

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D06 - Bogatoresztkowa	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P01 Podst. 10-18 lat	C02 Łatwostr. cięża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia
2026-08-21 piątek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 30 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Płatki ryżowe na mleku 150 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 30 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	
	II ś	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>							
	Obiad	Krupnik 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 200 g Kotlet rybny 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, RYB</u> Surówka z kiszonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: <u>RYB, SEL</u> Sałata z jogurtem 30 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml					Krupnik 150 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 80 g Ryba z pieca 70 g, Zawiera: <u>RYB, SEL</u> Sałata z jogurtem 30 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: <u>RYB, SEL</u> Sałata z jogurtem 30 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 200 g Kotlet rybny 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, RYB</u> Surówka z kiszonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>					
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Sałtka jarzynowa 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Sałtka jarzynowa 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Sałtka jarzynowa 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Sałtka jarzynowa 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 150 g, Zawiera: <u>SOJ, SEL, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Sałtka jarzynowa 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml			
Pn	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>										

		D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-08-21 piątek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Szyńka wp 30 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	
	II ś	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>				
	Obiad	Krupnik 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: <u>RYB, SEL</u> Sałata z jogurtem 30 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml			Krupnik 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 200 g Kotlet rybny 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, RYB</u> Surówka z kiszanej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: <u>RYB, SEL</u> Sałata z jogurtem 30 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Krupnik 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 200 g Kotlet rybny 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, RYB</u> Surówka z kiszanej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>				
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Sałtka jarzynowa 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Sałtka jarzynowa 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Sałtka jarzynowa 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Sałtka jarzynowa 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	
Pn	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>							

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA OGÓLNA

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D06 - Bogatoresztkowa	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P01 Podst. 10-18 lat	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia
2026-08-21 piątek		Wart. en.: 2573.34 kcal; Białko: 102.48 g; Tłuszcz: 93.86 g; Kw. tł. nas.: 33.15 g; Węglow. ogółem: 345.30 g; Cukry proste: 71.19 g; Sód: 2513.00 mg; Błonnik: 29.80 g;	Wart. en.: 2343.06 kcal; Białko: 101.20 g; Tłuszcz: 72.79 g; Kw. tł. nas.: 31.63 g; Węglow. ogółem: 335.00 g; Cukry proste: 65.49 g; Sód: 2119.23 mg; Błonnik: 26.70 g;	Wart. en.: 2223.39 kcal; Białko: 97.11 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw. tł. nas.: 37.73 g; Węglow. ogółem: 290.48 g; Cukry proste: 40.27 g; Sód: 2374.19 mg; Błonnik: 36.11 g;	Wart. en.: 2146.70 kcal; Białko: 104.47 g; Tłuszcz: 57.23 g; Kw. tł. nas.: 30.68 g; Węglow. ogółem: 315.40 g; Cukry proste: 58.43 g; Sód: 2250.29 mg; Błonnik: 22.26 g;	Wart. en.: 2221.66 kcal; Białko: 97.78 g; Tłuszcz: 71.78 g; Kw. tł. nas.: 31.20 g; Węglow. ogółem: 315.09 g; Cukry proste: 65.87 g; Sód: 2167.53 mg; Błonnik: 36.31 g;	Wart. en.: 2343.06 kcal; Białko: 101.20 g; Tłuszcz: 72.79 g; Kw. tł. nas.: 31.63 g; Węglow. ogółem: 335.00 g; Cukry proste: 65.49 g; Sód: 2119.23 mg; Błonnik: 26.70 g;	Wart. en.: 1670.88 kcal; Białko: 89.12 g; Tłuszcz: 55.86 g; Kw. tł. nas.: 31.00 g; Węglow. ogółem: 214.36 g; Cukry proste: 52.47 g; Sód: 30783.90 mg; Błonnik: 13.67 g;	Wart. en.: 2633.66 kcal; Białko: 114.08 g; Tłuszcz: 79.07 g; Kw. tł. nas.: 35.26 g; Węglow. ogółem: 381.26 g; Cukry proste: 80.27 g; Sód: 2260.51 mg; Błonnik: 27.66 g;		Wart. en.: 2573.34 kcal; Białko: 102.48 g; Tłuszcz: 93.86 g; Kw. tł. nas.: 33.15 g; Węglow. ogółem: 345.30 g; Cukry proste: 71.19 g; Sód: 2513.00 mg; Błonnik: 29.80 g;

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA OGÓLNA

		D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-08-21	piątek	Wart. en.: 2343.06 kcal; Białko: 101.20 g; Tłuszcz: 72.79 g; Kw. tł. nas.: 31.63 g; Węglow. ogółem: 335.00 g; Cukry proste: 65.49 g; Sód: 2119.23 mg; Błonnik: 26.70 g;	Wart. en.: 2223.39 kcal; Białko: 97.11 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw. tł. nas.: 37.73 g; Węglow. ogółem: 290.48 g; Cukry proste: 40.27 g; Sód: 2374.19 mg; Błonnik: 36.11 g;	Wart. en.: 2146.70 kcal; Białko: 104.47 g; Tłuszcz: 57.23 g; Kw. tł. nas.: 30.68 g; Węglow. ogółem: 315.40 g; Cukry proste: 58.43 g; Sód: 2250.29 mg; Błonnik: 22.26 g;	Wart. en.: 2863.84 kcal; Białko: 115.37 g; Tłuszcz: 100.14 g; Kw. tł. nas.: 36.78 g; Węglow. ogółem: 391.55 g; Cukry proste: 85.97 g; Sód: 2655.79 mg; Błonnik: 30.76 g;	Wart. en.: 2108.45 kcal; Białko: 104.39 g; Tłuszcz: 57.18 g; Kw. tł. nas.: 30.68 g; Węglow. ogółem: 305.95 g; Cukry proste: 49.18 g; Sód: 2250.04 mg; Błonnik: 22.06 g;	Wart. en.: 2863.94 kcal; Białko: 115.36 g; Tłuszcz: 100.14 g; Kw. tł. nas.: 36.78 g; Węglow. ogółem: 391.56 g; Cukry proste: 85.97 g; Sód: 2654.29 mg; Błonnik: 30.76 g;	

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D06 - Bogatoresztkowa	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P01 Podst. 10-18 lat	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	
2026-08-22 sobota	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki kukurydziane na mleku 150 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		
	II ś	Mus owocowy 1 szt	Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt	Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt	Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt	Mus owocowy 1 szt	Mus owocowy 1 szt	Mus owocowy 1 szt	
	Obiad	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Makaron ze szpinakiem i kurczakiem 350 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Makaron razowy ze szpinakiem i kurczakiem 350 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Makaron ze szpinakiem i kurczakiem 350 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Makaron razowy ze szpinakiem i kurczakiem 350 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Makaron ze szpinakiem i kurczakiem 350 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Makaron ze szpinakiem i kurczakiem 350 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 150 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Makaron ze szpinakiem i kurczakiem 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Makaron ze szpinakiem i kurczakiem 350 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Makaron ze szpinakiem i kurczakiem 350 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Makaron ze szpinakiem i kurczakiem 350 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	
	P	Bananv szt 1 szt	Jabłko 1 szt	Bananv szt 1 szt	Jabłko 1 szt	Bananv szt 1 szt	Jabłko 1 szt	Bananv szt 1 szt	Bananv szt 1 szt	Bananv szt 1 szt	Bananv szt 1 szt	Bananv szt 1 szt
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 30 g, Zawiera: <u>MLE</u> Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>											
Wydruk	Wart. en.: 2070.30 kcal; Białko: 94.45 g; Tłuszcz: 52.83 g; Kw. tł. nas.: 23.28 g; Węglow. ogółem: 316.75 g; Cukry proste: 68.77 g; Sód: 1993.89 mg; Błonnik: 24.98 g	Wart. en.: 2073.18 kcal; Białko: 94.51 g; Tłuszcz: 52.86 g; Kw. tł. nas.: 23.29 g; Węglow. ogółem: 317.07 g; Cukry proste: 68.77 g; Sód: 1993.12 mg; Błonnik: 24.37 g	Wart. en.: 1965.33 kcal; Białko: 104.88 g; Tłuszcz: 59.34 g; Kw. tł. nas.: 26.76 g; Węglow. ogółem: 269.34 g; Cukry proste: 33.93 g; Sód: 2658.82 mg; Błonnik: 33.03 g	Wart. en.: 1985.59 kcal; Białko: 90.27 g; Tłuszcz: 43.96 g; Kw. tł. nas.: 17.96 g; Węglow. ogółem: 319.42 g; Cukry proste: 70.81 g; Sód: 1590.11 mg; Błonnik: 24.40 g	Wart. en.: 2008.18 kcal; Białko: 89.51 g; Tłuszcz: 53.06 g; Kw. tł. nas.: 23.02 g; Węglow. ogółem: 309.77 g; Cukry proste: 69.27 g; Sód: 2125.12 mg; Błonnik: 33.17 g	Wart. en.: 2100.68 kcal; Białko: 110.76 g; Tłuszcz: 59.11 g; Kw. tł. nas.: 27.14 g; Węglow. ogółem: 293.32 g; Cukry proste: 47.92 g; Sód: 2525.12 mg; Błonnik: 23.57 g	Wart. en.: 1344.79 kcal; Białko: 56.76 g; Tłuszcz: 35.22 g; Kw. tł. nas.: 17.18 g; Węglow. ogółem: 207.79 g; Cukry proste: 72.69 g; Sód: 1299.13 mg; Błonnik: 14.85 g	Wart. en.: 2371.70 kcal; Białko: 107.41 g; Tłuszcz: 59.83 g; Kw. tł. nas.: 27.07 g; Węglow. ogółem: 364.89 g; Cukry proste: 85.35 g; Sód: 2599.57 mg; Błonnik: 27.62 g	Wart. en.: 2374.58 kcal; Białko: 107.47 g; Tłuszcz: 59.86 g; Kw. tł. nas.: 27.08 g; Węglow. ogółem: 365.21 g; Cukry proste: 86.27 g; Sód: 2598.81 mg; Błonnik: 27.01 g	Wart. en.: 2070.30 kcal; Białko: 94.45 g; Tłuszcz: 52.83 g; Kw. tł. nas.: 23.28 g; Węglow. ogółem: 316.75 g; Cukry proste: 67.85 g; Sód: 1993.89 mg; Błonnik: 24.98 g	strona 5 z 31	
Jadłosp	Wydrukował: agatka.miska Data i godzina wydruku: 2026-08-20 11:48:11											

2026-08-22 sobota	Śniadanie	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml			Płatki kukurydziane na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
		II ś	Mus owocowy 1 szt	Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt			
		Obiad	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Makaron ze szpinakiem i kurczakiem 350 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Makaron razowy ze szpinakiem i kurczakiem 350 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa selerowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Makaron ze szpinakiem i kurczakiem 350 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml			
			P	Bananv szt 1 szt	Jabłko 1 szt	Bananv szt 1 szt		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
		Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>					
	Wydruk	Wart. en.: 2073.18 kcal; Białko: 94.51 g; Tłuszcz: 52.86 g; Kw. tł. nas.: 23.29 g; Węglow. ogółem: 317.07 g; Cukry proste: 68.77 g; Sód: 1993.12 mg; Błonnik: 24.37 g;	Wart. en.: 1965.33 kcal; Białko: 104.88 g; Tłuszcz: 59.34 g; Kw. tł. nas.: 26.76 g; Węglow. ogółem: 269.34 g; Cukry proste: 33.93 g; Sód: 2658.82 mg; Błonnik: 33.03 g;	Wart. en.: 1985.59 kcal; Białko: 90.27 g; Tłuszcz: 43.96 g; Kw. tł. nas.: 17.96 g; Węglow. ogółem: 319.42 g; Cukry proste: 70.81 g; Sód: 1590.11 mg; Błonnik: 24.40 g;	Wart. en.: 2070.30 kcal; Białko: 94.45 g; Tłuszcz: 52.83 g; Kw. tł. nas.: 23.28 g; Węglow. ogółem: 316.75 g; Cukry proste: 67.85 g; Sód: 1993.89 mg; Błonnik: 24.98 g;	Wart. en.: 1985.59 kcal; Białko: 90.27 g; Tłuszcz: 43.96 g; Kw. tł. nas.: 17.96 g; Węglow. ogółem: 319.42 g; Cukry proste: 70.81 g; Sód: 1590.11 mg; Błonnik: 24.40 g;	Wart. en.: 2371.70 kcal; Białko: 107.41 g; Tłuszcz: 59.83 g; Kw. tł. nas.: 27.07 g; Węglow. ogółem: 364.89 g; Cukry proste: 85.35 g; Sód: 2599.57 mg; Błonnik: 27.62 g;	
		Jadłosp	Jadłosp	Jadłosp	Jadłosp	Jadłosp	Jadłosp	

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA OGÓLNA

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D06 - Bogatoresztkowa	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P01 Podst. 10-18 lat	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia
2026-08-23 niedziela	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Kaszka kukurydziana na mleku 150 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 2 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>
	II ś	Arbuz 150 g Wafle rvżowe 30 g	Jabłko 1 szt	Arbuz 150 g Wafle rvżowe 30 g				Arbuz 150 g	Arbuz 150 g Wafle rvżowe 30 g		
		Obiad	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Kasza bulgur 200 g, Zawiera: <u>GLU</u> Bitka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml						Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Kasza bulgur 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> Bitka w sosie 80 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Fasolka szparagowa gotowana 75 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Kasza bulgur 200 g, Zawiera: <u>GLU</u> Bitka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kasza bulgur 200 g, Zawiera: <u>GLU</u> Bitka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Seler gotowany 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml
		P	Jabłko suszone 1 szt	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Jabłko suszone 1 szt	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Jabłko suszone 1 szt				
		Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, MLE, GOR</u> Ogórek 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, MLE, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, MLE, GOR</u> Ogórek 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 50 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, MLE, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, MLE, GOR</u> Ogórek 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, MLE, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, MLE, GOR</u> Ogórek 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Mus owocowy 1 szt	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt					

		D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-08-23 niedziela	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Kaszka kukurydziana na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Szynka drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>
	II ś	Arbuz 150 g Wafle rzżowe 30 g	Jabłko 1 szt	Arbuz 150 g Wafle rzżowe 30 g	Jogurt naturalny 150 1 szt	Arbuz 150 g Wafle rzżowe 30 g		
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kasza bulgur 200 g, Zawiera: <u>GLU</u> Bitka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Seler gotowany 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml			Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Kasza bulgur 200 g, Zawiera: <u>GLU</u> Bitka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Kasza bulgur 200 g, Zawiera: <u>GLU</u> Bitka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Seler gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Kasza bulgur 200 g, Zawiera: <u>GLU</u> Bitka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Fasolka szparagowa gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Jabłko suszone 1 szt	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Jabłko suszone 1 szt	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Jabłko suszone 1 szt		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, MLE, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, MLE, GOR</u> Ogórek 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 50 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, MLE, GOR</u> Ogórek 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 50 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, MLE, GOR</u> Ogórek 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Mus owocowy 1 szt	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt				

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA OGÓLNA

	D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D06 - Bogatoresztkowa	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P01 Podst. 10-18 lat	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	
2026-08-23 niedziela	Wart. en.: 1971.80 kcal; Białko: 80.20 g; Tłuszcz: 45.50 g; Kw. tł. nas.: 17.86 g; Węglow. ogółem: 322.55 g; Cukry proste: 48.29 g; Sód: 1717.56 mg; Błonnik: 23.88 g;	Wart. en.: 1976.04 kcal; Białko: 80.37 g; Tłuszcz: 45.57 g; Kw. tł. nas.: 17.87 g; Węglow. ogółem: 323.55 g; Cukry proste: 49.28 g; Sód: 1716.04 mg; Błonnik: 24.40 g;	Wart. en.: 1969.95 kcal; Białko: 91.55 g; Tłuszcz: 62.74 g; Kw. tł. nas.: 27.15 g; Węglow. ogółem: 277.14 g; Cukry proste: 31.17 g; Sód: 2486.72 mg; Błonnik: 34.51 g;	Wart. en.: 1895.73 kcal; Białko: 77.70 g; Tłuszcz: 38.90 g; Kw. tł. nas.: 16.25 g; Węglow. ogółem: 321.11 g; Cukry proste: 48.05 g; Sód: 1687.09 mg; Błonnik: 24.35 g;	Wart. en.: 1926.04 kcal; Białko: 78.97 g; Tłuszcz: 46.37 g; Kw. tł. nas.: 17.91 g; Węglow. ogółem: 315.35 g; Cukry proste: 50.28 g; Sód: 1848.04 mg; Błonnik: 33.80 g;	Wart. en.: 2107.33 kcal; Białko: 95.04 g; Tłuszcz: 62.13 g; Kw. tł. nas.: 27.19 g; Węglow. ogółem: 304.86 g; Cukry proste: 27.78 g; Sód: 2352.69 mg; Błonnik: 25.17 g;	Wart. en.: 1258.45 kcal; Białko: 54.95 g; Tłuszcz: 32.98 g; Kw. tł. nas.: 16.40 g; Węglow. ogółem: 192.44 g; Cukry proste: 50.18 g; Sód: 880.22 mg; Błonnik: 14.13 g;	Wart. en.: 2233.10 kcal; Białko: 93.01 g; Tłuszcz: 51.89 g; Kw. tł. nas.: 21.48 g; Węglow. ogółem: 360.26 g; Cukry proste: 63.02 g; Sód: 1857.35 mg; Błonnik: 24.36 g;	Wart. en.: 2237.34 kcal; Białko: 93.18 g; Tłuszcz: 51.96 g; Kw. tł. nas.: 21.50 g; Węglow. ogółem: 361.26 g; Cukry proste: 64.01 g; Sód: 1855.83 mg; Błonnik: 24.88 g;	Wart. en.: 1956.13 kcal; Białko: 78.15 g; Tłuszcz: 45.06 g; Kw. tł. nas.: 17.79 g; Węglow. ogółem: 323.24 g; Cukry proste: 52.61 g; Sód: 1824.63 mg; Błonnik: 27.10 g;	
2026-08-24 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Parówka 100 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Parówka 100 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Parówka 100 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Parówka 100 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Ryż na mleku 150 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 2 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Ryż na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Parówka 100 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Parówka 100 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		
	II Ś	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>							
	Obiad	Barszcz biały 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Kurczak pieczony 120 g, Zawiera: <u>SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz biały 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 120 g, Zawiera: <u>SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml					Barszcz biały 150 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 80 g Kurczak gotowany 80 g, Zawiera: <u>SEL</u> Sos jarzynowy 40 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 75 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz biały 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 120 g, Zawiera: <u>SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Kurczak pieczony 120 g, Zawiera: <u>SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	
P	Drożdżówka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>	Drożdżówka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>				Drożdżówka 0,5 szt, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>	Drożdżówka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>			

		D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-08-23 niedziela		Wart. en.: 1960.37 kcal; Białko: 78.33 g; Tłuszcz: 45.13 g; Kw. tł. nas.: 17.80 g; Węglow. ogółem: 324.23 g; Cukry proste: 53.60 g; Sód: 1823.11 mg; Błonnik: 27.61 g;	Wart. en.: 1954.29 kcal; Białko: 89.51 g; Tłuszcz: 62.30 g; Kw. tł. nas.: 27.07 g; Węglow. ogółem: 277.82 g; Cukry proste: 35.48 g; Sód: 2593.79 mg; Błonnik: 37.72 g;	Wart. en.: 1880.06 kcal; Białko: 75.66 g; Tłuszcz: 38.46 g; Kw. tł. nas.: 16.17 g; Węglow. ogółem: 321.79 g; Cukry proste: 52.37 g; Sód: 1794.16 mg; Błonnik: 27.57 g;	Wart. en.: 1971.70 kcal; Białko: 80.21 g; Tłuszcz: 45.50 g; Kw. tł. nas.: 17.86 g; Węglow. ogółem: 322.54 g; Cukry proste: 48.29 g; Sód: 1719.06 mg; Błonnik: 23.88 g;	Wart. en.: 1978.40 kcal; Białko: 87.72 g; Tłuszcz: 54.38 g; Kw. tł. nas.: 24.97 g; Węglow. ogółem: 298.06 g; Cukry proste: 44.66 g; Sód: 2447.84 mg; Błonnik: 26.81 g;	Wart. en.: 2233.10 kcal; Białko: 93.01 g; Tłuszcz: 51.89 g; Kw. tł. nas.: 21.48 g; Węglow. ogółem: 360.26 g; Cukry proste: 63.02 g; Sód: 1857.35 mg; Błonnik: 24.36 g;	
	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Parówka 100 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Parówka 100 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Ryż na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Parówka 100 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 40 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Ryż na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Parówka 100 g Ketchup 10 g Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Jogurt owocowy 150 1 szt. Zawiera: <u>MLE</u>	Jogurt naturalny 150 1 szt. Zawiera: <u>MLE</u>	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>				
2026-08-24 poniedziałek	Obiad	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 120 g, Zawiera: <u>SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml			Barszcz biały 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Kurczak pieczony 120 g, Zawiera: <u>SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Kurczak gotowany 120 g, Zawiera: <u>SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz biały 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Kurczak pieczony 120 g, Zawiera: <u>SEL</u> Surówka z marchewki i jabłka 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Drożdżówka 1 szt, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u>	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Drożdżówka 1 szt, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u>	Kanapka z wędliną 80 g	Kanapka z wędliną 80 g	Drożdżówka 1 szt, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u>	

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D06 - Bogatoresztkowa	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P01 Podst. 10-18 lat	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia
2026-08-24 poniedziałek	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka makaronowa z brokułem 150 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka makaronowa z brokułem 150 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka makaronowa z brokułem 150 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka makaronowa z brokułem 150 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka makaronowa z brokułem 150 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka makaronowa z brokułem 150 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml
	Pn	Smoothie 250 ml		Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Smoothie 250 ml		Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Smoothie 250 ml			
		Wart. en.: 2844.55 kcal; Białko: 95.72 g; Tłuszcz: 92.38 g; Kw. tł. nas.: 31.71 g; Węglow. ogółem: 424.79 g; Cukry proste: 110.08 g; Sód: 2999.40 mg; Błonnik: 33.87 g;	Wart. en.: 2853.34 kcal; Białko: 97.23 g; Tłuszcz: 88.63 g; Kw. tł. nas.: 31.49 g; Węglow. ogółem: 434.55 g; Cukry proste: 111.34 g; Sód: 3056.24 mg; Błonnik: 35.18 g;	Wart. en.: 2510.89 kcal; Białko: 103.44 g; Tłuszcz: 100.59 g; Kw. tł. nas.: 40.72 g; Węglow. ogółem: 318.28 g; Cukry proste: 51.29 g; Sód: 3384.91 mg; Błonnik: 38.81 g;	Wart. en.: 2414.71 kcal; Białko: 90.03 g; Tłuszcz: 58.41 g; Kw. tł. nas.: 23.62 g; Węglow. ogółem: 398.23 g; Cukry proste: 109.36 g; Sód: 2309.78 mg; Błonnik: 31.44 g;	Wart. en.: 2803.34 kcal; Białko: 95.83 g; Tłuszcz: 89.43 g; Kw. tł. nas.: 31.53 g; Węglow. ogółem: 426.35 g; Cukry proste: 112.34 g; Sód: 3188.24 mg; Błonnik: 44.58 g;	Wart. en.: 2797.09 kcal; Białko: 108.95 g; Tłuszcz: 96.01 g; Kw. tł. nas.: 36.19 g; Węglow. ogółem: 389.60 g; Cukry proste: 71.49 g; Sód: 3076.99 mg; Błonnik: 28.93 g;	Wart. en.: 1610.92 kcal; Białko: 61.17 g; Tłuszcz: 44.25 g; Kw. tł. nas.: 20.86 g; Węglow. ogółem: 252.00 g; Cukry proste: 96.67 g; Sód: 1205.00 mg; Błonnik: 19.82 g;	Wart. en.: 3109.54 kcal; Białko: 109.44 g; Tłuszcz: 94.84 g; Kw. tł. nas.: 35.11 g; Węglow. ogółem: 472.92 g; Cukry proste: 126.10 g; Sód: 3196.92 mg; Błonnik: 35.90 g;	Wart. en.: 2507.55 kcal; Białko: 84.72 g; Tłuszcz: 79.08 g; Kw. tł. nas.: 29.26 g; Węglow. ogółem: 378.55 g; Cukry proste: 108.11 g; Sód: 2372.17 mg; Błonnik: 28.24 g;	Wart. en.: 2507.55 kcal; Białko: 84.72 g; Tłuszcz: 79.08 g; Kw. tł. nas.: 29.26 g; Węglow. ogółem: 378.55 g; Cukry proste: 108.11 g; Sód: 2372.17 mg; Błonnik: 28.24 g;
2026-08-25 wtorek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Dżem porcjowany 1 szt Papryka 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Makaron na mleku 150 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Makaron na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Dżem porcjowany 1 szt Papryka 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Dżem porcjowany 1 szt Papryka 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml
	II Ś	Banany szt 1 szt		Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt						
	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Naleśniki z serem 250 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Sos waniliowy 70 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Makaron z twarogiem 300 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Sos waniliowy 70 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Makaron razowy z twarogiem 300 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Śmietana 70 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Makaron z twarogiem 300 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Sos waniliowy 70 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml			Zupa grysikowa 150 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Makaron z twarogiem 150 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Sos waniliowy 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Makaron z twarogiem 300 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Sos waniliowy 70 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Naleśniki z serem 250 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Sos waniliowy 70 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Naleśniki z serem 250 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Sos waniliowy 70 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml

		D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia	
2026-08-24 poniedziałek	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka makaronowa z brokulem 150 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka makaronowa z brokulem 150 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5g Herbata 200 ml		
	Pn	Smoothie 250 ml	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Smoothie 250 ml		Kefir 400 g	Smoothie 250 ml		
			Wart. en.: 2516.34 kcal; Białko: 86.24 g; Tłuszcz: 75.34 g; Kw. tł. nas.: 29.04 g; Węglow. ogółem: 388.31 g; Cukry proste: 109.37 g; Sód: 2429.01 mg; Błonnik: 29.55 g	Wart. en.: 2173.89 kcal; Białko: 92.45 g; Tłuszcz: 87.29 g; Kw. tł. nas.: 38.27 g; Węglow. ogółem: 272.03 g; Cukry proste: 49.33 g; Sód: 2757.68 mg; Błonnik: 33.18 g	Wart. en.: 2290.98 kcal; Białko: 81.54 g; Tłuszcz: 55.05 g; Kw. tł. nas.: 22.21 g; Węglow. ogółem: 385.81 g; Cukry proste: 108.00 g; Sód: 31094.97 mg; Błonnik: 29.13 g	Wart. en.: 3100.75 kcal; Białko: 107.93 g; Tłuszcz: 98.59 g; Kw. tł. nas.: 35.33 g; Węglow. ogółem: 463.16 g; Cukry proste: 124.84 g; Sód: 3140.08 mg; Błonnik: 34.59 g	Wart. en.: 2000.03 kcal; Białko: 88.25 g; Tłuszcz: 65.46 g; Kw. tł. nas.: 30.94 g; Węglow. ogółem: 2141.93 g; Cukry proste: 1672.51 g; Sód: 46315.64 mg; Błonnik: 23.81 g	Wart. en.: 3100.75 kcal; Białko: 107.93 g; Tłuszcz: 98.59 g; Kw. tł. nas.: 35.33 g; Węglow. ogółem: 463.16 g; Cukry proste: 124.84 g; Sód: 3140.08 mg; Błonnik: 34.59 g	
2026-08-25 wtorek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Salata 5g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Salata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Salata 5g Herbata 200 ml	Makaron na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Dżem porcjowany 1 szt Papryka 70 g Salata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Salata 5g Herbata 200 ml	Makaron na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Dżem porcjowany 1 szt Papryka 70 g Salata 5g Herbata 200 ml		
	II Ś	Banany szt 1 szt	Jabłko 1 szt	Banany szt 1 szt					
	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Makaron z twarogiem 300 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Sos waniliowy 70 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Makaron razowy z twarogiem 300 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Śmietana 70 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Makaron z twarogiem 300 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Sos waniliowy 70 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Naleśniki z serem 250 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Sos waniliowy 70 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Makaron z twarogiem 300 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Sos waniliowy 70 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Naleśniki z serem 250 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Sos waniliowy 70 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml		
Wydruk									
Jadłosp									Wydruk

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA OGÓLNA

	D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D06 - Bogatoresztkowa	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P01 Podst. 10-18 lat	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia					
2026-08-25 wtorek	P	Sok pomidorowy 330 ml		Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>		Sok pomidorowy 330 ml		Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>		Kisiel 250 g		Sok pomidorowy 330 ml			
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 50 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml			
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>		Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>		Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>									
		Wart. en.: 2429.62 kcal; Białko: 120.85 g; Tłuszcz: 83.60 g; Kw. tł. nas.: 37.52 g; Węglow. ogółem: 309.46 g; Cukry proste: 99.21 g; Sód: 2436.33 mg; Błonnik: 21.06 g;	Wart. en.: 2210.19 kcal; Białko: 99.08 g; Tłuszcz: 55.36 g; Kw. tł. nas.: 31.32 g; Węglow. ogółem: 340.40 g; Cukry proste: 79.72 g; Sód: 2331.10 mg; Błonnik: 22.15 g;	Wart. en.: 2190.82 kcal; Białko: 106.52 g; Tłuszcz: 72.21 g; Kw. tł. nas.: 40.99 g; Węglow. ogółem: 292.80 g; Cukry proste: 47.17 g; Sód: 2407.63 mg; Błonnik: 27.97 g;	Wart. en.: 2107.83 kcal; Białko: 94.39 g; Tłuszcz: 45.87 g; Kw. tł. nas.: 25.31 g; Węglow. ogółem: 340.83 g; Cukry proste: 79.67 g; Sód: 2209.46 mg; Błonnik: 22.15 g;	Wart. en.: 2160.19 kcal; Białko: 97.68 g; Tłuszcz: 56.16 g; Kw. tł. nas.: 31.36 g; Węglow. ogółem: 332.20 g; Cukry proste: 80.72 g; Sód: 2463.10 mg; Błonnik: 31.55 g;	Wart. en.: 2302.29 kcal; Białko: 114.89 g; Tłuszcz: 61.15 g; Kw. tł. nas.: 35.03 g; Węglow. ogółem: 332.81 g; Cukry proste: 76.09 g; Sód: 2264.20 mg; Błonnik: 18.52 g;	Wart. en.: 1563.63 kcal; Białko: 71.84 g; Tłuszcz: 39.11 g; Kw. tł. nas.: 22.59 g; Węglow. ogółem: 2974.56 g; Cukry proste: 144.41 g; Sód: 20491.49 mg; Błonnik: 194.51 g;	Wart. en.: 2524.29 kcal; Białko: 110.00 g; Tłuszcz: 61.18 g; Kw. tł. nas.: 34.82 g; Węglow. ogółem: 393.62 g; Cukry proste: 105.10 g; Sód: 1857.69 mg; Błonnik: 19.27 g;	Wart. en.: 2472.39 kcal; Białko: 112.58 g; Tłuszcz: 61.84 g; Kw. tł. nas.: 34.99 g; Węglow. ogółem: 378.35 g; Cukry proste: 94.57 g; Sód: 2470.59 mg; Błonnik: 22.87 g;	Wart. en.: 2429.62 kcal; Białko: 120.85 g; Tłuszcz: 83.60 g; Kw. tł. nas.: 37.52 g; Węglow. ogółem: 309.46 g; Cukry proste: 99.21 g; Sód: 2436.33 mg; Błonnik: 21.06 g;				
2026-08-26 środa	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>		Płatki owsiane na mleku 150 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 2 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Sałata 5 g Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>		Płatki owsiane na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	
	II Ś	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>													

		D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-08-25 wtorek	P	Sok pomidorowy 330 ml	Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Sok pomidorowy 330 ml		Kisiel 250 g		Sok pomidorowy 330 ml
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 50 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 50 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	
	Pn	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>				
		Wart. en.: 2210.19 kcal; Białko: 99.08 g; Tłuszcz: 55.36 g; Kw. tł. nas.: 31.32 g; Węglow. ogółem: 340.40 g; Cukry proste: 79.72 g; Sód: 2331.10 mg; Błonnik: 22.15 g	Wart. en.: 2190.82 kcal; Białko: 106.52 g; Tłuszcz: 72.21 g; Kw. tł. nas.: 40.99 g; Węglow. ogółem: 292.80 g; Cukry proste: 47.17 g; Sód: 2407.63 mg; Błonnik: 27.97 g	Wart. en.: 2107.83 kcal; Białko: 94.39 g; Tłuszcz: 45.87 g; Kw. tł. nas.: 25.31 g; Węglow. ogółem: 340.83 g; Cukry proste: 79.67 g; Sód: 2209.46 mg; Błonnik: 22.15 g	Wart. en.: 2691.82 kcal; Białko: 134.35 g; Tłuszcz: 90.08 g; Kw. tł. nas.: 41.19 g; Węglow. ogółem: 347.41 g; Cukry proste: 114.06 g; Sód: 2575.81 mg; Błonnik: 21.78 g	Wart. en.: 2159.73 kcal; Białko: 91.81 g; Tłuszcz: 45.21 g; Kw. tł. nas.: 25.15 g; Węglow. ogółem: 356.10 g; Cukry proste: 90.20 g; Sód: 1596.56 mg; Błonnik: 18.55 g	Wart. en.: 2743.72 kcal; Białko: 131.77 g; Tłuszcz: 89.42 g; Kw. tł. nas.: 41.02 g; Węglow. ogółem: 362.68 g; Cukry proste: 124.59 g; Sód: 1962.91 mg; Błonnik: 18.18 g	Wart. en.: 2691.82 kcal; Białko: 134.35 g; Tłuszcz: 90.08 g; Kw. tł. nas.: 41.19 g; Węglow. ogółem: 347.41 g; Cukry proste: 114.06 g; Sód: 2575.81 mg; Błonnik: 21.78 g
2026-08-26 środa	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Płatki owsiane na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	Płatki owsiane na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Kawa zbożowa 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u>	
	II ś	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>						

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA OGÓLNA

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D06 - Bogatoresztkowa	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P01 Podst. 10-18 lat	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia
2026-08-26 środa	Obiad	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kasza bulgur 200 g, Zawiera: <u>GLU</u> Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml						Barszcz czerwony 150 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kasza bulgur 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> Gulasz wieprzowy 80 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 75 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kasza bulgur 200 g, Zawiera: <u>GLU</u> Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml		
	P	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>							
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml			
	Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>									
		Wart. en.: 2415.23 kcal; Białko: 103.18 g; Tłuszcz: 81.55 g; Kw. tł. nas.: 34.48 g; Węglow. ogółem: 332.59 g; Cukry proste: 53.25 g; Sód: 2690.42 mg; Błonnik: 29.64 g;	Wart. en.: 2293.83 kcal; Białko: 99.76 g; Tłuszcz: 80.54 g; Kw. tł. nas.: 34.05 g; Węglow. ogółem: 312.68 g; Cukry proste: 53.63 g; Sód: 2738.72 mg; Błonnik: 39.25 g;	Wart. en.: 2313.98 kcal; Białko: 99.93 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw. tł. nas.: 32.30 g; Węglow. ogółem: 330.75 g; Cukry proste: 53.15 g; Sód: 2654.42 mg; Błonnik: 29.59 g;	Wart. en.: 2365.23 kcal; Białko: 101.78 g; Tłuszcz: 82.35 g; Kw. tł. nas.: 34.52 g; Węglow. ogółem: 324.39 g; Cukry proste: 54.25 g; Sód: 2822.42 mg; Błonnik: 39.04 g;	Wart. en.: 2415.23 kcal; Białko: 103.18 g; Tłuszcz: 81.55 g; Kw. tł. nas.: 34.48 g; Węglow. ogółem: 332.59 g; Cukry proste: 53.25 g; Sód: 2690.42 mg; Błonnik: 29.64 g;	Wart. en.: 1667.02 kcal; Białko: 74.47 g; Tłuszcz: 62.52 g; Kw. tł. nas.: 31.04 g; Węglow. ogółem: 211.00 g; Cukry proste: 47.45 g; Sód: 1833.08 mg; Błonnik: 17.43 g;	Wart. en.: 2681.03 kcal; Białko: 116.95 g; Tłuszcz: 89.71 g; Kw. tł. nas.: 38.43 g; Węglow. ogółem: 368.08 g; Cukry proste: 68.22 g; Sód: 2830.81 mg; Błonnik: 31.71 g;		Wart. en.: 2415.23 kcal; Białko: 103.18 g; Tłuszcz: 81.55 g; Kw. tł. nas.: 34.48 g; Węglow. ogółem: 332.59 g; Cukry proste: 53.25 g; Sód: 2690.42 mg; Błonnik: 29.64 g;	

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA OGÓLNA

2026-08-26 środa		D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
	Obiad	Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kasza bulgur 200 g, Zawiera: <u>GLU</u> Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml				Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml		Barszcz czerwony 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kasza bulgur 200 g, Zawiera: <u>GLU</u> Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml
	P	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>				Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj i wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	
	Ph	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>						
		Wart. en.: 2415.23 kcal; Białko: 103.18 g; Tłuszcz: 81.55 g; Kw. tł. nas.: 34.48 g; Węglow. ogółem: 332.59 g; Cukry proste: 53.25 g; Sód: 2690.42 mg; Błonnik: 29.64 g	Wart. en.: 2293.83 kcal; Białko: 99.76 g; Tłuszcz: 80.54 g; Kw. tł. nas.: 34.05 g; Węglow. ogółem: 312.68 g; Cukry proste: 53.63 g; Sód: 2738.72 mg; Błonnik: 39.25 g	Wart. en.: 2313.98 kcal; Białko: 99.93 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw. tł. nas.: 32.30 g; Węglow. ogółem: 330.75 g; Cukry proste: 53.15 g; Sód: 2654.42 mg; Błonnik: 29.59 g	Wart. en.: 2680.93 kcal; Białko: 116.96 g; Tłuszcz: 89.71 g; Kw. tł. nas.: 38.43 g; Węglow. ogółem: 368.07 g; Cukry proste: 68.22 g; Sód: 2832.31 mg; Błonnik: 31.71 g	Wart. en.: 2207.98 kcal; Białko: 97.95 g; Tłuszcz: 70.97 g; Kw. tł. nas.: 32.02 g; Węglow. ogółem: 308.92 g; Cukry proste: 53.30 g; Sód: 2660.36 mg; Błonnik: 27.61 g	Wart. en.: 2575.03 kcal; Białko: 114.97 g; Tłuszcz: 88.14 g; Kw. tł. nas.: 38.14 g; Węglow. ogółem: 346.25 g; Cukry proste: 68.38 g; Sód: 2836.75 mg; Błonnik: 29.72 g	Wart. en.: 2609.63 kcal; Białko: 114.93 g; Tłuszcz: 87.90 g; Kw. tł. nas.: 37.96 g; Węglow. ogółem: 356.37 g; Cukry proste: 67.60 g; Sód: 2747.11 mg; Błonnik: 31.92 g

2026-08-27 czwartek

	D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D06 - Bogatoresztkowa	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P01 Podst. 10-18 lat	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia
Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek ze szczypiorkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Ogórek 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Ogórek 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 150 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek ze szczypiorkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Ogórek 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek ze szczypiorkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Ogórek 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
II ś	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>		Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>						
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml					Zupa pomidorowa z makaronem 150 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 80 g Bitka w sosie 80 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 75 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Kotlet schabowy 100 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Mizeria 150 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	
P	Mus owocowy 1 szt		Jabłko 1 szt	Mus owocowy 1 szt	Jabłko 1 szt	Mus owocowy 1 szt				
Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 60 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 60 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 60 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 60 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 60 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 60 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml			
Pn	Smoothie 250 ml		Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Smoothie 250 ml		Kefir 400 g	Smoothie 250 ml			

		D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-08-27 czwartek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek ze szczypiorkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Ogórek 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek ze szczypiorkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Miód 1 szt Ogórek 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	
	II ś	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Serek homogenizowany 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>				
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml		Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Kotlet schabowy 100 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Mizeria 150 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Bitka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Kotlet schabowy 100 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Mizeria 150 g, Zawiera: <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml		
	P	Mus owocowy 1 szt	Jabłko 1 szt	Mus owocowy 1 szt				
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 60 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 60 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 60 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml				
	Pn	Smoothie 250 ml	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Smoothie 250 ml	Kefir 400 g	Smoothie 250 ml		

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA OGÓLNA

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D06 - Bogatoresztkowa	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P01 Podst. 10-18 lat	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia
2026-08-27 czwartek		Wart. en.: 2226.52 kcal; Białko: 101.95 g; Tłuszcz: 55.18 g; Kw. tł. nas.: 21.72 g; Węglow. ogółem: 341.97 g; Cukry proste: 117.28 g; Sód: 1831.56 mg; Błonnik: 22.26 g;	Wart. en.: 2160.42 kcal; Białko: 98.95 g; Tłuszcz: 48.56 g; Kw. tł. nas.: 20.71 g; Węglow. ogółem: 345.76 g; Cukry proste: 124.90 g; Sód: 1762.57 mg; Błonnik: 27.29 g;	Wart. en.: 1952.23 kcal; Białko: 108.52 g; Tłuszcz: 68.67 g; Kw. tł. nas.: 32.15 g; Węglow. ogółem: 241.22 g; Cukry proste: 53.03 g; Sód: 2151.66 mg; Błonnik: 31.31 g;	Wart. en.: 2160.42 kcal; Białko: 98.95 g; Tłuszcz: 48.56 g; Kw. tł. nas.: 20.71 g; Węglow. ogółem: 345.76 g; Cukry proste: 124.90 g; Sód: 1762.57 mg; Błonnik: 27.29 g;	Wart. en.: 2041.17 kcal; Białko: 95.79 g; Tłuszcz: 49.60 g; Kw. tł. nas.: 20.77 g; Węglow. ogółem: 322.11 g; Cukry proste: 110.72 g; Sód: 1858.76 mg; Błonnik: 38.08 g;	Wart. en.: 2104.17 kcal; Białko: 110.68 g; Tłuszcz: 55.93 g; Kw. tł. nas.: 25.40 g; Węglow. ogółem: 2162.01 g; Cukry proste: 1708.65 g; Sód: 16831.32 mg; Błonnik: 21.04 g;	Wart. en.: 1684.37 kcal; Białko: 77.98 g; Tłuszcz: 40.99 g; Kw. tł. nas.: 20.09 g; Węglow. ogółem: 261.01 g; Cukry proste: 122.15 g; Sód: 1344.71 mg; Błonnik: 19.89 g;	Wart. en.: 2413.89 kcal; Białko: 111.63 g; Tłuszcz: 54.88 g; Kw. tł. nas.: 24.32 g; Węglow. ogółem: 382.49 g; Cukry proste: 138.67 g; Sód: 1903.84 mg; Błonnik: 27.53 g;	Wart. en.: 2417.82 kcal; Białko: 111.76 g; Tłuszcz: 54.95 g; Kw. tł. nas.: 24.33 g; Węglow. ogółem: 383.47 g; Cukry proste: 139.63 g; Sód: 1902.35 mg; Błonnik: 28.04 g;	Wart. en.: 2226.52 kcal; Białko: 101.95 g; Tłuszcz: 55.18 g; Kw. tł. nas.: 21.72 g; Węglow. ogółem: 341.97 g; Cukry proste: 117.28 g; Sód: 1831.56 mg; Błonnik: 22.26 g;
	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 2 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
II Ś	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>										
2026-08-28 piątek	Obiad	Zupa jarzynowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Ryba panierowana 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> Surówka z kiszanej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: <u>RYB</u> , <u>SEL</u> Marchew oprószana 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: <u>RYB</u> , <u>SEL</u> Surówka z kiszanej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: <u>RYB</u> , <u>SEL</u> Marchew oprószana 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml			Zupa jarzynowa 150 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 80 g Ryba z pieca 70 g, Zawiera: <u>RYB</u> , <u>SEL</u> Marchew oprószana 75 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: <u>RYB</u> , <u>SEL</u> Marchew oprószana 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Ryba panierowana 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> Surówka z kiszanej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Drożdżówka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>	Drożdżówka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>			Drożdżówka 0,5 szt, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>	Drożdżówka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>		
	Laktacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		

Wydruk z MAPI Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_wierszach.fr3

Wydrukował: agatakaminska, Data i godzina wydruku: 2026-08-20 15:00

		D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-08-27 czwartek		Wart. en.: 2160.42 kcal; Białko: 98.95 g; Tłuszcz: 48.56 g; Kw. tł. nas.: 20.71 g; Węglow. ogółem: 345.76 g; Cukry proste: 124.90 g; Sód: 1762.57 mg; Błonnik: 27.29 g;	Wart. en.: 1956.48 kcal; Białko: 108.70 g; Tłuszcz: 68.75 g; Kw. tł. nas.: 32.17 g; Węglow. ogółem: 242.22 g; Cukry proste: 54.02 g; Sód: 2150.14 mg; Błonnik: 31.83 g;	Wart. en.: 2160.42 kcal; Białko: 98.95 g; Tłuszcz: 48.56 g; Kw. tł. nas.: 20.71 g; Węglow. ogółem: 345.76 g; Cukry proste: 124.90 g; Sód: 1762.57 mg; Błonnik: 27.29 g;	Wart. en.: 2483.92 kcal; Białko: 114.76 g; Tłuszcz: 61.57 g; Kw. tł. nas.: 25.34 g; Węglow. ogółem: 379.68 g; Cukry proste: 132.01 g; Sód: 1971.34 mg; Błonnik: 23.01 g;	Wart. en.: 2024.42 kcal; Białko: 110.60 g; Tłuszcz: 55.93 g; Kw. tł. nas.: 25.40 g; Węglow. ogółem: 2142.14 g; Cukry proste: 1708.15 g; Sód: 16829.57 mg; Błonnik: 21.04 g;	Wart. en.: 2483.92 kcal; Białko: 114.76 g; Tłuszcz: 61.57 g; Kw. tł. nas.: 25.34 g; Węglow. ogółem: 379.68 g; Cukry proste: 132.01 g; Sód: 1971.34 mg; Błonnik: 23.01 g;	
	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
2026-08-28 piątek	II Ś	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>						
	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: <u>RYB</u> , <u>SEL</u> Marchew oprószana 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: <u>RYB</u> , <u>SEL</u> Surówka z kiszzonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa grysikowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: <u>RYB</u> , <u>SEL</u> Marchew oprószana 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Ryba panierowana 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> Surówka z kiszzonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Ryba z pieca 90 g, Zawiera: <u>RYB</u> , <u>SEL</u> Marchew oprószana 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Ryba panierowana 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> Surówka z kiszzonej kapusty 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Drożdżówka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>	Drożdżówka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>	Drożdżówka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>	
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z jaj z zieleniną 50 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA OGÓLNA

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D06 - Bogatoresztkowa	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P01 Podst. 10-18 lat	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia
2026-08-28 piątek	Pn	Mus owocowy 1 szt		Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt						
		Wart. en.: 2434.89 kcal; Białko: 86.11 g; Tłuszcz: 76.03 g; Kw. tł. nas.: 26.82 g; Węglow. ogółem: 365.03 g; Cukry proste: 71.27 g; Sód: 2544.32 mg; Błonnik: 26.50 g;	Wart. en.: 2559.14 kcal; Białko: 83.69 g; Tłuszcz: 96.10 g; Kw. tł. nas.: 52.54 g; Węglow. ogółem: 353.86 g; Cukry proste: 71.83 g; Sód: 2140.88 mg; Błonnik: 27.06 g;	Wart. en.: 2011.51 kcal; Białko: 88.21 g; Tłuszcz: 71.47 g; Kw. tł. nas.: 34.32 g; Węglow. ogółem: 272.02 g; Cukry proste: 43.99 g; Sód: 2827.40 mg; Błonnik: 35.16 g;	Wart. en.: 2424.66 kcal; Białko: 80.10 g; Tłuszcz: 82.96 g; Kw. tł. nas.: 46.38 g; Węglow. ogółem: 353.36 g; Cukry proste: 71.70 g; Sód: 2314.54 mg; Błonnik: 27.01 g;	Wart. en.: 2274.44 kcal; Białko: 77.28 g; Tłuszcz: 99.94 g; Kw. tł. nas.: 56.61 g; Węglow. ogółem: 285.53 g; Cukry proste: 53.59 g; Sód: 2424.80 mg; Błonnik: 37.39 g;	Wart. en.: 2427.05 kcal; Białko: 85.30 g; Tłuszcz: 107.36 g; Kw. tł. nas.: 58.36 g; Węglow. ogółem: 294.24 g; Cukry proste: 52.68 g; Sód: 2421.49 mg; Błonnik: 28.04 g;	Wart. en.: 1544.21 kcal; Białko: 56.81 g; Tłuszcz: 55.32 g; Kw. tł. nas.: 31.88 g; Węglow. ogółem: 212.41 g; Cukry proste: 60.90 g; Sód: 1286.08 mg; Błonnik: 14.60 g;	Wart. en.: 2849.74 kcal; Białko: 96.57 g; Tłuszcz: 102.38 g; Kw. tł. nas.: 56.17 g; Węglow. ogółem: 400.12 g; Cukry proste: 86.61 g; Sód: 2282.17 mg; Błonnik: 28.02 g;		Wart. en.: 2484.29 kcal; Białko: 85.20 g; Tłuszcz: 75.70 g; Kw. tł. nas.: 26.58 g; Węglow. ogółem: 378.35 g; Cukry proste: 68.58 g; Sód: 2522.92 mg; Błonnik: 25.10 g;
2026-08-29 sobota	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Rzodkiewka 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Rzodkiewka 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Rzodkiewka 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Rzodkiewka 70 g Sałata 5g Herbata 200 ml
	II Ś	Arbuz 150 g		Jabłko 1 szt	Arbuz 150 g		Kefir 400 g	Arbuz 150 g			
	Obiad	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Kopytka 250 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Gulasz drobiowy 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Kopytka 250 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Gulasz drobiowy 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Gulasz drobiowy 150 g Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Kopytka 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> Sos jarzynowy 40 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 75 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Kopytka 250 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml			
		P	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>						

		D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-08-28 piątek	Pn	Mus owocowy 1 szt	Kefir 400 g, Zawiera: MLE	Mus owocowy 1 szt		Kefir 400 g, Zawiera: MLE	Mus owocowy 1 szt	
		Wart. en.: 2608.54 kcal; Białko: 82.79 g; Tłuszcz: 95.77 g; Kw. tł. nas.: 52.30 g; Węglow. ogółem: 367.18 g; Cukry proste: 69.13 g; Sód: 2119.48 mg; Błonnik: 25.66 g;	Wart. en.: 2060.91 kcal; Białko: 87.30 g; Tłuszcz: 71.14 g; Kw. tł. nas.: 34.08 g; Węglow. ogółem: 285.34 g; Cukry proste: 41.29 g; Sód: 2806.00 mg; Błonnik: 33.76 g;	Wart. en.: 2474.06 kcal; Białko: 79.19 g; Tłuszcz: 82.63 g; Kw. tł. nas.: 46.15 g; Węglow. ogółem: 366.68 g; Cukry proste: 69.01 g; Sód: 2293.14 mg; Błonnik: 25.61 g;	Wart. en.: 2725.49 kcal; Białko: 98.99 g; Tłuszcz: 82.31 g; Kw. tł. nas.: 30.45 g; Węglow. ogółem: 411.29 g; Cukry proste: 86.05 g; Sód: 2685.60 mg; Błonnik: 27.46 g;	Wart. en.: 2265.96 kcal; Białko: 86.49 g; Tłuszcz: 93.79 g; Kw. tł. nas.: 55.16 g; Węglow. ogółem: 283.33 g; Cukry proste: 43.06 g; Sód: 2580.46 mg; Błonnik: 27.14 g;	Wart. en.: 2725.49 kcal; Białko: 98.99 g; Tłuszcz: 82.31 g; Kw. tł. nas.: 30.45 g; Węglow. ogółem: 411.29 g; Cukry proste: 86.05 g; Sód: 2685.60 mg; Błonnik: 27.46 g;	
2026-08-29 sobota	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: GLU Masło 10g 1 szt, Zawiera: MLE Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: MLE Polędwica drobiowa 30 g, Zawiera: SOJ Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: GLU Masło 10g 1 szt, Zawiera: MLE Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: MLE Polędwica drobiowa 30 g, Zawiera: SOJ Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: GLU Masło 10g 1 szt, Zawiera: MLE Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: MLE Polędwica drobiowa 30 g, Zawiera: SOJ Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: GLU Masło 10g 1 szt, Zawiera: MLE Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: MLE Polędwica drobiowa 30 g, Zawiera: SOJ Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: GLU Masło 10g 1 szt, Zawiera: MLE Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: MLE Polędwica drobiowa 30 g, Zawiera: SOJ Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Zacierka na mleku 350 g, Zawiera: GLU, JAJ, MLE Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: GLU Masło 10g 1 szt, Zawiera: MLE Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: MLE Polędwica drobiowa 30 g, Zawiera: SOJ Rzodkiewka 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II Ś	Arbuz 150 g	Jabłko 1 szt	Arbuz 150 g		Kefir 400 g	Arbuz 150 g	
	Obiad	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: SEL Kopytka 250 g, Zawiera: GLU, JAJ Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: GLU, SEL Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: SEL Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: SEL Ziemniaki 200 g Gulasz drobiowy 150 g, Zawiera: GLU, SEL Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: SEL Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: SEL Kopytka 250 g, Zawiera: GLU, JAJ Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: GLU, SEL Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: SEL Woda z cytryną 200 ml		Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: SEL Kopytka 250 g, Zawiera: GLU, JAJ Ziemniaki 200 g Gulasz drobiowy 150 g, Zawiera: GLU, SEL Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: SEL Woda z cytryną 200 ml	Zupa ryżowa 350 ml, Zawiera: SEL Kopytka 250 g, Zawiera: GLU, JAJ Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: GLU, SEL Surówka z warzyw i jabłka 150 g, Zawiera: SEL Woda z cytryną 200 ml	
	P	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: MLE	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: MLE	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: MLE		Jogurt naturalny 150 1 szt	Jogurt owocowy 150 1 szt, Zawiera: MLE	

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA OGÓLNA

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D06 - Bogatoresztkowa	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P01 Podst. 10-18 lat	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia
2026-08-29 sobota	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 60 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 60 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 60 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 60 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 60 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 60 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 60 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 60 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>									
		Wart. en.: 1811.21 kcal; Białko: 69.72 g; Tłuszcz: 50.07 g; Kw. tł. nas.: 24.12 g; Węglow. ogółem: 283.08 g; Cukry proste: 36.72 g; Sód: 2403.98 mg; Błonnik: 25.20 g;	Wart. en.: 1814.10 kcal; Białko: 69.77 g; Tłuszcz: 50.10 g; Kw. tł. nas.: 24.13 g; Węglow. ogółem: 283.41 g; Cukry proste: 37.64 g; Sód: 2403.21 mg; Błonnik: 24.59 g;	Wart. en.: 1774.85 kcal; Białko: 86.49 g; Tłuszcz: 51.39 g; Kw. tł. nas.: 24.44 g; Węglow. ogółem: 259.60 g; Cukry proste: 40.05 g; Sód: 2505.87 mg; Błonnik: 35.88 g;	Wart. en.: 1814.10 kcal; Białko: 69.77 g; Tłuszcz: 50.10 g; Kw. tł. nas.: 24.13 g; Węglow. ogółem: 283.41 g; Cukry proste: 37.64 g; Sód: 2403.21 mg; Błonnik: 24.59 g;	Wart. en.: 1752.57 kcal; Białko: 85.67 g; Tłuszcz: 50.31 g; Kw. tł. nas.: 23.94 g; Węglow. ogółem: 256.22 g; Cukry proste: 38.23 g; Sód: 2479.69 mg; Błonnik: 33.77 g;	Wart. en.: 1974.49 kcal; Białko: 100.21 g; Tłuszcz: 57.43 g; Kw. tł. nas.: 28.66 g; Węglow. ogółem: 2137.87 g; Cukry proste: 1671.30 g; Sód: 17546.91 mg; Błonnik: 24.14 g;	Wart. en.: 1421.87 kcal; Białko: 58.31 g; Tłuszcz: 46.38 g; Kw. tł. nas.: 24.56 g; Węglow. ogółem: 201.15 g; Cukry proste: 36.45 g; Sód: 1720.79 mg; Błonnik: 16.44 g;	Wart. en.: 2113.41 kcal; Białko: 84.72 g; Tłuszcz: 57.11 g; Kw. tł. nas.: 27.91 g; Węglow. ogółem: 328.50 g; Cukry proste: 51.54 g; Sód: 2549.67 mg; Błonnik: 26.24 g;	Wart. en.: 2116.30 kcal; Białko: 84.77 g; Tłuszcz: 57.14 g; Kw. tł. nas.: 27.92 g; Węglow. ogółem: 328.83 g; Cukry proste: 52.46 g; Sód: 2548.90 mg; Błonnik: 25.63 g;	Wart. en.: 1811.21 kcal; Białko: 69.72 g; Tłuszcz: 50.07 g; Kw. tł. nas.: 24.12 g; Węglow. ogółem: 283.08 g; Cukry proste: 36.72 g; Sód: 2403.98 mg; Błonnik: 25.20 g;
2026-08-30 niedziela	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 2 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 2 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 2 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 150 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 2 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml
	II ś	Jabłko 1 szt Biszkopty 30 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE, SEZ</u>	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt Biszkopty 30 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE, SEZ</u>				Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt Biszkopty 30 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE, SEZ</u>		

		D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
2026-08-29 sobota	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 60 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 60 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wp 60 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml				
	Pn	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>						
		Wart. en.: 1814.10 kcal; Białko: 69.77 g; Tłuszcz: 50.10 g; Kw. tł. nas.: 24.13 g; Węglow. ogółem: 283.41 g; Cukry proste: 37.64 g; Sód: 2403.21 mg; Błonnik: 24.59 g;	Wart. en.: 1774.85 kcal; Białko: 86.49 g; Tłuszcz: 51.39 g; Kw. tł. nas.: 24.44 g; Węglow. ogółem: 259.60 g; Cukry proste: 40.05 g; Sód: 2505.87 mg; Błonnik: 35.88 g;	Wart. en.: 1814.10 kcal; Białko: 69.77 g; Tłuszcz: 50.10 g; Kw. tł. nas.: 24.13 g; Węglow. ogółem: 283.41 g; Cukry proste: 37.64 g; Sód: 2403.21 mg; Błonnik: 24.59 g;	Wart. en.: 1811.21 kcal; Białko: 69.72 g; Tłuszcz: 50.07 g; Kw. tł. nas.: 24.12 g; Węglow. ogółem: 283.08 g; Cukry proste: 36.72 g; Sód: 2403.98 mg; Błonnik: 25.20 g;	Wart. en.: 1972.99 kcal; Białko: 101.11 g; Tłuszcz: 58.18 g; Kw. tł. nas.: 29.12 g; Węglow. ogółem: 2134.87 g; Cukry proste: 1669.35 g; Sód: 17570.91 mg; Błonnik: 23.69 g;	Wart. en.: 2113.41 kcal; Białko: 84.72 g; Tłuszcz: 57.11 g; Kw. tł. nas.: 27.91 g; Węglow. ogółem: 328.50 g; Cukry proste: 51.54 g; Sód: 2549.67 mg; Błonnik: 26.24 g;	
2026-08-30 niedziela	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 2 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Połędwica drobiowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Kasza manna na mleku 350 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser żółty 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Serek nat. Haga 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	
	II ś	Jabłko 1 szt Biszkopty 30 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE, SEZ</u>	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt Biszkopty 30 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE, SEZ</u>	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt Biszkopty 30 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE, SEZ</u>	

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA OGÓLNA

	D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D06 - Bogatoresztkowa	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P01 Podst. 10-18 lat	C02 Łatwostr. ciąża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia		
2026-08-30 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Kalafior gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 150 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 60 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> Sos jarzynowy 40 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Kalafior gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Kalafior gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 150 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 60 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> Sos jarzynowy 40 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Kalafior 75 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Kalafior gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 150 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 60 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> Sos jarzynowy 40 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Kalafior 75 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Kalafior gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml		Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SEL</u> Seler gotowany 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml		
	P	Sok warzywno-owocowy 330 ml	Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Sok warzywno-owocowy 330 ml				Budyń 250 g, Zawiera: <u>MLE</u>		Sok warzywno-owocowy 330 ml		
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml				
	Pn	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>										
	Wart. en.: 2104.27 kcal; Białko: 100.92 g; Tłuszcz: 59.76 g; Kw. tł. nas.: 26.81 g; Węglow. ogółem: 304.93 g; Cukry proste: 64.62 g; Sód: 3336.99 mg; Błonnik: 27.13 g;	Wart. en.: 1850.30 kcal; Białko: 103.44 g; Tłuszcz: 61.29 g; Kw. tł. nas.: 30.04 g; Węglow. ogółem: 905.60 g; Cukry proste: 358.28 g; Sód: 5968.04 mg; Błonnik: 357.63 g;	Wart. en.: 1861.46 kcal; Białko: 96.70 g; Tłuszcz: 43.32 g; Kw. tł. nas.: 20.94 g; Węglow. ogółem: 284.23 g; Cukry proste: 65.59 g; Sód: 2688.36 mg; Błonnik: 24.85 g;	Wart. en.: 1900.70 kcal; Białko: 89.10 g; Tłuszcz: 58.98 g; Kw. tł. nas.: 26.74 g; Węglow. ogółem: 270.87 g; Cukry proste: 63.81 g; Sód: 3382.49 mg; Błonnik: 33.63 g;	Wart. en.: 2104.27 kcal; Białko: 100.92 g; Tłuszcz: 59.76 g; Kw. tł. nas.: 26.81 g; Węglow. ogółem: 304.93 g; Cukry proste: 64.62 g; Sód: 3336.99 mg; Błonnik: 27.13 g;	Wart. en.: 1522.86 kcal; Białko: 78.29 g; Tłuszcz: 40.64 g; Kw. tł. nas.: 23.10 g; Węglow. ogółem: 218.81 g; Cukry proste: 72.27 g; Sód: 940.83 mg; Błonnik: 14.27 g;	Wart. en.: 2503.72 kcal; Białko: 117.32 g; Tłuszcz: 69.19 g; Kw. tł. nas.: 32.66 g; Węglow. ogółem: 365.77 g; Cukry proste: 93.09 g; Sód: 2538.13 mg; Błonnik: 23.98 g;	Wart. en.: 2361.67 kcal; Białko: 113.73 g; Tłuszcz: 66.15 g; Kw. tł. nas.: 30.44 g; Węglow. ogółem: 342.64 g; Cukry proste: 79.35 g; Sód: 3476.78 mg; Błonnik: 27.88 g;	Wart. en.: 2102.10 kcal; Białko: 98.88 g; Tłuszcz: 59.33 g; Kw. tł. nas.: 26.77 g; Węglow. ogółem: 309.06 g; Cukry proste: 68.79 g; Sód: 3423.94 mg; Błonnik: 30.49 g;			

	D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia	
2026-08-30 niedziela	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Seler gotowany 150 g, Zawiera: <u>SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 150 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 60 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SEL</u> Sos jarzynowy 40 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Seler gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Kalafior gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Seler gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 350 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Ziemniaki 200 g Pulpet drobiowy 80 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SEL</u> Sos jarzynowy 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Kalafior gotowany 150 g Woda z cytryną 200 ml		
	P	Sok warzywno-owocowy 330 ml	Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Sok warzywno-owocowy 330 ml		Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Budyń 250 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Sok warzywno-owocowy 330 ml
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z koperkiem 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Salatka ziemniaczana 150 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Salata 5 g Herbata 200 ml	
	Ph	Kefir 400 g, Zawiera: <u>MLE</u>						
	Wart. en.: 2102.10 kcal; Białko: 98.88 g; Tłuszcz: 59.33 g; Kw. tł. nas.: 26.77 g; Węglow. ogółem: 309.06 g; Cukry proste: 68.79 g; Sód: 3423.94 mg; Błonnik: 30.49 g;	Wart. en.: 1851.50 kcal; Białko: 102.13 g; Tłuszcz: 61.36 g; Kw. tł. nas.: 30.05 g; Węglow. ogółem: 240.14 g; Cukry proste: 46.38 g; Sód: 2924.68 mg; Błonnik: 33.70 g;	Wart. en.: 1859.30 kcal; Białko: 94.66 g; Tłuszcz: 42.89 g; Kw. tł. nas.: 20.89 g; Węglow. ogółem: 288.36 g; Cukry proste: 69.76 g; Sód: 2725.31 mg; Błonnik: 28.22 g;	Wart. en.: 2104.27 kcal; Białko: 100.92 g; Tłuszcz: 59.76 g; Kw. tł. nas.: 26.81 g; Węglow. ogółem: 304.93 g; Cukry proste: 64.62 g; Sód: 3336.99 mg; Błonnik: 27.13 g;	Wart. en.: 1794.26 kcal; Białko: 108.07 g; Tłuszcz: 45.56 g; Kw. tł. nas.: 24.22 g; Węglow. ogółem: 250.13 g; Cukry proste: 46.58 g; Sód: 2214.80 mg; Błonnik: 23.28 g;	Wart. en.: 2503.72 kcal; Białko: 117.32 g; Tłuszcz: 69.19 g; Kw. tł. nas.: 32.66 g; Węglow. ogółem: 365.77 g; Cukry proste: 93.09 g; Sód: 2538.13 mg; Błonnik: 23.98 g;	Wart. en.: 2361.67 kcal; Białko: 113.73 g; Tłuszcz: 66.15 g; Kw. tł. nas.: 30.44 g; Węglow. ogółem: 342.64 g; Cukry proste: 79.35 g; Sód: 3476.78 mg; Błonnik: 27.88 g;	

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA OGÓLNA

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D06 - Bogatoresztkowa	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P01 Podst. 10-18 lat	C02 Łatwostr. cięża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia	
2026-08-31 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka drobiowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Ryż na mleku 150 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Ryż na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml		
	II Ś	Mus owocowy 1 szt	Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt	Serek wiejski 150 g	Mus owocowy 1 szt						
	Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Spaghetti 250 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Woda z cytryną 200 ml							Zupa kalafiorowa 150 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Spaghetti 100 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Spaghetti 250 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Spaghetti 250 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	
	P	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>								
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleciną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml				
Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>											

		D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwostrawna z ogr. łatwo przysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia		
2026-08-31 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Szyńka drobiowa 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Ryż na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Ryż na mleku 350 g, Zawiera: <u>MLE</u> Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser twarogowy 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dżem porcjowany 1 szt Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml			
	II ś	Mus owocowy 1 szt	Serek wiejski 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt						
	Obiad	Zupa ziemniaczana 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Spaghetti 250 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Woda z cytryną 200 ml			Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Spaghetti 250 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Woda z cytryną 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Ziemniaki 200 g Filet z kurczaka w sosie 150 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Surówka z buraczków 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Spaghetti 250 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Woda z cytryną 200 ml			
	P	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Kanapka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Bułka z wędliną 80 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>						
	Kolacja	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Półędwica drobiowa 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Chleb mazowiecki 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z wędliny z zieleniną 70 g, Zawiera: <u>JAJ, SOJ, GOR</u> Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml					
Pn	Jogurt naturalny 150 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>									

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA OGÓLNA

		D01- Podstawowa	D02- Łatwostrawna	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	D05 - Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	D06 - Bogatoresztkowa	D07 - Bogatobiałkowa	P01 Podst 2-3lata	P01 Podst. 10-18 lat	C02 Łatwostr. cięża i laktacja	D01 Podstawowa - chirurgia
2026-08-31 poniedziałek		Wart. en.: 2284.41 kcal; Białko: 88.71 g; Tłuszcz: 70.14 g; Kw. tł. nas.: 29.13 g; Węglow. ogółem: 336.06 g; Cukry proste: 58.51 g; Sód: 2406.42 mg; Błonnik: 22.46 g;		Wart. en.: 2197.19 kcal; Białko: 108.07 g; Tłuszcz: 77.36 g; Kw. tł. nas.: 33.04 g; Węglow. ogółem: 282.95 g; Cukry proste: 28.79 g; Sód: 3281.76 mg; Błonnik: 31.07 g;	Wart. en.: 2196.85 kcal; Białko: 86.28 g; Tłuszcz: 62.69 g; Kw. tł. nas.: 27.20 g; Węglow. ogółem: 333.26 g; Cukry proste: 58.40 g; Sód: 2151.12 mg; Błonnik: 22.41 g;	Wart. en.: 2234.41 kcal; Białko: 87.31 g; Tłuszcz: 70.94 g; Kw. tł. nas.: 29.17 g; Węglow. ogółem: 327.86 g; Cukry proste: 59.51 g; Sód: 2538.42 mg; Błonnik: 31.86 g;	Wart. en.: 2311.91 kcal; Białko: 104.96 g; Tłuszcz: 76.39 g; Kw. tł. nas.: 32.98 g; Węglow. ogółem: 802.36 g; Cukry proste: 527.71 g; Sód: 59368.42 mg; Błonnik: 21.66 g;	Wart. en.: 1580.69 kcal; Białko: 63.48 g; Tłuszcz: 51.92 g; Kw. tł. nas.: 25.96 g; Węglow. ogółem: 222.06 g; Cukry proste: 59.35 g; Sód: 1720.59 mg; Błonnik: 13.91 g;	Wart. en.: 2540.61 kcal; Białko: 100.92 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tł. nas.: 32.75 g; Węglow. ogółem: 374.43 g; Cukry proste: 73.27 g; Sód: 2547.10 mg; Błonnik: 23.18 g;		Wart. en.: 2335.07 kcal; Białko: 88.94 g; Tłuszcz: 70.20 g; Kw. tł. nas.: 29.15 g; Węglow. ogółem: 348.00 g; Cukry proste: 57.20 g; Sód: 2394.58 mg; Błonnik: 21.74 g;

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-08-21 do dnia 2026-08-31 KUCHNIA OGÓLNA

2026-08-31 poniedziałek		D02 Łatwostrawna - chirurgia	D03 Łatwsotrawna z ogr. łatwoprzysw. wędlow.	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu - chirurgia	D01 Podstawowa - CZP	D02 Łatwostrawna ginekologia	D01 Podstawowa ZOL	D01 Podstawowa Ginekologia
		Wart. en.: 2335.07 kcal; Białko: 88.94 g; Tłuszcz: 70.20 g; Kw. tł. nas.: 29.15 g; Węglow. ogółem: 348.00 g; Cukry proste: 57.20 g; Sód: 2394.58 mg; Błonnik: 21.74 g;	Wart. en.: 2247.85 kcal; Białko: 108.30 g; Tłuszcz: 77.42 g; Kw. tł. nas.: 33.06 g; Węglow. ogółem: 294.89 g; Cukry proste: 27.48 g; Sód: 3269.92 mg; Błonnik: 30.35 g;	Wart. en.: 2247.51 kcal; Białko: 86.52 g; Tłuszcz: 62.75 g; Kw. tł. nas.: 27.22 g; Węglow. ogółem: 345.20 g; Cukry proste: 57.09 g; Sód: 2139.28 mg; Błonnik: 21.70 g;	Wart. en.: 2540.61 kcal; Białko: 100.92 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tł. nas.: 32.75 g; Węglow. ogółem: 374.43 g; Cukry proste: 73.27 g; Sód: 2547.10 mg; Błonnik: 23.18 g;	Wart. en.: 2196.63 kcal; Białko: 90.80 g; Tłuszcz: 63.32 g; Kw. tł. nas.: 26.46 g; Węglow. ogółem: 329.50 g; Cukry proste: 72.69 g; Sód: 2521.48 mg; Błonnik: 26.60 g;	Wart. en.: 2540.61 kcal; Białko: 100.92 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tł. nas.: 32.75 g; Węglow. ogółem: 374.43 g; Cukry proste: 73.27 g; Sód: 2547.10 mg; Błonnik: 23.18 g;	

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wart. en. - Wartość energetyczna[kcal],

Białko - Białko ogółem,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglow. ogółem - Węglowodany ogółem,

Sód - Sód,

Kw. tł. nas. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,

Błonnik - Błonnik pokarmowy,

Cukry proste - suma cukrów prostych,