12,00	4,60	0,00	86,30	5,50
6	Posiłek	72,00	4,30	2,00	1,20	0,00	9,20	0,00
7	Cały dzień	2286,90	119,20	50,70	15,20	0,00	352,90	29,70

Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bogatobiałkowa
na dzień: 2026-10-04
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

- Śniadanie:** zupa płynna b/ml + mięso (1, 3, 9), chleb zwykły (1), masło śmietankowe (7), Polędwica drobiowa 40 M , Herbata z cukrem , sałata ,
- 2. śniadanie:** Serek waniliowy ,
- Obiad:** Bitka schabowa w sosie własnym (1, 9), Ziemniaki gotowane , Surówka wiosenna z jogurtem (7, 10), Zupa Krupnik gotowany (1, 7, 9), Kisiel z cukrem ,
- Podwieczorek:** Serek wiejski ,
- Kolacja:** masło śmietankowe (7), polędwica sopocka , zupa płynna b/ml + mięso (1, 3, 9), chleb zwykły (1), Herbata z cukrem , Ogórek świeży - plasterki ,
- Posiłek nocny:** Jogurt naturalny (7),

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

Lp	Opis	Wartość energetyczna[kcal]	Białko ogółem	Tłuszcz	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem	Węglowodany ogółem	Błonnik pokarmowy	Sól
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	868,70	42,60	27,10	8,50	0,00	118,80	10,50
2	2. śniadanie	145,00	9,00	6,00	0,00	0,00	14,00	0,00
3	Obiad	917,50	51,70	16,10	6,00	0,00	149,60	15,30
4	Podwieczor	97,00	0,00	1,70	3,30	0,00	2,00	0,00
5	Kolacja	896,20	45,30	28,60	9,10	0,00	119,60	10,50
6	Posiłek	72,00	4,30	2,00	1,20	0,00	9,20	0,00
7	Cały dzień	2996,40	152,90	81,40	28,10	0,00	413,20	36,30

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 - *Mięczaki i pochodne,*

