

DIETA PODSTAWOWA							
Data	11.02.2026	12.02.2026	13.02.2026	14.02.2026	15.02.2026	16.02.2026	17.02.2026
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie/II śniadanie	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 30g (7) Paszтет 50g (1a,d,3,7,9,10) Rzodkiewka 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Mus owocowy 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,6,7,10,12) Jajko gotowane 50g (3) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko suszone 17g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Twarożek 50g (7) Dżem 25g Pomidor 70g Herbata bez cukru 250ml Baton 40g (1a,3,5,7,8,11)	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Połudwica drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 40g (7) Dżem 25g Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Smoothie 330g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Parówka z szynki o zaw. 80% mięsa 100g (1a,3,7,9,10) Twarożek 50g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka 40g (1a,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 1szt
Obiad/Podwieczorek	Krupnik 350ml (1c,9) Ziemniaki 200g Gulasz wieprzowy 150g (1a,9) Surówka z ogórka kiszzonego 150g Woda z cytryną 200ml Jogurt owocowy 100g (7)	Zupa z fasolki szparagowej 350ml (1a,7,9) Pierogi ruskie 250g (1a,3) Surówka z kapusty 150g Woda z cytryną 200ml Pączek 100g (1a,3,7)	Barszcz czerwony 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Kotlet rybny 100g (1a,3,4) Surówka z kapusty kiszzonej 150g Woda z cytryną 200ml Smoothie 330g	Zupa selerowa 350ml (1a,7,9) Makaron z sosem owocowym 350g (1a) Woda z cytryną 200ml Sok owocowy warzywny 300ml	Rosół z makaronem 350ml (1a,3,9) Kasza gryczana 200g Sztuka mięsa w sosie 150g (1a,9) Surówka z marchewki i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Mus owocowy 1szt	Zupa kalafiorowa 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet mięsno-ryżowy w sosie pomidorowym 150g (1a,3,9) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Sok pomidorowy 300ml	Barszcz biały 350ml (1a,7,9) Ryż 200g Kurczak gotowany w sosie 150g (1a,9) Surówka z marchewki jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g (7)
Kolacja	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z wędliny 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,6,7,10,12) Serek kanapkowy 17g (7) Rzodkiewka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z jaj 50g (3,10) Papryka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 70g (1a,d,6,7,10,12) Serek kanapkowy 17g (7) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 70g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Twarożek 70g (7) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 2100kcal; B: 74g; T: 87g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 246g w tym cukry: 14g; Bł: 17g; Sól: 4g	E: 2181kcal; B: 72g; T: 82g; Kw. tł. nas.: 32g; W: 230g w tym cukry: 16g; Bł: 16g; Sól: 4g	E: 2304kcal; B: 84g; T: 74g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 306g w tym cukry: 34g; Bł: 25g; Sól: 4g	E: 2127kcal; B: 84g; T: 61g; Kw. tł. nas.: 20g; W: 251g w tym cukry: 37g; Bł: 23g; Sól: 4g	E: 2193kcal; B: 73g; T: 76g; Kw. tł. nas.: 27g; W: 240g w tym cukry: 31g; Bł: 26g; Sól: 5g	E: 2000kcal; B: 60g; T: 77g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 241g w tym cukry: 19g; Bł: 22g; Sól: 4g	E: 2399kcal; B: 92g; T: 89g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 296g w tym cukry: 26g; Bł: 24g; Sól: 4g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA PODSTAWOWA							
Data	18.02.2026	19.02.2026	20.02.2026	21.02.2026	22.02.2026	23.02.2026	24.02.2026
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie/II śniadanie	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 30g (7) Dżem 50g Papryka 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko 1szt Chrupki kukurydziane 20g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,6,7,10,12) Pasta z jaj 50g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko suszone 17g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Twaróg w kawałku 50g (7) Miód 25g Pomidor 70g Herbata bez cukru 250ml Baton 40g (1a,3,5,7,8,11)	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Połędwica drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 40g (7) Dżem 25 Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Smoothie 330g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Twarożek 50g (7) Dżem 25g Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Parówka z szynki o zaw. 80% mięsa 100g (1a,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 1szt
Obiad/Podwieczorek	Zupa brokułowa 350ml (1c,7,9) Ziemniaki 200g Śledź w śmietanie 250g (4,7) Woda z cytryną 200ml Jogurt owocowy 100g (7)	Zupa jarzynowa 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Gołąbek w sosie pomidorowym 250g (1a,3,9) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Bułka drożdżowa 100g (1a,3,7)	Barszcz czerwony 350ml (1a,7,9) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą 250g (1a, 3,7) Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Smoothie 330g	Zupa selerowa 350ml (1a,7,9) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym 350g (7) Woda z cytryną 200ml Sok owocowy warzywny 300ml	Rosół z makaronem 350ml (1a,3,9) Ziemniaki 200g Gulasz drobiowy 150g (1a,9) Surówka z marchewki i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Mus owocowy 1szt	Krupnik 350ml (1a,7,9) Makaron spaghetti z sosem bolognese 350g (1a,9) Woda z cytryną 200ml Sok pomidorowy 300ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Kotlet mielony 80g (1a,3) Surówka z ogórka kiszzonego 150g Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g (7)
Kolacja	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z wędliny 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,6,7,10,12) Serek kanapkowy 17g (7) Rzodkiewka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Sałatka jarzynowa 150g (3,9,10) Papryka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z jaj i wędliny z zieleniną 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Paszтет 70g (1a,d,6,7,10,12) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 70g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70g (1a,d,6,7,10,12) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 1910kcal; B: 67g; T: 87g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 132g w tym cukry: 32g; Bł: 15g; Sól: 4g	E: 2183kcal; B: 66g; T: 87g; Kw. tł. nas.: 26g; W: 276g w tym cukry: 16g; Bł: 16g; Sól: 5g	E: 2304kcal; B: 84g; T: 74g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 306g w tym cukry: 34g; Bł: 25g; Sól: 4g	E: 2127kcal; B: 84g; T: 61g; Kw. tł. nas.: 20g; W: 251g w tym cukry: 37g; Bł: 23g; Sól: 4g	E: 2193kcal; B: 73g; T: 76g; Kw. tł. nas.: 27g; W: 240g w tym cukry: 31g; Bł: 26g; Sól: 5g	E: 2000kcal; B: 60g; T: 77g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 241g w tym cukry: 19g; Bł: 22g; Sól: 4g	E: 2399kcal; B: 92g; T: 89g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 296g w tym cukry: 26g; Bł: 24g; Sól: 4g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA PODSTAWOWA – ODDZIAŁ DZIECIĘCY							
Data	11.02.2026	12.02.2026	13.02.2026	14.02.2026	15.02.2026	16.02.2026	17.02.2026
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie/II śniadanie	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 30g (7) Paszтет 50g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Mus owocowy 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,6,7,10,12) Jajko gotowane 50g (3) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko suszone 17g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Twarożek 50g (7) Dżem 25g Pomidor 70g Herbata bez cukru 250ml Baton 40g (1a,3,5,7,8,11)	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Polędwica drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 40g (7) Dżem 25g Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Smoothie 330g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Parówka z szynki o zaw. 80% mięsa 100g (1a,3,7,9,10) Twarożek 50g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 150g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka 40g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 1szt
Obiad/Podwieczorek	Krupnik 350ml (1c,9) Ziemniaki 200g Gulasz wieprzowy 150g (1a,9) Surówka z warzyw i jabłka 150 (9) Woda z cytryną 200ml Jogurt owocowy 100g (7)	Zupa z fasolki szparagowej 350ml (1a,7,9) Pierogi ruskie 250g (1a,3) Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Pączek 100g (1a,3,7)	Barszcz czerwony 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet rybny gotowany w sosie 150g (1a,3,4) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Smoothie 330g	Zupa selerowa 350ml (1a,7,9) Makaron z sosem owocowym 350g (1a) Woda z cytryną 200ml Galaretka owocowa 250g	Rosół z makaronem 350ml (1a,3,9) Kasza gryczana 200g Sztuka mięsa w sosie 150g (1a,9) Surówka z marchewki i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Kisiel 200g	Zupa kalafiorowa 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet mięsno-ryżowy w sosie pomidorowym 150g (1a,3,9) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Budyń 250g (7)	Barszcz biały 350ml (1a,7,9) Ryż 200g Kurczak gotowany w sosie 150g (1a,9) Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g (7)
Kolacja	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z wędliny 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,6,7,10,12) Serek kanapkowy 17g (7) Rzodkiewka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z jaj 50g (3,10) Papryka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 70g (1a,d,6,7,10,12) Serek kanapkowy 17g (7) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 70g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Twarożek 70g (7) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 2100kcal; B: 74g; T: 87g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 246g w tym cukry: 14g; Bł: 17g; Sól: 4g	E: 2181kcal; B: 72g; T: 82g; Kw. tł. nas.: 32g; W: 230g w tym cukry: 16g; Bł: 16g; Sól: 4g	E: 2304kcal; B: 84g; T: 74g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 306g w tym cukry: 34g; Bł: 25g; Sól: 4g	E: 2127kcal; B: 84g; T: 61g; Kw. tł. nas.: 20g; W: 251g w tym cukry: 37g; Bł: 23g; Sól: 4g	E: 2193kcal; B: 73g; T: 76g; Kw. tł. nas.: 27g; W: 240g w tym cukry: 31g; Bł: 26g; Sól: 5g	E: 2000kcal; B: 60g; T: 77g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 241g w tym cukry: 19g; Bł: 22g; Sól: 4g	E: 2399kcal; B: 92g; T: 89g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 296g w tym cukry: 26g; Bł: 24g; Sól: 4g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA PODSTAWOWA – ODDZIAŁ DZIECIĘCY							
Data	18.02.2026	19.02.2026	20.02.2026	21.02.2026	22.02.2026	23.02.2026	24.02.2026
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie/II śniadanie	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 30g (7) Dżem 50g Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko 1szt Chrupki kukurydziane 20g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,6,7,10,12) Pasta z jaj 50g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko suszone 17g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Twaróg w kawałku 50g (7) Miód 25g Pomidor 70g Herbata bez cukru 250ml Baton 40g (1a,3,5,7,8,11)	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Połędwica drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 40g (7) Szynka 40g (1a,3,7,9,10) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Smoothie 330g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Twarożek 50g (7) Dżem 25g Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 150g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Parówka z szynki o zaw. 80% mięsa 100g (1a,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 1szt
Obiad/Podwieczorek	Zupa brokułowa 350ml (1c,7,9) Makaron z twarogiem i sosem waniliowym 350g (1a,7) Woda z cytryną 200ml Jogurt owocowy 100g (7)	Zupa jarzynowa 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet w sosie pomidorowym 150g (1a,3,9) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Bułka drożdżowa 100g (1a,3,7)	Barszcz czerwony 350ml (1a,7,9) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą 250g (1a, 3,7) Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Smoothie 330g	Zupa selerowa 350ml (1a,7,9) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym 350g (7) Woda z cytryną 200ml Galaretka owocowa 250g	Rosół z makaronem 350ml (1a,3,9) Ziemniaki 200g Gulasz drobiowy 150g (1a,9) Surówka z marchewki i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Kisiel 200g	Krupnik 350ml (1a,7,9) Makaron spaghetti z sosem bolognese 350g (1a,9) Woda z cytryną 200ml Budyń 250g (7)	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet gotowany w sosie 150g (1a,3,9) Fasolka szparagowa gotowana 150g Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g (7)
Kolacja	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z wędliny 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,6,7,10,12) Serek kanapkowy 17g (7) Rzodkiewka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Sałatka jarzynowa 150g (3,9,10) Papryka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z jaj i wędliny z zieleniną 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 70g (1a,d,6,7,10,12) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Pasta z kurczaka i warzywo 70g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70g (1a,d,6,7,10,12) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 1910kcal; B: 67g; T: 87g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 132g w tym cukry: 32g; Bł: 15g; Sól: 4g	E: 2183kcal; B: 66g; T: 87g; Kw. tł. nas.: 26g; W: 276g w tym cukry: 16g; Bł: 16g; Sól: 5g	E: 2304kcal; B: 84g; T: 74g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 306g w tym cukry: 34g; Bł: 25g; Sól: 4g	E: 2127kcal; B: 84g; T: 61g; Kw. tł. nas.: 20g; W: 251g w tym cukry: 37g; Bł: 23g; Sól: 4g	E: 2193kcal; B: 73g; T: 76g; Kw. tł. nas.: 27g; W: 240g w tym cukry: 31g; Bł: 26g; Sól: 5g	E: 2000kcal; B: 60g; T: 77g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 241g w tym cukry: 19g; Bł: 22g; Sól: 4g	E: 2399kcal; B: 92g; T: 89g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 296g w tym cukry: 26g; Bł: 24g; Sól: 4g

DIETA PODSTAWOWA – ODDZIAŁ PSYCHIATRYCZNY							
Data	11.02.2026	12.02.2026	13.02.2026	14.02.2026	15.02.2026	16.02.2026	17.02.2026
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie/II śniadanie	<p>Kasza manna na mleku 350g (1a, 7) Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 30g (7) Paszтет 50g (1a,d,3,7,9,10) Rzodkiewka 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml</p> <p>Mus owocowy 1szt</p>	<p>Płatki ryżowe na mleku 350g (7) Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,6,7,10,12) Jajko gotowane 50g (3) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml</p> <p>Jabłko suszone 17g</p>	<p>Zacierka na mleku 350g (1,3,7) Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Twarożek 50g (7) Dżem 25g Pomidor 70g Herbata bez cukru 250ml</p> <p>Baton 40g (1a,3,5,7,8,11)</p>	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Połędwica drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml</p> <p>Jogurt naturalny 150g (7) Jabłko 1szt</p>	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 40g (7) Dżem 25g Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml</p> <p>Smoothie 330g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 350g (1,3,7) Pieczywo mieszane 100g 1a,b) Masło 20g (7) Parówka z szynki o zaw. 80% mięsa 100g (1a,3,7,9,10) Twarożek 50g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa z mlekiem 250ml (7)</p> <p>Jabłko 1szt</p>	<p>Makaron na mleku 350g (1a,7) Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka 40g (1a,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml</p> <p>Banan 1szt</p>
Obiad/Podwieczorek	<p>Krupnik 350ml (1c,9) Ziemniaki 200g Gulasz wieprzowy 150g (1a,9) Surówka z ogórka kiszzonego 150g Woda z cytryną 200ml</p> <p>Jogurt owocowy 100g (7)</p>	<p>Zupa z fasolki szparagowej 350ml (1a,7,9) Pierogi ruskie 250g (1a,3) Surówka z kapusty 150g Woda z cytryną 200ml</p> <p>Pączek 100g (1a,3,7)</p>	<p>Barszcz czerwony 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Kotlet rybny 100g (1a,3,4) Surówka z kapusty kiszzonej 150g Woda z cytryną 200ml</p> <p>Smoothie 330g</p>	<p>Zupa selerowa 350ml (1a,7,9) Makaron z sosem owocowym 350g (1a) Woda z cytryną 200ml</p> <p>Sok owocowy warzywny 300ml</p>	<p>Rosół z makaronem 350ml (1a,3,9) Kasza gryczana 200g Sztuka mięsa w sosie 150g (1a,9) Surówka z marchewki i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml</p> <p>Mus owocowy 1szt</p>	<p>Zupa kalafiorowa 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet mięsno-ryżowy w sosie pomidorowym 150g (1a,3,9) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml</p> <p>Sok pomidorowy 300ml</p>	<p>Barszcz biały 350ml (1a,7,9) Ryż 200g Kurczak gotowany w sosie 150g (1a,9) Surówka z marchewki jabłka 150g Woda z cytryną 200ml</p> <p>Jogurt naturalny 150g (7)</p>
Kolacja	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z wędliny 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,6,7,10,12) Serek kanapkowy 17g (7) Rzodkiewka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z jaj 50g (3,10) Papryka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 70g (1a,d,6,7,10,12) Serek kanapkowy 17g (7) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Pasta z kurczaka i warzywo 70g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Twarożek 70g (7) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>
Wartość odżywcza	E: 2300kcal; B: 82g; T: 93g; Kw. tł. nas.: 30g; W: 274g w tym cukry: 23g; Bł: 17g; Sól: 5g	E: 2380kcal; B: 80g; T: 88g; Kw. tł. nas.: 35g; W: 257g w tym cukry: 26g; Bł: 23g; Sól: 5g	E: 2546kcal; B: 97g; T: 89g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 329g w tym cukry: 49g; Bł: 25g; Sól: 5g	E: 2208kcal; B: 89g; T: 64g; Kw. tł. nas.: 20g; W: 258g w tym cukry: 41g; Bł: 23g; Sól: 5g	E: 2274kcal; B: 78g; T: 78g; Kw. tł. nas.: 27g; W: 251g w tym cukry: 36g; Bł: 26g; Sól: 5g	E: 2179cal; B: 72g; T: 88g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 264g w tym cukry: 34g; Bł: 22g; Sól: 5g	E: 2632kcal; B: 102g; T: 97g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 328g w tym cukry: 38g; Bł: 25g; Sól: 4g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA PODSTAWOWA – ODDZIAŁ PSYCHIATRYCZNY							
Data	18.02.2026	19.02.2026	20.02.2026	21.02.2026	22.02.2026	23.02.2026	24.02.2026
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie/II śniadanie	<p>Kasza manna na mleku 350g (1a, 7) Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 30g (7) Dżem 50g Papryka 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml</p> <p>Jabłko 1szt Chrupki kukurydziane 20g</p>	<p>Płatki ryżowe na mleku 350g (7) Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,6,7,10,12) Pasta z jaj 50g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml</p> <p>Jabłko suszone 17g</p>	<p>Zacierka na mleku 350g (1,3,7) Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Twaróg w kawałku 50g (7) Miód 25g Pomidor 70g Herbata bez cukru 250ml</p> <p>Baton 40g (1a,3,5,7,8,11)</p>	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Połędwica drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml</p> <p>Jogurt naturalny 150g (7) Jabłko 1szt</p>	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 40g (7) Szynka 40g (1a,3,7,9,10) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml</p> <p>Smoothie 330g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 350g (1,3,7) Pieczywo mieszane 100g 1a,b) Masło 20g (7) Masło 20g (7) Twarożek 50g (7) Dżem 25g Pomidor 70g Sałata 5g Kawa z mlekiem 250ml (7)</p> <p>Jabłko 1szt</p>	<p>Ryż na mleku 350g (7) Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Parówka z szynki o zaw. 80% mięsa 100g (1a,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml</p> <p>Banan 1szt</p>
Obiad/Podwieczorek	<p>Zupa brokułowa 350ml (1c,7,9) Ziemniaki 200g Śledź w śmietanie 250g (4,7) Woda z cytryną 200ml</p> <p>Jogurt owocowy 100g (7)</p>	<p>Zupa jarzynowa 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Gołąbek w sosie pomidorowym 250g (1a,3,9) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml</p> <p>Bułka drożdżowa 100g (1a,3,7)</p>	<p>Barszcz czerwony 350ml (1a,7,9) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą 250g (1a, 3,7) Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml</p> <p>Smoothie 330g</p>	<p>Zupa selerowa 350ml (1a,7,9) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym 350g (7) Woda z cytryną 200ml</p> <p>Sok owocowy warzywny 300ml</p>	<p>Rosół z makaronem 350ml (1a,3,9) Ziemniaki 200g Gulasz drobiowy 150g (1a,9) Surówka z marchewki i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml</p> <p>Mus owocowy 1szt</p>	<p>Krupnik 350ml (1a,7,9) Makaron spaghetti z sosem bolognese 350g (1a,9) Woda z cytryną 200ml</p> <p>Sok pomidorowy 300ml</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Kotlet mielony 80g (1a,3) Surówka z ogórka kiszzonego 150g Woda z cytryną 200ml</p> <p>Jogurt naturalny 150g (7)</p>
Kolacja	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z wędliny 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,6,7,10,12) Serek kanapkowy 17g (7) Rzodkiewka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Sałatka jarzynowa 150g (3,9,10) Papryka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z jaj i wędliny z zieleniną 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Paszтет 70g (1a,d,6,7,10,12) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 70g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70g (1a,d,6,7,10,12) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>
Wartość odżywcza	E: 2043kcal; B: 77g; T: 95g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 163g w tym cukry: 43g; Bł: 16g; Sól: 4g	E: 2416kcal; B: 76g; T: 94g; Kw. tł. nas.: 27g; W: 308g w tym cukry: 28g; Bł: 16g; Sól: 5g	E: 2546kcal; B:97g; T: 89g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 329g w tym cukry: 49g; Bł: 25g; Sól: 5g	E: 2208kcal; B: 89g; T: 64g; Kw. tł. nas.: 20g; W: 258g w tym cukry: 41g; Bł: 23g; Sól: 5g	E: 2274kcal; B: 78g; T: 78g; Kw. tł. nas.: 27g; W: 251g w tym cukry: 36g; Bł: 26g; Sól: 5g	E: 2179cal; B: 72g; T: 88g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 264g w tym cukry: 34g; Bł: 22g; Sól: 5g	E: 2632kcal; B: 102g; T: 97g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 328g w tym cukry: 38g; Bł: 25g; Sól: 4g

DIETA ŁATWOSTRAWNA							
Data	11.02.2026	12.02.2026	13.02.2026	14.02.2026	15.02.2026	16.02.2026	17.02.2026
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie/II śniadanie	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 30g(7) Paszтет 50g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Mus owocowy 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,6,7,10,12) Jajko gotowane 50g (3) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko suszone 17g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Twarożek 50g (7) Dżem 25g Pomidor 70g Herbata bez cukru 250ml Baton 40g (1a,3,5,7,8,11)	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Połędwica drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 40g (7) Dżem 25g Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Smoothie 330g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Parówka z szynki o zaw. 80% mięsa 100g (1a,3,7,9,10) Twarożek 50g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka 40g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 1szt
Obiad/Podwieczorek	Krupnik 350ml (1c,9) Ziemniaki 200g Gulasz wieprzowy 150g (1a,9) Surówka z warzyw i jabłka 150 (9) Woda z cytryną 200ml Jogurt owocowy 100g (7)	Zupa z fasolki szparagowej 350ml (1a,7,9) Pierogi ruskie 250g (1a,3) Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Pączek 100g (1a,3,7)	Barszcz czerwony 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet rybny gotowany w sosie 150g (1a,3,4) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Smoothie 330g	Zupa selerowa 350ml (1a,7,9) Makaron z sosem owocowym 350g (1a) Woda z cytryną 200ml Sok owocowy warzywny 300ml	Rosół z makaronem 350ml (1a,3,9) Kasza gryczana 200g Sztuka mięsa w sosie 150g (1a,9) Surówka z marchewki i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Mus owocowy 1szt	Zupa kalafiorowa 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet mięsno-ryżowy w sosie pomidorowym 150g (1a,3,9) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Sok pomidorowy 300ml	Barszcz biały 350ml (1a,7,9) Ryż 200g Kurczak gotowany w sosie 150g (1a,9) Surówka z marchewki jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g (7)
Kolacja	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z wędliny 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,6,7,10,12) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z jaj 50g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 70g (1a,d,6,7,10,12) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 70g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Twarożek 70g (7) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 2100kcal; B: 74g; T: 87g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 246g w tym cukry: 14g; Bł: 17g; Sól: 4g	E: 2181kcal; B: 72g; T: 82g; Kw. tł. nas.: 32g; W: 230g w tym cukry: 16g; Bł: 16g; Sól: 4g	E: 2304kcal; B: 84g; T: 74g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 306g w tym cukry: 34g; Bł: 25g; Sól: 4g	E: 2127kcal; B: 84g; T: 61g; Kw. tł. nas.: 20g; W: 251g w tym cukry: 37g; Bł: 23g; Sól: 4g	E: 2193kcal; B: 73g; T: 76g; Kw. tł. nas.: 27g; W: 240g w tym cukry: 31g; Bł: 26g; Sól: 5g	E: 2000kcal; B: 60g; T: 77g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 241g w tym cukry: 19g; Bł: 22g; Sól: 4g	E: 2399kcal; B: 92g; T: 89g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 296g w tym cukry: 26g; Bł: 24g; Sól: 4g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA ŁATWOSTRAWNA							
Data	18.02.2026	19.02.2026	20.02.2026	21.02.2026	22.02.2026	23.02.2026	24.02.2026
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie/II śniadanie	Pieczyno mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 30g(7) Dżem 50g Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko 1szt Chrupki kukurydziane 20g	Pieczyno mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,6,7,10,12) Pasta z jaj 50g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko suszone 17g	Pieczyno mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Twaróg w kawałku 50g (7) Miód 25g Pomidor 70g Herbata bez cukru 250ml Baton 40g (1a,3,5,7,8,11)	Pieczyno mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Połędwica drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 1szt	Pieczyno mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 40g (7) Szynka 40g (1a,3,7,9,10) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Smoothie 330g	Pieczyno mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Twarożek 50g (7) Dżem 25g Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 1szt	Pieczyno mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Parówka z szynki o zaw. 80% mięsa 100g (1a,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 1szt
Obiad/Podwieczorek	Zupa brokułowa 350ml (1c,7,9) Makaron z twarogiem i sosem waniliowym 350g (1a,7) Woda z cytryną 200ml Jogurt owocowy 100g (7)	Zupa jarzynowa 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet w sosie pomidorowym 150g (1a,3,9) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Bułka drożdżowa 100g (1a,3,7)	Barszcz czerwony 350ml (1a,7,9) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą 250g (1a, 3,7) Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Smoothie 330g	Zupa selerowa 350ml (1a,7,9) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym 350g (7) Woda z cytryną 200ml Sok owocowy warzywny 300ml	Rosół z makaronem 350ml (1a,3,9) Ziemniaki 200g Gulasz drobiowy 150g (1a,9) Surówka z marchewki i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Mus owocowy 1szt	Krupnik 350ml (1a,7,9) Makaron spaghetti z sosem bolognese 350g (1a,9) Woda z cytryną 200ml Sok pomidorowy 300ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet gotowany w sosie 150g (1a,3,9) Fasolka szparagowa gotowana 150g Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g (7)
Kolacja	Pieczyno mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z wędliny 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczyno mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,6,7,10,12) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczyno mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Sałatka jarzynowa 150g (3,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczyno mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z jaj i wędliny z zieleniną 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczyno mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Paszтет 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczyno mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 70g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczyno mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70g (1a,d,6,7,10,12) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 1910kcal; B: 67g; T: 87g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 132g w tym cukry: 32g; Bł: 15g; Sól: 4g	E: 2183kcal; B: 66g; T: 87g; Kw. tł. nas.: 26g; W: 276g w tym cukry: 16g; Bł: 16g; Sól: 5g	E: 2304kcal; B:84g; T: 74g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 306g w tym cukry: 34g; Bł: 25g; Sól: 4g	E: 2127kcal; B: 84g; T: 61g; Kw. tł. nas.: 20g; W: 251g w tym cukry: 37g; Bł: 23g; Sól: 4g	E: 2193kcal; B: 73g; T: 76g; Kw. tł. nas.: 27g; W: 240g w tym cukry: 31g; Bł: 26g; Sól: 5g	E: 2000kcal; B: 60g; T: 77g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 241g w tym cukry: 19g; Bł: 22g; Sól: 4g	E: 2399kcal; B: 92g; T: 89g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 296g w tym cukry: 26g; Bł: 24g; Sól: 4g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU							
Data	11.02.2026	12.02.2026	13.02.2026	14.02.2026	15.02.2026	16.02.2026	17.02.2026
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie/II śniadanie	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Serek kanapkowy 17g (7) Szynka drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Mus owocowy 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,6,7,10,12) Dżem 25g Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko suszone 17g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Twarożek 50g (7) Dżem 25g Pomidor 70g Herbata bez cukru 250ml Baton 40g (1a,3,5,7,8,11)	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Połędwica drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Dżem 25g Połędwica drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Smoothie 330g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka 40g (1a,3,7,9,10) Twarożek 50g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka 40g (1a,,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 1szt
Obiad/Podwieczorek	Krupnik 350ml (1c,9) Ziemniaki 200g Gulasz wieprzowy 150g (1a,9) Surówka z warzyw i jabłka 150 (9) Woda z cytryną 200ml Jogurt owocowy 100g (7)	Zupa z fasolki szparagowej 350ml (1a,7,9) Pierogi ruskie 250g (1a,3) Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Pączek 100g (1a,3,7)	Barszcz czerwony 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet rybny gotowany w sosie 150g (1a,3,4) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Smoothie 330g	Zupa selerowa 350ml (1a,7,9) Makaron z sosem owocowym 350g (1a) Woda z cytryną 200ml Sok owocowy warzywny 300ml	Rosół z makaronem 350ml (1a,3,9) Ziemniaki 200g Sztuka mięsa w sosie 150g (1a,9) Surówka z marchewki i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Mus owocowy 1szt	Zupa kalafiorowa 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet mięsno-ryżowy w sosie pomidorowym 150g (1a,3,9) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Sok pomidorowy 300ml	Barszcz biały 350ml (1a,7,9) Ryż 200g Kurczak gotowany w sosie 150g (1a,9) Surówka z marchewki jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g (7)
Kolacja	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,6,7,10,12) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 70g (1a,d,6,7,10,12) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Twarożek 70g (7) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 2100kcal; B: 74g; T: 87g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 246g w tym cukry: 14g; Bł: 17g; Sól: 4g	E: 2181kcal; B: 72g; T: 82g; Kw. tł. nas.: 32g; W: 230g w tym cukry: 16g; Bł: 16g; Sól: 4g	E: 2304kcal; B: 84g; T: 74g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 306g w tym cukry: 34g; Bł: 25g; Sól: 4g	E: 2127kcal; B: 84g; T: 61g; Kw. tł. nas.: 20g; W: 251g w tym cukry: 37g; Bł: 23g; Sól: 4g	E: 2193kcal; B: 73g; T: 76g; Kw. tł. nas.: 27g; W: 240g w tym cukry: 31g; Bł: 26g; Sól: 5g	E: 2000kcal; B: 60g; T: 77g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 241g w tym cukry: 19g; Bł: 22g; Sól: 4g	E: 2399kcal; B: 92g; T: 89g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 296g w tym cukry: 26g; Bł: 24g; Sól: 4g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU							
Data	18.02.2026	19.02.2026	20.02.2026	21.02.2026	22.02.2026	23.02.2026	24.02.2026
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie/II śniadanie	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Dżem 50g Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko 1szt Chrupki kukurydziane 20g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,6,7,10,12) Twarożek 50g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko suszone 17g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Twaróg w kawałku 50g (7) Miód 25g Pomidor 70g Herbata bez cukru 250ml Baton 40g (1a,3,5,7,8,11)	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Połędwica drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Dżem 25 Połędwica drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Smoothie 330g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Twarożek 50g (7) Dżem 25g Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 1szt	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka 40g (1a,,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 1szt
Obiad/Podwieczorek	Zupa brokułowa 350ml (1c,7,9) Makaron z twarogiem i sosem waniliowym 350g (1a,7) Woda z cytryną 200ml Jogurt owocowy 100g (7)	Zupa jarzynowa 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet w sosie pomidorowym 150g (1a,3,9) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Bułka drożdżowa 100g (1a,3,7)	Barszcz czerwony 350ml (1a,7,9) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą 250g (1a, 3,7) Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Smoothie 330g	Zupa selerowa 350ml (1a,7,9) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym 350g (7) Woda z cytryną 200ml Sok owocowy warzywny 300ml	Rosół z makaronem 350ml (1a,3,9) Ziemniaki 200g Gulasz drobiowy 150g (1a,9) Surówka z marchewki i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Mus owocowy 1szt	Krupnik 350ml (1a,7,9) Makaron spaghetti z sosem bolognese 350g (1a,9) Woda z cytryną 200ml Sok pomidorowy 300ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet gotowany w sosie 150g (1a,3,9) Fasolka szparagowa gotowana 150g Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g (7)
Kolacja	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,6,7,10,12) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Sałatka jarzynowa 150g (3,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Twarożek 70g (7) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 1910kcal; B: 67g; T: 87g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 132g w tym cukry: 32g; Bł: 15g; Sól: 4g	E: 2183kcal; B: 66g; T: 87g; Kw. tł. nas.: 26g; W: 276g w tym cukry: 16g; Bł: 16g; Sól: 5g	E: 2304kcal; B: 84g; T: 74g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 306g w tym cukry: 34g; Bł: 25g; Sól: 4g	E: 2127kcal; B: 84g; T: 61g; Kw. tł. nas.: 20g; W: 251g w tym cukry: 37g; Bł: 23g; Sól: 4g	E: 2193kcal; B: 73g; T: 76g; Kw. tł. nas.: 27g; W: 240g w tym cukry: 31g; Bł: 26g; Sól: 5g	E: 2000kcal; B: 60g; T: 77g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 241g w tym cukry: 19g; Bł: 22g; Sól: 4g	E: 2399kcal; B: 92g; T: 89g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 296g w tym cukry: 26g; Bł: 24g; Sól: 4g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA ŁATWOSTRAWNA – DZIECI DO LAT 3							
Data	11.02.2026	12.02.2026	13.02.2026	14.02.2026	15.02.2026	16.02.2026	17.02.2026
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie/II śniadanie	Pieczywo mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Serek kanapkowy 34g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Mus owocowy 1szt	Pieczywo mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Jajko gotowane 50g (3) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko 150g	Pieczywo mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Twarożek 50g (7) Dżem 25g Miód 25g Pomidor 70g Herbata bez cukru 250ml Jabłko 1szt	Pieczywo mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Serek kanapkowy 34g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 1szt	Pieczywo mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Połędwica drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Smoothie 330g	Pieczywo mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Twarożek 50g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 150g	Pieczywo mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Serek kanapkowy 34g (7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 1szt
Obiad/Podwieczorek	Krupnik 250ml (1c,9) Ziemniaki 100g Gulasz wieprzowy 100g (1a,9) Surówka z warzyw i jabłka 75 (9) Woda z cytryną 200ml Jogurt owocowy 100g (7)	Zupa z fasolki szparagowej 250ml (1a,7,9) Pierogi ruskie 150g (1a,3) Surówka z marchewki i jabłka 75g Woda z cytryną 200ml Sok owocowo-warzywny 330g	Barszcz czerwony 250ml (1a,7,9) Ziemniaki 100g Pulpet rybny gotowany w sosie 100g (1a,3,4) Surówka z selera i jabłka 75g (9) Woda z cytryną 200ml Smoothie 330g	Zupa selerowa 250ml (1a,7,9) Makaron z sosem owocowym 150g (1a) Woda z cytryną 200ml Galaretką owocową 250g	Rosół z makaronem 250ml (1a,3,9) Kasza gryczana 100g Sztuka mięsa w sosie 100g (1a,9) Surówka z marchewki i jabłka 75g (9) Woda z cytryną 200ml Kisiel 200g	Zupa kalafiorowa 250ml (1a,7,9) Ziemniaki 100g Pulpet mięsno-ryżowy w sosie pomidorowym 100g (1a,3,9) Surówka z selera i jabłka 75g (9) Woda z cytryną 200ml Budyń 250g (7)	Barszcz biały 250ml (1a,7,9) Ryż 100g Kurczak gotowany w sosie 100g (1a,9) Surówka z marchewki i jabłka 75g Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g (7)
Kolacja	Pieczywo mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Serek kanapkowy 34g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z jaj 50g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Serek kanapkowy 34g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 70g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Twarożek 70g (7) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 952kcal; B: 30g; T: 41g; Kw. tł. nas.: 11g; W: 116g w tym cukry: 6g; Bł: 7g; Sól: 2g	E: 1008kcal; B: 36g; T: 39g; Kw. tł. nas.: 15g; W: 115g w tym cukry: 6g; Bł: 7g; Sól: 1g	E: 1110kcal; B: 40g; T: 31g; Kw. tł. nas.: 14g; W: 160g w tym cukry: 14g; Bł: 8g; Sól: 2g	E: 985kcal; B: 43g; T: 29g; Kw. tł. nas.: 9g; W: 125g w tym cukry: 17g; Bł: 10g; Sól: 2g	E: 1002kcal; B: 35g; T: 36g; Kw. tł. nas.: 12g; W: 120g w tym cukry: 16g; Bł: 11g; Sól: 2g	E: 996kcal; B: 30g; T: 37g; Kw. tł. nas.: 11g; W: 116g w tym cukry: 9g; Bł: 9g; Sól: 1g	E: 1065kcal; B: 43g; T: 42g; Kw. tł. nas.: 9g; W: 150g w tym cukry: 13g; Bł: 11g; Sól: 2g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA ŁATWOSTRAWNA – DZIECI DO LAT 3							
Data	18.02.2026	19.02.2026	20.02.2026	21.02.2026	22.02.2026	23.02.2026	24.02.2026
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie/II śniadanie	Pieczyno mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Serek kanapkowy 34g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko 1szt Chrupki kukurydziane 20g	Pieczyno mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z jaj 50g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko 150g	Pieczyno mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Twaróg w kawałku 50g (7) Miód 25g Miód 25g Pomidor 70g Herbata bez cukru 250ml Jabłko 1szt	Pieczyno mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Serek kanapkowy 34g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 1szt	Pieczyno mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Polędwica drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Smoothie 330g	Pieczyno mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Twarożek 50g (7) Dżem 25g Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Jabłko 150g	Pieczyno mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Serek kanapkowy 34g (7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 1szt
Obiad/Podwieczorek	Zupa brokułowa 250ml (1c,7,9) Makaron z twarogiem i sosem waniliowym 150g (1a,7) Woda z cytryną 200ml Jogurt owocowy 100g (7)	Zupa jarzynowa 250ml (1a,7,9) Ziemniaki 100g Pulpet w sosie pomidorowym 100g (1a,3,9) Surówka z selera i jabłka 75g (9) Woda z cytryną 200ml Bułka drożdżowa 100g (1a,3,7)	Barszcz czerwony 250ml (1a,7,9) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą 150g (1a, 3,7) Surówka z marchewki i jabłka 75g Woda z cytryną 200ml Smoothie 330g	Zupa selerowa 250ml (1a,7,9) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym 150g (7) Woda z cytryną 200ml Galaretki owocowa 250g	Rosół z makaronem 250ml (1a,3,9) Ziemniaki 100g Gulasz drobiowy 100g (1a,9) Surówka z marchewki i jabłka 75g (9) Woda z cytryną 200ml Kisiel 200g	Krupnik 250ml (1a,7,9) Makaron spaghetti z sosem bolognese 150g (1a,9) Woda z cytryną 200ml Budyń 250g (7)	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (1a,7,9) Ziemniaki 100g Pulpet gotowany w sosie 100g (1a,3,9) Fasolka szparagowa gotowana 75g Woda z cytryną 200ml Jogurt naturalny 150g (7)
Kolacja	Pieczyno mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczyno mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Serek kanapkowy 34g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczyno mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Polędwica drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczyno mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka drobiowa 40g (1,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczyno mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Serek kanapkowy 34g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczyno mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 70g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczyno mieszane 50g (1a,b) Masło 10g (7) Twarożek 70g (7) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 850kcal; B: 30g; T: 40g; Kw. tł. nas.: 10g; W: 75g w tym cukry: 12g; Bł: 8g; Sól: 1g	E: 980kcal; B: 32g; T: 36g; Kw. tł. nas.: 11g; W: 140g w tym cukry: 7g; Bł: 7g; Sól: 2g	E: 1002kcal; B: 37g; T: 32g; Kw. tł. nas.: 10g; W: 160g w tym cukry: 17g; Bł: 12g; Sól: 1g	E: 950kcal; B: 26g; T: 22g; Kw. tł. nas.: 11g; W: 160g w tym cukry: 17g; Bł: 11g; Sól: 2g	E: 1005kcal; B: 36g; T: 30g; Kw. tł. nas.: 11g; W: 102g w tym cukry: 10g; Bł: 9g; Sól: 2g	E: 920kcal; B: 28g; T: 32g; Kw. tł. nas.: 10g; W: 120g w tym cukry: 8g; Bł: 11g; Sól: 2g	E: 1023kcal; B: 33g; T: 38g; Kw. tł. nas.: 12g; W: 135g w tym cukry: 11g; Bł: 9g; Sól: 1g

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW							
Data	11.02.2026	12.02.2026	13.02.2026	14.02.2026	15.02.2026	16.02.2026	17.02.2026
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie/II śniadanie	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 30g(7) Paszтет 50g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml	Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,6,7,10,12) Jajko gotowane 50g (3) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml	Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 20g (7) Twarożek 70g (7) Połędwica drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 70g Herbata bez cukru 250ml	Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 10g (7) Połędwica drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8)	Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 40g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml	Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 20g (7) Parówka z szynki o zaw. 80% mięsa 100g (1a,3,7,9,10) Twarożek 50g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8)	Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 20g (7) Parówka z szynki o zaw. 80% mięsa 100g (1a,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml
	Jabłko 1szt orzechy włoskie 30g (8c)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jabłko 1szt orzechy włoskie 30g (8c)	Serek wiejski 150g (7)	Serek Grani 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jabłko 1szt orzechy włoskie 30g (8c)
Obiad/Podwieczorek	Krupnik 350ml (1c,9) Ziemniaki 200g Gulasz wieprzowy 150g (1a,9) Surówka z warzyw i jabłka 150 (9) Woda z cytryną 200ml	Zupa z fasolki szparagowej 350ml (1a,7,9) Makaron razowy z brokułem 350g (1a) Woda z cytryną 200ml	Barszcz czerwony 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet rybny gotowany w sosie 150g (1a,3,4) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml	Zupa selerowa 350ml (1a,7,9) Makaron razowy ze szpinakiem 350g (1a) Woda z cytryną 200ml	Rosół z makaronem 350ml (1a,3,9) Kasza gryczana 200g Sztuka mięsa w sosie 150g (1a,9) Surówka z marchewki i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml	Zupa kalafiorowa 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet mięsno-ryżowy w sosie pomidorowym 150g (1a,3,9) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml	Barszcz biały 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Kurczak gotowany 150g Surówka z marchewki jabłka 150g Woda z cytryną 200ml
	Serek wiejski 150g (7)	Kanapka z wędliną 65g (1a,b,6,7,10,12)	Jogurt naturalny 150g (7)	Kanapka z wędliną 65g (1a,b,6,7,10,12)	Kanapka z wędliną 65g (1a,b,6,7,10,12)	Kanapka z wędliną 65g (1a,b,6,7,10,12)	Jogurt naturalny 150g (7)
Kolacja	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z wędliny 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,6,7,10,12) Serek kanapkowy 17g (7) Rzodkiewka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z jaj 50g (3,10) Papryka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 70g (1a,d,6,7,10,12) Serek kanapkowy 17g (7) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 20g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 70g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 10g (7) Twarożek 70g (7) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 2100kcal; B: 74g; T: 87g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 246g w tym cukry: 14g; Bł: 17g; Sól: 4g	E: 2181kcal; B: 72g; T: 82g; Kw. tł. nas.: 32g; W: 230g w tym cukry: 16g; Bł: 16g; Sól: 4g	E: 2304kcal; B: 84g; T: 74g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 306g w tym cukry: 34g; Bł: 25g; Sól: 4g	E: 2127kcal; B: 84g; T: 61g; Kw. tł. nas.: 20g; W: 251g w tym cukry: 37g; Bł: 23g; Sól: 4g	E: 2193kcal; B: 73g; T: 76g; Kw. tł. nas.: 27g; W: 240g w tym cukry: 31g; Bł: 26g; Sól: 5g	E: 2000kcal; B: 60g; T: 77g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 241g w tym cukry: 19g; Bł: 22g; Sól: 4g	E: 2399kcal; B: 92g; T: 89g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 296g w tym cukry: 26g; Bł: 24g; Sól: 4g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

Data	18.02.2026	19.02.2026	20.02.2026	21.02.2026	22.02.2026	23.02.2026	24.02.2026
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie/II śniadanie	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 30g(7) Szynka drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Papryka 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml</p> <p>Jabłko 1szt orzechy włoskie 30g (8c)</p>	<p>Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,6,7,10,12) Pasta z jaj 50g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml</p> <p>Jogurt naturalny 150g (7)</p>	<p>Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 20g (7) Twaróg w kawałku 70g (7) Polędwica drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml</p> <p>Jabłko 1szt orzechy włoskie 30g (8c)</p>	<p>Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 10g (7) Polędwica drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8)</p> <p>Serek wiejski 150g (7)</p>	<p>Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 40g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml</p> <p>Serek Grani 150g (7)</p>	<p>Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 20g (7) Twarożek 50g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8)</p> <p>Jogurt naturalny 150g (7)</p>	<p>Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 20g (7) Parówka z szynki o zaw. 80% mięsa 100g (1a,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml</p> <p>Jabłko 1szt orzechy włoskie 30g (8c)</p>
Obiad/Podwieczorek	<p>Zupa brokułowa 350ml (1c,7,9) Ziemniaki 200g Śledź w śmietanie 250g (4,7) Woda z cytryną 200ml</p> <p>Serek wiejski 150g (7)</p>	<p>Zupa jarzynowa 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet w sosie pomidorowym 150g (1a,3,9) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml</p> <p>Kanapka z wędliną 65g (1a,b,6,7,10,12)</p>	<p>Barszcz czerwony 350ml (1a,7,9) Makaron razowy z brokułem 350g (1a,) Woda z cytryną 200ml</p> <p>Jogurt naturalny 150g (7)</p>	<p>Zupa selerowa 350ml (1a,7,9) Kasza z warzywami 350g (1c,9) Woda z cytryną 200ml</p> <p>Kanapka z wędliną 65g (1a,b,6,7,10,12)</p>	<p>Rosół z makaronem 350ml (1a,3,9) Ziemniaki 200g Gulasz drobiowy 150g (1a,9) Surówka z marchewki i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml</p> <p>Kanapka z wędliną 65g (1a,b,6,7,10,12)</p>	<p>Krupnik 350ml (1a,7,9) Makaron spaghetti z sosem bolognese 350g (1a,9) Woda z cytryną 200ml</p> <p>Kanapka z wędliną 65g (1a,b,6,7,10,12)</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Pulpet gotowany w sosie 150g (1a,3,9) Fasolka szparagowa gotowana 150g Woda z cytryną 200ml</p> <p>Jogurt naturalny 150g (7)</p>
Kolacja	<p>Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z wędliny 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 10g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,6,7,10,12) Serek kanapkowy 17g (7) Rzodkiewka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 10g (7) Sałatka jarzynowa 150g (3,9,10) Papryka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z jaj i wędliny z zieleniną 70g (1a,d,6,7,10,12) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 20g (7) Paszтет 70g (1a,d,6,7,10,12) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 20g (7) Pasta z kurczaka i warzyw 70g (3,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>	<p>Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70g (1a,d,6,7,10,12) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml</p>
Wartość odżywcza	E: 1910kcal; B: 67g; T: 87g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 132g w tym cukry: 32g; Bł: 15g; Sól: 4g	E: 1998kcal; B: 784g; T: 72g; Kw. tł. nas.: 26g; W: 203g w tym cukry: 12g; Bł: 27g; Sól: 5g	E: 2040kcal; B: 79g; T: 78g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 241g w tym cukry: 27g; Bł: 36g; Sól: 5g	E: 2073kcal; B: 80g; T: 62g; Kw. tł. nas.: 20g; W: 234g w tym cukry: 37g; Bł: 34g; Sól: 5g	E: 2060kcal; B: 72g; T: 75g; Kw. tł. nas.: 27g; W: 208g w tym cukry: 26g; Bł: 38g; Sól: 5g	E: 1948kcal; B: 73g; T: 81g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 189g w tym cukry: 15g; Bł: 36g; Sól: 4g	E: 2224kcal; B: 72g; T: 100g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 249g w tym cukry: 19g; Bł: 35g; Sól: 4g

Wykaz alergenów

1. Zboża zawierające **gluten**, tj. pszenica (a), żyto (b), jęczmień (c), owies (d), orkisz (e), kamut (f) lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne.
 2. **Skorupiaki** i produkty pochodne.
 3. **Jaja** i produkty pochodne.
 4. **Ryby** i produkty pochodne.
 5. **Orzeszki ziemne** i produkty pochodne.
 6. **Soja** i produkty pochodne.
 7. **Mleko** i produkty pochodne.
 8. **Orzechy**, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.) (a), orzechy laskowe (*Corylus avellana*) (b), orzechy włoskie (*Juglans regia*) (c), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*) (d), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch) (e), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*) (f), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*) (g), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*) (h), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;
 9. **Seler** i produkty pochodne.
 10. **Gorczyca** i produkty pochodne.
 11. **Nasiona sezamu** i produkty pochodne.
 12. **Dwutlenek siarki** i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców
 13. **Łubin** i produkty pochodne.
 14. **Mięczaki** i produkty pochodne.
- Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn od nas niezależnych.**