

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

|                   |                             | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 2            | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 5                                                                                                                                                                                                                                 | 6                                                                                                                               |
|-------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                   |                             | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                | II SN        | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Kolacja                                                                                                                                                                                                                           | PN                                                                                                                              |
| 2026-08-21 piątek | Podstawowa D01              | platkí owsiane na mleku 350 ml ( <u>mleko, owies,</u> )<br>chleb pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, sezam, żyto,</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>ser żółty 50 g ( <u>mleko,</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien,</u> ) | morela 140 g | zupa krem z brokula z grzankami 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>ryba pieczona 210 g ( <u>ryby,</u> )<br>sos pomidorowy 20 g ( <u>pszenica, mleko,</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko,</u> )<br>kalafior gotowany 100 g ( <u>mleko,</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto,</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>twarozek z koperkiem i awokado kol. 90 g ( <u>mleko,</u> )<br>rzodkiewka 30 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko,</u> )                                                                                  |
|                   | Latwo strawna D02           | platkí owsiane na mleku 350 ml ( <u>mleko, owies,</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>serek almette smietankowy 30 g ( <u>mleko,</u> )<br>miód 25 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien,</u> )                   | morela 140 g | zupa krem z brokula z grzankami 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>ryz z sosem waniliowym gotowany 350 g ( <u>pszenica, jaja, mleko,</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                                                                            | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>twarozek z koperkiem i awokado kol. 90 g ( <u>mleko,</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko,</u> )                                                                                  |
|                   | Z ogr. latwp. wegłowod. D03 | platkí owsiane na mleku 350 ml ( <u>mleko, owies,</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto,</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>ser żółty 50 g ( <u>mleko,</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien,</u> ) | morela 140 g | zupa krem z brokula z grzankami 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>ryba pieczona 210 g ( <u>ryby,</u> )<br>sos pomidorowy 20 g ( <u>pszenica, mleko,</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko,</u> )<br>kalafior gotowany 100 g ( <u>mleko,</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto,</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>twarozek z koperkiem i awokado kol. 90 g ( <u>mleko,</u> )<br>rzodkiewka 30 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko,</u> )                                                                                  |
|                   | Podstawowa C01              | platkí owsiane na mleku 350 ml ( <u>mleko, owies,</u> )<br>chleb pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, sezam, żyto,</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>ser żółty 50 g ( <u>mleko,</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien,</u> ) | morela 140 g | zupa krem z brokula z grzankami 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>ryba pieczona 210 g ( <u>ryby,</u> )<br>sos pomidorowy 20 g ( <u>pszenica, mleko,</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko,</u> )<br>kalafior gotowany 100 g ( <u>mleko,</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto,</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>twarozek z koperkiem i awokado kol. 90 g ( <u>mleko,</u> )<br>rzodkiewka 30 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko,</u> )<br>kanapka z serem i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jęczmien,</u> ) |

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

|                   |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                 |
|-------------------|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-08-21 piątek | Z ogr. łatwp. weglowod. (cukrzycowa) C03 | platkі owsiane na mleku 350 ml ( <u>mleko, owies.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>ser żółty 50 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                               | morela 140 g | zupa krem z brokula z grzankami 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>ryba pieczona 210 g ( <u>ryby.</u> )<br>sos pomidorowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>kalafior gotowany 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarożek z koperkiem i awokado kol. 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>rzodkiewka 30 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                  | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> )<br>kanapka z serem i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jęczmien.</u> ) |
|                   | Latwostrawna P02/1                       | platkі owsiane na mleku 0,5 [Por] x 350 ml ( <u>mleko, owies.</u> )<br>bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 0,5 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek almette smietankowy 30 g ( <u>mleko.</u> )<br>miód 25 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,5 [Por] x 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> ) | morela 140 g | zupa krem z brokula z grzankami 0,5 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>ryż z sosem waniliowym gotowany 0,5 [Por] x 350 g ( <u>pszenica, jaja, mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 0,5 [Por] x 200 ml                                                                        | bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 0,5 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarożek z koperkiem i awokado kol. 0,5 [Por] x 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor 0,5 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                  |
|                   | Latwostrawna P02/2                       | platkі owsiane na mleku 0,7 [Por] x 350 ml ( <u>mleko, owies.</u> )<br>bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 0,7 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek almette smietankowy 30 g ( <u>mleko.</u> )<br>miód 25 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,7 [Por] x 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> ) | morela 140 g | zupa krem z brokula z grzankami 0,7 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>ryż z sosem waniliowym gotowany 0,7 [Por] x 350 g ( <u>pszenica, jaja, mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 0,7 [Por] x 200 ml                                                                        | bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 0,7 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarożek z koperkiem i awokado kol. 0,7 [Por] x 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor 0,7 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                  |
|                   | Latwostrawna P02/3                       | platkі owsiane na mleku 350 ml ( <u>mleko, owies.</u> )<br>bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek almette smietankowy 30 g ( <u>mleko.</u> )<br>miód 25 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                                                 | morela 140 g | zupa krem z brokula z grzankami 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>ryż z sosem waniliowym gotowany 350 g ( <u>pszenica, jaja, mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                                                                            | bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarożek z koperkiem i awokado kol. 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                 | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                  |

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

|                   |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                      |
|-------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| 2026-08-21 piątek | Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05 | platkí owsiane na mleku 350 ml ( <u>mleko,</u><br><u>owies,</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>serek almette smietankowy 30 g ( <u>mleko,</u> )<br>miód 25 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmién,</u> )                                                                    | morela 140 g | zupa krem z brokula z grzankami 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>ryz z sosem waniliowym gotowany 350 g ( <u>pszenica, jaja, mleko,</u> )<br>kompót wieloowocowy b/c 200 ml                                                                                                                   | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>twarożek z koperkiem i awokado kol. 90 g ( <u>mleko,</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                                                       | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko,</u> )       |
|                   | Bogatobiałkowa D07                        | platkí owsiane na mleku 350 ml ( <u>mleko,</u><br><u>owies,</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>serek almette smietankowy 2 [Por] x 30 g ( <u>mleko,</u> )<br>miód 25 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmién,</u> )          | morela 140 g | zupa krem z brokula z grzankami 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>ryba pieczona 210 g ( <u>ryby,</u> )<br>sos pomidorowy 20 g ( <u>pszenica, mleko,</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko,</u> )<br>kalefior gotowany 100 g ( <u>mleko,</u> )<br>kompót wieloowocowy b/c 200 ml        | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>twarożek z koperkiem i awokado kol. 90 g ( <u>mleko,</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                            | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko,</u> )       |
| 2026-08-22 sobota | Podstawowa D01                            | ryz na mleku 350 ml ( <u>mleko,</u> )<br>chleb pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, sezam, zyto,</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>szynka z kurczaka 50 g ( <u>pszenica, soja,</u> )<br>roszponka 5 g<br>papryka 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmién,</u> ) | banan 160 g  | zupa grysikowa 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>fasolka po bretonsku gotowana 250 g ( <u>pszenica, soja,</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko,</u> )<br>kompót wieloowocowy b/c 200 ml                                                                                               | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, zyto,</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>salatka jarzynowa 100 g ( <u>jaja, seler, gorczyca,</u> )<br>jajko gotowane 50 g ( <u>jaja,</u> )<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml         | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko,</u> ) |
|                   | Latwostrawna D02                          | ryz na mleku 350 ml ( <u>mleko,</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>szynka z kurczaka 50 g ( <u>pszenica, soja,</u> )<br>roszponka 5 g<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmién,</u> )                          | banan 160 g  | zupa grysikowa 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>zrazik drobiowy pieczony 80 g ( <u>pszenica, jaja,</u> )<br>sos ziolowy 20 g ( <u>pszenica, mleko,</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko,</u> )<br>salata zielona z jogurtem 50 g ( <u>mleko,</u> )<br>kompót wieloowocowy b/c 200 ml | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>kielbasa drobiowa (wedlina) 50 g ( <u>pszenica, soja,</u> )<br>serek mini kiri 17 g ( <u>mleko,</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko,</u> ) |

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

|                   |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                        |
|-------------------|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-08-22 sobota | Z ogr. latwp. wegłowod. D03              | ryz na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>roszponka 5 g<br>papryka 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                                                | banan 160 g | zupa grysikowa 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>zrazik drobiowy pieczony 80 g ( <u>pszenica, jaja.</u> )<br>sos ziolowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>salata zielona z jogurtem 50 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                                         | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>salatka jarzynowa 100 g ( <u>jaja, seler, gorczyca.</u> )<br>jajko gotowane 50 g ( <u>jaja.</u> )<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                         | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                   |
|                   | Podstawowa C01                           | ryz na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, sezam, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>roszponka 5 g<br>papryka 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                                                | banan 160 g | zupa grysikowa 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>zrazik drobiowy pieczony 80 g ( <u>pszenica, jaja.</u> )<br>sos ziolowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>salata zielona z jogurtem 50 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                                         | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>salatka jarzynowa 100 g ( <u>jaja, seler, gorczyca.</u> )<br>jajko gotowane 50 g ( <u>jaja.</u> )<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                         | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>kanapka z szynka i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jęczmien.</u> ) |
|                   | Z ogr. latwp. wegłowod. (cukrzycowa) C03 | ryz na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>roszponka 5 g<br>papryka 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                                                | banan 160 g | zupa grysikowa 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>zrazik drobiowy pieczony 80 g ( <u>pszenica, jaja.</u> )<br>sos ziolowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>salata zielona z jogurtem 50 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                                         | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>salatka jarzynowa 100 g ( <u>jaja, seler, gorczyca.</u> )<br>jajko gotowane 50 g ( <u>jaja.</u> )<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                         | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>kanapka z szynka i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jęczmien.</u> ) |
|                   | Latwostrawna P02/1                       | ryz na mleku 0,5 [Por] x 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 0,5 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 0,5 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>roszponka 5 g<br>pomidor 0,5 [Por] x 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,5 [Por] x 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> ) | banan 160 g | zupa grysikowa 0,5 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>zrazik drobiowy pieczony 0,5 [Por] x 80 g ( <u>pszenica, jaja.</u> )<br>sos ziolowy 0,5 [Por] x 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 0,5 [Por] x 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>salata zielona z jogurtem 0,5 [Por] x 50 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 0,5 [Por] x 200 ml | bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 0,5 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>kielbasa drobiowa (wedlina) 0,5 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>serek mini kiri 17 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor 0,5 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                   |

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

|                   |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                      |
|-------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| 2026-08-22 sobota | Latwostrawna P02/2                        | ryz na mleku 0,7 [Por] x 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 0,7 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 0,7 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>roszponka 5 g<br>pomidor 0,7 [Por] x 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,7 [Por] x 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn.</u> ) | banan 160 g                                                            | zupa grysikowa 0,7 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>zrazik drobiowy pieczony 0,7 [Por] x 80 g ( <u>pszenica, jaja.</u> )<br>sos ziolowy 0,7 [Por] x 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 0,7 [Por] x 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>salata zielona z jogurtem 0,7 [Por] x 50 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 0,7 [Por] x 200 ml | bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 0,7 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>kielbasa drobiowa (wedlina) 0,7 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>serek mini kiri 17 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor 0,7 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko.</u> ) |
|                   | Latwostrawna P02/3                        | ryz na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>roszponka 5 g<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn.</u> )                                                                         | banan 160 g                                                            | zupa grysikowa 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>zrazik drobiowy pieczony 80 g ( <u>pszenica, jaja.</u> )<br>sos ziolowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>salata zielona z jogurtem 50 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                                         | bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>kielbasa drobiowa (wedlina) 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>serek mini kiri 17 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                 | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko.</u> ) |
|                   | Latwostrawna z ograniczeniem tluszczu D05 | ryz na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>szynka z kurczaka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>roszponka 5 g<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn.</u> )                                                                                                                         | banan 160 g                                                            | zupa grysikowa 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>zrazik drobiowy pieczony 80 g ( <u>pszenica, jaja.</u> )<br>sos ziolowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>salata zielona z jogurtem 50 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                                         | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>kielbasa drobiowa (wedlina) 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>serek mini kiri 17 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                                                            | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko.</u> ) |
|                   | Bogatobialkowa D07                        | ryz na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>roszponka 5 g<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn.</u> )                                                                         | banan 160 g<br>jogurt naturalny wysokobialkowy 200 g ( <u>mleko.</u> ) | zupa grysikowa 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>zrazik drobiowy pieczony 80 g ( <u>pszenica, jaja.</u> )<br>sos ziolowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>salata zielona z jogurtem 50 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                                         | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>kielbasa drobiowa (wedlina) 2 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>serek mini kiri 17 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                       | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko.</u> ) |

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

|                      |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                   |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                       |
|----------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-08-23 niedziela | Podstawowa D01              | kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, sezam, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek smietankowy 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> ) | brzoskwinia 140 g | rosół z makaronem 300 g ( <u>pszenica, seler.</u> )<br>udko pieczone 200 g<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>marchewka na ciepło 100 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                  | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka wieprzowa 50 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler.</u> )<br>ogórek świeży 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | jogobella owocowa bez cukru 150 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                   |
|                      | Latwo strawna D02           | kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek smietankowy 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                          | brzoskwinia 140 g | rosół z makaronem 300 g ( <u>pszenica, seler.</u> )<br>udko duszone 200 g ( <u>seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>marchewka na ciepło 100 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka wieprzowa 50 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler.</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                    | jogobella owocowa bez cukru 150 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                   |
|                      | Z ogr. latwp. wegłowod. D03 | kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek smietankowy 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> ) | brzoskwinia 140 g | rosół z makaronem 300 g ( <u>pszenica, seler.</u> )<br>udko duszone 200 g ( <u>seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>marchewka na ciepło 100 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka wieprzowa 50 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler.</u> )<br>ogórek świeży 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | jogobella owocowa bez cukru 150 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                   |
|                      | Podstawowa C01              | kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, sezam, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek smietankowy 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> ) | brzoskwinia 140 g | rosół z makaronem 300 g ( <u>pszenica, seler.</u> )<br>udko pieczone 200 g<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>marchewka na ciepło 100 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                  | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka wieprzowa 50 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler.</u> )<br>ogórek świeży 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | jogobella owocowa bez cukru 150 g ( <u>mleko.</u> )<br>kanapka z szynka i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jęczmien.</u> ) |

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

|                      |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                       |
|----------------------|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-08-23 niedziela | Z ogr. latwp. wegłowod. (cukrzycowa) C03 | kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło śmietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek śmietankowy 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                        | brzoskwinia 140 g | rosół z makaronem 300 g ( <u>pszenica, seler.</u> )<br>udko duszone 200 g ( <u>seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>marchewka na ciepło 100 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                             | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka wieprzowa 50 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler.</u> )<br>ogórek świeży 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                              | jogobella owocowa bez cukru 150 g ( <u>mleko.</u> )<br>kanapka z szynka i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jęczmien.</u> ) |
|                      | Latwostrawna P02/1                       | kasza kukurydziana na mleku 0,5 [Por] x 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło śmietankowe 60% 0,5 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek śmietankowy 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,5 [Por] x 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> ) | brzoskwinia 140 g | rosół z makaronem 0,5 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, seler.</u> )<br>udko duszone 0,5 [Por] x 200 g ( <u>seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 0,5 [Por] x 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>marchewka na ciepło 0,5 [Por] x 100 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 0,5 [Por] x 200 ml | bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 0,5 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka wieprzowa 0,5 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler.</u> )<br>pomidor 0,5 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | jogobella owocowa bez cukru 150 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                   |
|                      | Latwostrawna P02/2                       | kasza kukurydziana na mleku 0,7 [Por] x 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło śmietankowe 60% 0,7 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek śmietankowy 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,7 [Por] x 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> ) | brzoskwinia 140 g | rosół z makaronem 0,7 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, seler.</u> )<br>udko duszone 0,7 [Por] x 200 g ( <u>seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 0,7 [Por] x 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>marchewka na ciepło 0,7 [Por] x 100 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 0,7 [Por] x 200 ml | bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 0,7 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka wieprzowa 0,7 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler.</u> )<br>pomidor 0,7 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | jogobella owocowa bez cukru 150 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                   |
|                      | Latwostrawna P02/3                       | kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło śmietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek śmietankowy 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                                                 | brzoskwinia 140 g | rosół z makaronem 300 g ( <u>pszenica, seler.</u> )<br>udko duszone 200 g ( <u>seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>marchewka na ciepło 100 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                             | bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka wieprzowa 50 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler.</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                 | jogobella owocowa bez cukru 150 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                   |

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

|                         |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                     |
|-------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| 2026-08-23 niedziela    | Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05 | kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>serek smietankowy 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmien.</u> )                                                          | brzoskwinia 140 g | rosół z makaronem 300 g ( <u>pszenica, seler.</u> )<br>udko duszone 200 g ( <u>seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>marchewka na cieplo 100 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                              | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>szynka wieprzowa 50 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler.</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                                                 | jogobella owocowa bez cukru 150 g ( <u>mleko.</u> ) |
|                         | Bogatobiałkowa D07                        | kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek smietankowy 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmien.</u> )          | brzoskwinia 140 g | rosół z makaronem 300 g ( <u>pszenica, seler.</u> )<br>udko duszone 200 g ( <u>seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>marchewka na cieplo 100 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                              | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka wieprzowa 2 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler.</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                            | jogobella owocowa bez cukru 150 g ( <u>mleko.</u> ) |
| 2026-08-24 poniedziałek | Podstawowa D01                            | zacierka na mleku 350 ml ( <u>pszenica, jaja, mleko.</u> )<br>chalka 100 g ( <u>pszenica, jaja, soja.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek almette smietankowy 30 g ( <u>mleko.</u> )<br>dzem mini 25 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmien.</u> ) | gruszka 150 g     | zupa ziemniaczana 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>kasztotto miesno-warzywne gotowane 350 g ( <u>mleko.</u> )<br>sos pieczarkowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>surówka z pora 100 g ( <u>jaja, gorczyca.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml | chleb orkiszowy 100 g<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>kielbaski bez oslonki 100 g ( <u>gorczyca, moze zawierac: pszenica, jaja, soja, mleko, seler.</u> )<br>papryka 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                    | jogurt naturalny 150 g ( <u>mleko.</u> )            |
|                         | Latwo strawna D02                         | zacierka na mleku 350 ml ( <u>pszenica, jaja, mleko.</u> )<br>chalka 100 g ( <u>pszenica, jaja, soja.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek almette smietankowy 30 g ( <u>mleko.</u> )<br>dzem mini 25 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmien.</u> ) | jablko 150 g      | zupa ziemniaczana 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>risotto miesno-warzywne gotowane 400 g ( <u>seler.</u> )<br>sos pomidorowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                       | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>kielbaski bez oslonki 100 g ( <u>gorczyca, moze zawierac: pszenica, jaja, soja, mleko, seler.</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | jogurt naturalny 150 g ( <u>mleko.</u> )            |

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

|                         |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |               |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                           |
|-------------------------|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-08-24 poniedziałek | Z ogr. latwp. wegłowod. D03              | zacierka na mleku 350 ml ( <u>pszenica, jaja, mleko.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>kurczak w galarecie 100 g<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                                                     | gruszka 150 g | zupa ziemniaczana 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>kasztotto miesno-warzywne gotowane 350 g ( <u>mleko.</u> )<br>sos pieczarkowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>surówka z pora 100 g ( <u>jaja, gorczyca.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml | chleb orkiszowy 100 g<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>kielbaski bez osłonki 100 g ( <u>gorczyca, może zawierać: pszenica, jaja, soja, mleko, seler.</u> )<br>papryka 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                                    | jogurt naturalny 150 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                  |
|                         | Podstawowa C01                           | zacierka na mleku 350 ml ( <u>pszenica, jaja, mleko.</u> )<br>chalka 100 g ( <u>pszenica, jaja, soja.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek almette smietankowy 30 g ( <u>mleko.</u> )<br>dzem mini 25 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                                                 | gruszka 150 g | zupa ziemniaczana 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>kasztotto miesno-warzywne gotowane 350 g ( <u>mleko.</u> )<br>sos pieczarkowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>surówka z pora 100 g ( <u>jaja, gorczyca.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml | chleb orkiszowy 100 g<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>kielbaski bez osłonki 100 g ( <u>gorczyca, może zawierać: pszenica, jaja, soja, mleko, seler.</u> )<br>papryka 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                                    | jogurt naturalny 150 g ( <u>mleko.</u> )<br>kanapka z serem i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jęczmien.</u> ) |
|                         | Z ogr. latwp. wegłowod. (cukrzycowa) C03 | zacierka na mleku 350 ml ( <u>pszenica, jaja, mleko.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>kurczak w galarecie 100 g<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                                                     | gruszka 150 g | zupa ziemniaczana 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>kasztotto miesno-warzywne gotowane 350 g ( <u>mleko.</u> )<br>sos pieczarkowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>surówka z pora 100 g ( <u>jaja, gorczyca.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml | chleb orkiszowy 100 g<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>kielbaski bez osłonki 100 g ( <u>gorczyca, może zawierać: pszenica, jaja, soja, mleko, seler.</u> )<br>papryka 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                                    | jogurt naturalny 150 g ( <u>mleko.</u> )<br>kanapka z serem i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jęczmien.</u> ) |
|                         | Latwostrawna P02/1                       | zacierka na mleku 0,5 [Por] x 350 ml ( <u>pszenica, jaja, mleko.</u> )<br>chalka 0,5 [Por] x 100 g ( <u>pszenica, jaja, soja.</u> )<br>masło smietankowe 60% 0,5 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek almette smietankowy 30 g ( <u>mleko.</u> )<br>dzem mini 25 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,5 [Por] x 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> ) | jablko 150 g  | zupa ziemniaczana 0,5 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>risotto miesno-warzywne gotowane 0,5 [Por] x 400 g ( <u>seler.</u> )<br>sos pomidorowy 0,5 [Por] x 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 0,5 [Por] x 200 ml       | bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 0,5 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>kielbaski bez osłonki 0,5 [Por] x 100 g ( <u>gorczyca, może zawierać: pszenica, jaja, soja, mleko, seler.</u> )<br>pomidor 0,5 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | jogurt naturalny 150 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                  |

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

|                         |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                          |
|-------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| 2026-08-24 poniedziałek | Latwostrawna P02/2                        | zacierka na mleku 0,7 [Por] x 350 ml ( <u>pszenica, jaja, mleko.</u> )<br>chalka 0,7 [Por] x 100 g ( <u>pszenica, jaja, soja.</u> )<br>masło smietankowe 60% 0,7 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek almette smietankowy 30 g ( <u>mleko.</u> )<br>dzem mini 25 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,7 [Por] x 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn.</u> ) | jablko 150 g                                                            | zupa ziemniaczana 0,7 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>risotto miesno-warzywne gotowane 0,7 [Por] x 400 g ( <u>seler.</u> )<br>sos pomidorowy 0,7 [Por] x 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 0,7 [Por] x 200 ml | bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 0,7 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>kielbaski bez oslonki 100 g ( <u>gorczyca, moze zawierac: pszenica, jaja, soja, mleko, seler.</u> )<br>pomidor 0,7 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | jogurt naturalny 150 g ( <u>mleko.</u> ) |
|                         | Latwostrawna P02/3                        | zacierka na mleku 350 ml ( <u>pszenica, jaja, mleko.</u> )<br>chalka 100 g ( <u>pszenica, jaja, soja.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek almette smietankowy 30 g ( <u>mleko.</u> )<br>dzem mini 25 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn.</u> )                                                 | jablko 150 g                                                            | zupa ziemniaczana 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>risotto miesno-warzywne gotowane 400 g ( <u>seler.</u> )<br>sos pomidorowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                 | bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>kielbaski bez oslonki 100 g ( <u>gorczyca, moze zawierac: pszenica, jaja, soja, mleko, seler.</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                     | jogurt naturalny 150 g ( <u>mleko.</u> ) |
|                         | Latwostrawna z ograniczeniem tluszczu D05 | zacierka na mleku 350 ml ( <u>pszenica, jaja, mleko.</u> )<br>chalka 100 g ( <u>pszenica, jaja, soja.</u> )<br>serek almette smietankowy 30 g ( <u>mleko.</u> )<br>dzem mini 25 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn.</u> )                                                                                                 | jablko 150 g                                                            | zupa ziemniaczana 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>risotto miesno-warzywne gotowane 400 g ( <u>seler.</u> )<br>sos pomidorowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                 | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>szynkowa drobiowa 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                                                                                                  | jogurt naturalny 150 g ( <u>mleko.</u> ) |
|                         | Bogatobialkowa D07                        | zacierka na mleku 350 ml ( <u>pszenica, jaja, mleko.</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>kurczak w galarecie 100 g<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn.</u> )                                                                              | jablko 150 g<br>jogurt naturalny wysokobialkowy 200 g ( <u>mleko.</u> ) | zupa ziemniaczana 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>risotto miesno-warzywne gotowane 400 g ( <u>seler.</u> )<br>sos pomidorowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                 | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynkowa drobiowa 2 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                                             | jogurt naturalny 150 g ( <u>mleko.</u> ) |

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

|                   |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                         |
|-------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-08-25 wtorek | Podstawowa D01              | platkı jeczmiennie na mleku 350 ml ( <u>mleko, jeczmienn.</u> )<br>chleb pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, sezam, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>pasztet śniadanie 80 g ( <u>pszenica, soja, seler.</u> )<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jeczmienn.</u> ) | nektarynka 140 g | zupa krem z dyni i soczewicy z groszkiem ptyśiowym 300 g ( <u>pszenica, jaja, soja, mleko, seler.</u> )<br>kotlet mozaikowy smazoný 90 g ( <u>pszenica, jaja, moze zawierac: sezam.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>salatka z buraczków 100 g<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto.</u> )<br>pasta z twarogu i tunczyka z siemieniem lnianym 90 g ( <u>ryby, mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>ogórek kiszony 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                            | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                    |
|                   | Latwo strawną D02           | platkı jeczmiennie na mleku 350 ml ( <u>mleko, jeczmienn.</u> )<br>chleb pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z indyka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jeczmienn.</u> )                             | nektarynka 140 g | zupa koperkowa z makaronem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>gulasz drobiowy gotowany 110 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>salatka z buraczków 100 g<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                  | chleb pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>pasta z twarogu i tunczyka z siemieniem lnianym 90 g ( <u>ryby, mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                          | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                    |
|                   | Z ogr. latwp. wegłowod. D03 | platkı jeczmiennie na mleku 350 ml ( <u>mleko, jeczmienn.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>pasztet śniadanie 80 g ( <u>pszenica, soja, seler.</u> )<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jeczmienn.</u> ) | nektarynka 140 g | zupa koperkowa z makaronem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>gulasz drobiowy gotowany 110 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>salatka z buraczków 100 g<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                  | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>pasta z twarogu i tunczyka z siemieniem lnianym 90 g ( <u>ryby, mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>ogórek kiszony 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                    |
|                   | Podstawowa C01              | platkı jeczmiennie na mleku 350 ml ( <u>mleko, jeczmienn.</u> )<br>chleb pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, sezam, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>pasztet śniadanie 80 g ( <u>pszenica, soja, seler.</u> )<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jeczmienn.</u> ) | nektarynka 140 g | zupa koperkowa z makaronem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>gulasz drobiowy gotowany 110 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>salatka z buraczków 100 g<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                  | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto.</u> )<br>pasta z twarogu i tunczyka z siemieniem lnianym 90 g ( <u>ryby, mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>ogórek kiszony 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                            | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko.</u> )<br>kanapka z szynka i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jeczmienn.</u> ) |

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

|                   |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                         |
|-------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-08-25 wtorek | Z ogr. latwp. wegłowod. (cukrzycowa) C03 | platkı jeczmiennie na mleku 350 ml ( <u>mleko, jeczmienn.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>pasztet śniadanie 80 g ( <u>pszenica, soja, seler.</u> )<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jeczmienn.</u> )                           | nektarynka 140 g | zupa koperkowa z makaronem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>gulasz drobiowy gotowany 110 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>salatka z buraczków 100 g<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                             | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>pasta z twarogu i tunczyka z siemieniem lnianym 90 g ( <u>ryby, mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>ogórek kiszony 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko.</u> )<br>kanapka z szynka i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jeczmienn.</u> ) |
|                   | Latwostrawna P02/1                       | platkı jeczmiennie na mleku 0,5 [Por] x 350 ml ( <u>mleko, jeczmienn.</u> )<br>bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 0,5 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z indyka 0,5 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,5 [Por] x 200 ml ( <u>mleko, żyto, jeczmienn.</u> ) | nektarynka 140 g | zupa koperkowa z makaronem 0,5 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>gulasz drobiowy gotowany 0,5 [Por] x 110 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 0,5 [Por] x 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>salatka z buraczków 0,5 [Por] x 100 g<br>kompot wieloowocowy b/c 0,5 [Por] x 200 ml | bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>pasta z twarogu i tunczyka z siemieniem lnianym 0,5 [Por] x 90 g ( <u>ryby, mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>pomidor 0,5 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                            | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                    |
|                   | Latwostrawna P02/2                       | platkı jeczmiennie na mleku 0,7 [Por] x 350 ml ( <u>mleko, jeczmienn.</u> )<br>bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 0,7 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z indyka 0,7 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,7 [Por] x 200 ml ( <u>mleko, żyto, jeczmienn.</u> ) | nektarynka 140 g | zupa koperkowa z makaronem 0,7 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>gulasz drobiowy gotowany 0,7 [Por] x 110 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 0,7 [Por] x 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>salatka z buraczków 0,7 [Por] x 100 g<br>kompot wieloowocowy b/c 0,7 [Por] x 200 ml | bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>pasta z twarogu i tunczyka z siemieniem lnianym 0,7 [Por] x 90 g ( <u>ryby, mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>pomidor 0,7 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                            | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                    |
|                   | Latwostrawna P02/3                       | platkı jeczmiennie na mleku 350 ml ( <u>mleko, jeczmienn.</u> )<br>bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z indyka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jeczmienn.</u> )                                                             | nektarynka 140 g | zupa koperkowa z makaronem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>gulasz drobiowy gotowany 110 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>salatka z buraczków 100 g<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                             | bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>pasta z twarogu i tunczyka z siemieniem lnianym 90 g ( <u>ryby, mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                                | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                    |

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

|                   |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                           |                                      |
|-------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| 2026-08-25 wtorek | Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05 | platkı jeczmienne na mleku 350 ml ( <u>mleko, jeczmien.</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>szynka z indyka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmien.</u> )                                                           | nektarynka 140 g  | zupa koperkowa z makaronem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>gulasz drobiowy gotowany 110 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>salatka z buraczków 100 g<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                        | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>pasta z twarogu i tunczyka z siemieniem lnianym 90 g ( <u>ryby, mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko.</u> ) |
|                   | Bogatobiałkowa D07                        | platkı jeczmienne na mleku 350 ml ( <u>mleko, jeczmien.</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z indyka 2 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmien.</u> ) | nektarynka 140 g  | zupa koperkowa z makaronem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>gulasz drobiowy gotowany 110 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>salatka z buraczków 100 g<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                        | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>pasta z twarogu i tunczyka z siemieniem lnianym 90 g ( <u>ryby, mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko.</u> ) |
| 2026-08-26 środa  | Podstawowa D01                            | ryz na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb razowy pszenno-zytni 100 g ( <u>pszenica, soja, zyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>ser żółty 50 g ( <u>mleko.</u> )<br>ogórek świeży 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmien.</u> )                         | brzoskwinia 140 g | krupnik 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, jeczmien.</u> )<br>kurczak po baskijsku z papryka duszony 110 g ( <u>seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>fasolka szparagowa gotowana 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                          | chleb orkiszowy 100 g<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>salatka bawarska ze słonecznikiem 100 g ( <u>jaja, gorczyca.</u> )<br>szynka drobiowa 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | kefir 200 g ( <u>mleko.</u> )        |
|                   | Latwo strawna D02                         | ryz na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek almette smietankowy 30 g ( <u>mleko.</u> )<br>dzem mini 25 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmien.</u> )                                       | brzoskwinia 140 g | krupnik 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, jeczmien.</u> )<br>klopsik z indyka pieczony 80 g ( <u>pszenica, jaja.</u> )<br>sos pietruszkowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>marchewki mini z oliwa oliwek gotowane 100 g<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka drobiowa 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>szpinak 5 g<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                    | kefir 200 g ( <u>mleko.</u> )        |

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

|                  |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                |
|------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-08-26 środa | Z ogr. latwp. węgłowod. D03 | ryż na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>ser żółty 50 g ( <u>mleko.</u> )<br>ogórek świeży 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                                   | brzoskwinia 140 g | krupnik 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, jęczmien.</u> )<br>klopsik z indyka pieczony 80 g ( <u>pszenica, jaja.</u> )<br>sos pietruszkowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>marchewki mini z oliwą oliwek gotowane 100 g<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                                         | chleb orkiszowy 100 g<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>salatka bawarska ze słonecznikiem 100 g ( <u>jaja, gorczyca.</u> )<br>szynka drobiowa 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>napar z herbaty czarnej z cytryną b/c 200 ml                              | kefir 200 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                  |
|                  | Podstawowa C01              | ryż na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>ser żółty 50 g ( <u>mleko.</u> )<br>ogórek świeży 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                                   | brzoskwinia 140 g | krupnik 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, jęczmien.</u> )<br>kurczak po baskijsku z papryką duszony 110 g ( <u>seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>fasolka szparagowa gotowana 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                                                                                  | chleb orkiszowy 100 g<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>salatka bawarska ze słonecznikiem 100 g ( <u>jaja, gorczyca.</u> )<br>szynka drobiowa 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>napar z herbaty czarnej z cytryną b/c 200 ml                              | kefir 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>kanapka z serem i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jęczmien.</u> ) |
|                  | Z ogr. latwp. węgłowod. C03 | ryż na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>ser żółty 50 g ( <u>mleko.</u> )<br>ogórek świeży 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                                   | brzoskwinia 140 g | krupnik 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, jęczmien.</u> )<br>klopsik z indyka pieczony 80 g ( <u>pszenica, jaja.</u> )<br>sos pietruszkowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>marchewki mini z oliwą oliwek gotowane 100 g<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                                         | chleb orkiszowy 100 g<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>salatka bawarska ze słonecznikiem 100 g ( <u>jaja, gorczyca.</u> )<br>szynka drobiowa 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>napar z herbaty czarnej z cytryną b/c 200 ml                              | kefir 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>kanapka z serem i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jęczmien.</u> ) |
|                  | Latwostrawna P02/1          | ryż na mleku 0,5 [Por] x 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 0,5 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek almette smietankowy 30 g ( <u>mleko.</u> )<br>dzem mini 25 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,5 [Por] x 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> ) | brzoskwinia 140 g | krupnik 0,5 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, jęczmien.</u> )<br>klopsik z indyka pieczony 0,5 [Por] x 80 g ( <u>pszenica, jaja.</u> )<br>sos pietruszkowy 0,5 [Por] x 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 0,5 [Por] x 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>marchewki mini z oliwą oliwek gotowane 0,5 [Por] x 100 g<br>kompot wielowocowy b/c 0,5 [Por] x 200 ml | bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 0,5 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka drobiowa 0,5 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>szpinak 5 g<br>pomidor 0,5 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryną b/c 200 ml | kefir 200 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                  |

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

|                  |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                               |
|------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| 2026-08-26 środa | Latwostrawna P02/2                        | ryz na mleku 0,7 [Por] x 350 ml ( <u>mleko,</u> )<br>bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>masło smietankowe 60% 0,7 [Por] x 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>serek almette smietankowy 30 g ( <u>mleko,</u> )<br>dzem mini 25 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,7 [Por] x 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn,</u> )                         | brzoskwinia 140 g                                                            | krupnik 0,7 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, jeczmienn,</u> )<br>klopsik z indyka pieczony 0,7 [Por] x 80 g ( <u>pszenica, jaja,</u> )<br>sos pietruszkowy 0,7 [Por] x 20 g ( <u>pszenica, mleko,</u> )<br>ziemniaki gotowane 0,7 [Por] x 200 g ( <u>mleko,</u> )<br>marchewki mini z oliwa oliwek gotowane 0,7 [Por] x 100 g<br>kompot wielowocowy b/c 0,7 [Por] x 200 ml | bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>masło ekstra 82% 0,7 [Por] x 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>szynka drobiowa 0,7 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja,</u> )<br>szpinak 5 g<br>pomidor 0,7 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | kefir 200 g ( <u>mleko,</u> ) |
|                  | Latwostrawna P02/3                        | ryz na mleku 350 ml ( <u>mleko,</u> )<br>bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>serek almette smietankowy 30 g ( <u>mleko,</u> )<br>dzem mini 25 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn,</u> )                                                                         | brzoskwinia 140 g                                                            | krupnik 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, jeczmienn,</u> )<br>klopsik z indyka pieczony 80 g ( <u>pszenica, jaja,</u> )<br>sos pietruszkowy 20 g ( <u>pszenica, mleko,</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko,</u> )<br>marchewki mini z oliwa oliwek gotowane 100 g<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                                         | bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>szynka drobiowa 50 g ( <u>pszenica, soja,</u> )<br>szpinak 5 g<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                 | kefir 200 g ( <u>mleko,</u> ) |
|                  | Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05 | ryz na mleku 350 ml ( <u>mleko,</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>serek almette smietankowy 30 g ( <u>mleko,</u> )<br>dzem mini 25 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn,</u> )                                                                                                                         | brzoskwinia 140 g                                                            | krupnik 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, jeczmienn,</u> )<br>klopsik z indyka pieczony 80 g ( <u>pszenica, jaja,</u> )<br>sos pietruszkowy 20 g ( <u>pszenica, mleko,</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko,</u> )<br>marchewki mini z oliwa oliwek gotowane 100 g<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                                         | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>szynka drobiowa 50 g ( <u>pszenica, soja,</u> )<br>szpinak 5 g<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                                                            | kefir 200 g ( <u>mleko,</u> ) |
|                  | Bogatobialkowa D07                        | ryz na mleku 350 ml ( <u>mleko,</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>serek almette smietankowy 30 g ( <u>mleko,</u> )<br>kielbasa drobiowo-wieprzowa (wedlina) 50 g ( <u>pszenica, soja,</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn,</u> ) | brzoskwinia 140 g<br>jogurt naturalny wysokobiałkowy 200 g ( <u>mleko,</u> ) | krupnik 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, jeczmienn,</u> )<br>klopsik z indyka pieczony 80 g ( <u>pszenica, jaja,</u> )<br>sos pietruszkowy 20 g ( <u>pszenica, mleko,</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko,</u> )<br>marchewki mini z oliwa oliwek gotowane 100 g<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                                         | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>szynka drobiowa 2 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja,</u> )<br>szpinak 5 g<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                       | kefir 200 g ( <u>mleko,</u> ) |

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

|                     |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                              |
|---------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-08-27 czwartek | Podstawowa D01              | <p>kasza manna na mleku 350 ml (<u>pszenica, mleko.</u>)</p> <p>chleb pszenno-żytni 100 g (<u>pszenica, soja, sezam, żyto.</u>)</p> <p>masło smietankowe 60% 10 g (<u>mleko.</u>)</p> <p>szynka z kurczaka 50 g (<u>pszenica, soja.</u>)</p> <p>pomidor 100 g</p> <p>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>mleko, żyto, jęczmien.</u>)</p> | <p>morela 140 g</p> | <p>zupa kalafiorowa z tartym ciastem 300 g (<u>pszenica, jaja, mleko, seler.</u>)</p> <p>kotleciki babuni smazone 80 g (<u>pszenica, jaja, mleko.</u>)</p> <p>ziemniaki gotowane 200 g (<u>mleko.</u>)</p> <p>surówka czerwony coleslaw 100 g (<u>jaja, gorczyzca, może zawierac: seler.</u>)</p> <p>kompot wieloowocowy b/c 200 ml</p>               | <p>chleb razowy wiejski 100 g (<u>pszenica, żyto.</u>)</p> <p>masło ekstra 82% 10 g (<u>mleko.</u>)</p> <p>pasztet kolacja 90 g (<u>pszenica, soja, seler.</u>)</p> <p>rzodkiewka 30 g</p> <p>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml</p> | <p>jogobella owocowa bez cukru 150 g (<u>mleko.</u>)</p>                                                                                     |
|                     | Latwo strawna D02           | <p>kasza manna na mleku 350 ml (<u>pszenica, mleko.</u>)</p> <p>chleb pszenny 100 g (<u>pszenica.</u>)</p> <p>masło smietankowe 60% 10 g (<u>mleko.</u>)</p> <p>szynka z kurczaka 50 g (<u>pszenica, soja.</u>)</p> <p>pomidor 100 g</p> <p>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>mleko, żyto, jęczmien.</u>)</p>                          | <p>morela 140 g</p> | <p>zupa kalafiorowa z tartym ciastem 300 g (<u>pszenica, jaja, mleko, seler.</u>)</p> <p>bitka drobiowa duszona 110 g (<u>seler.</u>)</p> <p>sos jarzynowy 20 g (<u>pszenica, mleko, seler.</u>)</p> <p>ziemniaki gotowane 200 g (<u>mleko.</u>)</p> <p>bukiet warzyw gotowany 200 g (<u>mleko, seler.</u>)</p> <p>kompot wieloowocowy b/c 200 ml</p> | <p>chleb pszenny 100 g (<u>pszenica.</u>)</p> <p>masło ekstra 82% 10 g (<u>mleko.</u>)</p> <p>kielbasa drobiowa (wedlina) 50 g (<u>pszenica, soja.</u>)</p> <p>pomidor 100 g</p> <p>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml</p>           | <p>jogobella owocowa bez cukru 150 g (<u>mleko.</u>)</p>                                                                                     |
|                     | Z ogr. latwp. węgłowod. D03 | <p>kasza manna na mleku 350 ml (<u>pszenica, mleko.</u>)</p> <p>chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>pszenica, soja, żyto.</u>)</p> <p>masło smietankowe 60% 10 g (<u>mleko.</u>)</p> <p>szynka z kurczaka 50 g (<u>pszenica, soja.</u>)</p> <p>pomidor 100 g</p> <p>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>mleko, żyto, jęczmien.</u>)</p> | <p>morela 140 g</p> | <p>zupa kalafiorowa z tartym ciastem 300 g (<u>pszenica, jaja, mleko, seler.</u>)</p> <p>bitka drobiowa duszona 110 g (<u>seler.</u>)</p> <p>sos jarzynowy 20 g (<u>pszenica, mleko, seler.</u>)</p> <p>ziemniaki gotowane 200 g (<u>mleko.</u>)</p> <p>bukiet warzyw gotowany 200 g (<u>mleko, seler.</u>)</p> <p>kompot wieloowocowy b/c 200 ml</p> | <p>chleb razowy wiejski 100 g (<u>pszenica, żyto.</u>)</p> <p>masło ekstra 82% 10 g (<u>mleko.</u>)</p> <p>pasztet kolacja 90 g (<u>pszenica, soja, seler.</u>)</p> <p>rzodkiewka 30 g</p> <p>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml</p> | <p>jogobella owocowa bez cukru 150 g (<u>mleko.</u>)</p>                                                                                     |
|                     | Podstawowa C01              | <p>kasza manna na mleku 350 ml (<u>pszenica, mleko.</u>)</p> <p>chleb pszenno-żytni 100 g (<u>pszenica, soja, sezam, żyto.</u>)</p> <p>masło smietankowe 60% 10 g (<u>mleko.</u>)</p> <p>szynka z kurczaka 50 g (<u>pszenica, soja.</u>)</p> <p>pomidor 100 g</p> <p>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>mleko, żyto, jęczmien.</u>)</p> | <p>morela 140 g</p> | <p>zupa kalafiorowa z tartym ciastem 300 g (<u>pszenica, jaja, mleko, seler.</u>)</p> <p>bitka drobiowa duszona 110 g (<u>seler.</u>)</p> <p>sos jarzynowy 20 g (<u>pszenica, mleko, seler.</u>)</p> <p>ziemniaki gotowane 200 g (<u>mleko.</u>)</p> <p>bukiet warzyw gotowany 200 g (<u>mleko, seler.</u>)</p> <p>kompot wieloowocowy b/c 200 ml</p> | <p>chleb razowy wiejski 100 g (<u>pszenica, żyto.</u>)</p> <p>masło ekstra 82% 10 g (<u>mleko.</u>)</p> <p>pasztet kolacja 90 g (<u>pszenica, soja, seler.</u>)</p> <p>rzodkiewka 30 g</p> <p>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml</p> | <p>jogobella owocowa bez cukru 150 g (<u>mleko.</u>)</p> <p>kanapka z szynka i warzywami 120 g (<u>pszenica, soja, mleko, jęczmien.</u>)</p> |

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

|                     |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                             |
|---------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-08-27 czwartek | Z ogr. latwp. weglowod. (cukrzycowa) C03 | kasza manna na mleku 350 ml<br>( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g<br>( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml<br>( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                                                      | morela 140 g | zupa kalafiorowa z tartym ciastem 300 g<br>( <u>pszenica, jaja, mleko, seler.</u> )<br>bitka drobiowa duszona 110 g ( <u>seler.</u> )<br>sos jarzynowy 20 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>bukiet warzyw gotowany 200 g ( <u>mleko, seler.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                                      | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>pasztet kolacja 90 g ( <u>pszenica, soja, seler.</u> )<br>rzodkiewka 30 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                             | jogobella owocowa bez cukru 150 g<br>( <u>mleko.</u> )<br>kanapka z szynka i warzywami 120 g<br>( <u>pszenica, soja, mleko, jęczmien.</u> ) |
|                     | Łatwostrawna P02/1                       | kasza manna na mleku 0,5 [Por] x 350 ml<br>( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g<br>( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 0,5 [Por] x 10 g<br>( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 0,5 [Por] x 50 g<br>( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor 0,5 [Por] x 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,5 [Por] x 200 ml<br>( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> ) | morela 140 g | zupa kalafiorowa z tartym ciastem 0,5 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, jaja, mleko, seler.</u> )<br>bitka drobiowa duszona 0,5 [Por] x 110 g ( <u>seler.</u> )<br>sos jarzynowy 0,5 [Por] x 20 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 0,5 [Por] x 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>bukiet warzyw gotowany 0,5 [Por] x 200 g ( <u>mleko, seler.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 0,5 [Por] x 200 ml | bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g<br>( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 0,5 [Por] x 10 g<br>( <u>mleko.</u> )<br>kielbasa drobiowa (wedlina) 0,5 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor 0,5 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | jogobella owocowa bez cukru 150 g<br>( <u>mleko.</u> )                                                                                      |
|                     | Łatwostrawna P02/2                       | kasza manna na mleku 0,7 [Por] x 350 ml<br>( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g<br>( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 0,7 [Por] x 10 g<br>( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 0,7 [Por] x 50 g<br>( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor 0,7 [Por] x 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,7 [Por] x 200 ml<br>( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> ) | morela 140 g | zupa kalafiorowa z tartym ciastem 0,7 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, jaja, mleko, seler.</u> )<br>bitka drobiowa duszona 0,7 [Por] x 110 g ( <u>seler.</u> )<br>sos jarzynowy 0,7 [Por] x 20 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 0,7 [Por] x 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>bukiet warzyw gotowany 0,7 [Por] x 200 g ( <u>mleko, seler.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 0,7 [Por] x 200 ml | bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g<br>( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 0,7 [Por] x 10 g<br>( <u>mleko.</u> )<br>kielbasa drobiowa (wedlina) 0,7 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor 0,7 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | jogobella owocowa bez cukru 150 g<br>( <u>mleko.</u> )                                                                                      |
|                     | Łatwostrawna P02/3                       | kasza manna na mleku 350 ml<br>( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml<br>( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                                                                                  | morela 140 g | zupa kalafiorowa z tartym ciastem 300 g<br>( <u>pszenica, jaja, mleko, seler.</u> )<br>bitka drobiowa duszona 110 g ( <u>seler.</u> )<br>sos jarzynowy 20 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>bukiet warzyw gotowany 200 g ( <u>mleko, seler.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                                      | bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>kielbasa drobiowa (wedlina) 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                       | jogobella owocowa bez cukru 150 g<br>( <u>mleko.</u> )                                                                                      |

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

|                     |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                         |
|---------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| 2026-08-27 czwartek | Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05 | kasza manna na mleku 350 ml ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>szynka z kurczaka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn.</u> )                                                 | morela 140 g | zupa kalafiorowa z tartym ciastem 300 g ( <u>pszenica, jaja, mleko, seler.</u> )<br>bitka drobiowa duszona 110 g ( <u>seler.</u> )<br>sos jarzynowy 20 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>bukiet warzyw gotowany 200 g ( <u>mleko, seler.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>kielbasa drobiowa (wedlina) 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                                                     | jogobella owocowa bez cukru 150 g ( <u>mleko.</u> )     |
|                     | Bogatobiałkowa D07                        | kasza manna na mleku 350 ml ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn.</u> ) | morela 140 g | zupa kalafiorowa z tartym ciastem 300 g ( <u>pszenica, jaja, mleko, seler.</u> )<br>bitka drobiowa duszona 110 g ( <u>seler.</u> )<br>sos jarzynowy 20 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>bukiet warzyw gotowany 200 g ( <u>mleko, seler.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>kielbasa drobiowa (wedlina) 2 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                | jogobella owocowa bez cukru 150 g ( <u>mleko.</u> )     |
| 2026-08-28 piątek   | Podstawowa D01                            | platkı jaglane na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka maslana 100 g ( <u>pszenica, jaja.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> )<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn.</u> )                      | jablko 150 g | barszcz czerwony z jajkiem 300 g ( <u>pszenica, jaja, mleko, seler.</u> )<br>lazanki z kapusta gotowane 350 g ( <u>pszenica.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                                                                                                                                 | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, zyto.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarozek z pietruszka i siemieniem lnianym kol. 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>papryka 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | jogurt naturalny wysokobiałkowy 200 g ( <u>mleko.</u> ) |
|                     | Latwo strawna D02                         | platkı jaglane na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka maslana 100 g ( <u>pszenica, jaja.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> )<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn.</u> )                      | jablko 150 g | barszcz czerwony z chlebem 300 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler, sezam, zyto.</u> )<br>pulpet rybny pieczone 80 g ( <u>pszenica, jaja, ryby.</u> )<br>sos koperkowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>brokol gotowany 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml   | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarozek z pietruszka i siemieniem lnianym kol. 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml              | jogurt naturalny wysokobiałkowy 200 g ( <u>mleko.</u> ) |

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

|                   |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                           |
|-------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-08-28 piątek | Z ogr. latwp. wegłowod. D03              | platkı jaglane na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>pasta z jajka 100 g ( <u>jaja, mleko.</u> )<br>ogórek świeży 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jeczmienn.</u> )          | jabłko 150 g | barszcz czerwony z chlebem 300 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler, sezam, żyto.</u> )<br>pulpet rybny pieczone 80 g ( <u>pszenica, jaja, ryby.</u> )<br>sos koperkowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>brokuł gotowany 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                                         | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarożek z pietruszka i siemieniem lnianym kol. 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>papryka 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                    | jogurt naturalny wysokobiałkowy 200 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                   |
|                   | Podstawowa C01                           | platkı jaglane na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka masłana 100 g ( <u>pszenica, jaja.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> )<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jeczmienn.</u> )                                                 | jabłko 150 g | barszcz czerwony z chlebem 300 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler, sezam, żyto.</u> )<br>pulpet rybny pieczone 80 g ( <u>pszenica, jaja, ryby.</u> )<br>sos koperkowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>brokuł gotowany 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                                         | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarożek z pietruszka i siemieniem lnianym kol. 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>papryka 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                    | jogurt naturalny wysokobiałkowy 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>kanapka z serem i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jeczmienn.</u> ) |
|                   | Z ogr. latwp. wegłowod. (cukrzycowa) C03 | platkı jaglane na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>pasta z jajka 100 g ( <u>jaja, mleko.</u> )<br>ogórek świeży 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jeczmienn.</u> )          | jabłko 150 g | barszcz czerwony z chlebem 300 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler, sezam, żyto.</u> )<br>pulpet rybny pieczone 80 g ( <u>pszenica, jaja, ryby.</u> )<br>sos koperkowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>brokuł gotowany 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                                         | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarożek z pietruszka i siemieniem lnianym kol. 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>papryka 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                    | jogurt naturalny wysokobiałkowy 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>kanapka z serem i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jeczmienn.</u> ) |
|                   | Łatwostrawna P02/1                       | platkı jaglane na mleku 0,5 [Por] x 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka masłana 0,5 [Por] x 100 g ( <u>pszenica, jaja.</u> )<br>masło smietankowe 60% 0,5 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> )<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,5 [Por] x 200 ml ( <u>mleko, żyto, jeczmienn.</u> ) | jabłko 150 g | barszcz czerwony z chlebem 0,5 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler, sezam, żyto.</u> )<br>pulpet rybny pieczone 0,5 [Por] x 80 g ( <u>pszenica, jaja, ryby.</u> )<br>sos koperkowy 0,5 [Por] x 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 0,5 [Por] x 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>brokuł gotowany 0,5 [Por] x 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 0,5 [Por] x 200 ml | bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 0,5 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarożek z pietruszka i siemieniem lnianym kol. 0,5 [Por] x 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>pomidor 0,5 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | jogurt naturalny wysokobiałkowy 200 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                   |

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

|                   |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                         |
|-------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| 2026-08-28 piątek | Latwostrawna P02/2                        | platkı jaglane na mleku 0,7 [Por] x 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka masłana 0,7 [Por] x 100 g ( <u>pszenica, jaja.</u> )<br>masło smietankowe 60% 0,7 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> )<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,7 [Por] x 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn.</u> ) | jablko 150 g | barszcz czerwony z chlebem 0,7 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler, sezam, zyto.</u> )<br>pulpet rybny pieczone 0,7 [Por] x 80 g ( <u>pszenica, jaja, ryby.</u> )<br>sos koperkowy 0,7 [Por] x 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 0,7 [Por] x 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>brokul gotowany 0,7 [Por] x 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 0,7 [Por] x 200 ml | bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 0,7 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarozek z pietruszka i siemieniem lnianym kol. 0,7 [Por] x 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>pomidor 0,7 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | jogurt naturalny wysokobiałkowy 200 g ( <u>mleko.</u> ) |
|                   | Latwostrawna P02/3                        | platkı jaglane na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka masłana 100 g ( <u>pszenica, jaja.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> )<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn.</u> )                                                 | jablko 150 g | barszcz czerwony z chlebem 300 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler, sezam, zyto.</u> )<br>pulpet rybny pieczone 80 g ( <u>pszenica, jaja, ryby.</u> )<br>sos koperkowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>brokul gotowany 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                                         | bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarozek z pietruszka i siemieniem lnianym kol. 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                 | jogurt naturalny wysokobiałkowy 200 g ( <u>mleko.</u> ) |
|                   | Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05 | platkı jaglane na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka masłana 100 g ( <u>pszenica, jaja.</u> )<br>skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> )<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn.</u> )                                                                                                 | jablko 150 g | barszcz czerwony z chlebem 300 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler, sezam, zyto.</u> )<br>pulpet rybny pieczone 80 g ( <u>pszenica, jaja, ryby.</u> )<br>sos koperkowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>brokul gotowany 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                                         | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>twarozek z pietruszka i siemieniem lnianym kol. 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                                                            | jogurt naturalny wysokobiałkowy 200 g ( <u>mleko.</u> ) |
|                   | Bogatobiałkowa D07                        | platkı jaglane na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>pasta z jajka 100 g ( <u>jaja, mleko.</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmienn.</u> )                                         | jablko 150 g | barszcz czerwony z chlebem 300 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler, sezam, zyto.</u> )<br>pulpet rybny pieczone 80 g ( <u>pszenica, jaja, ryby.</u> )<br>sos koperkowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>brokul gotowany 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                                         | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarozek z pietruszka i siemieniem lnianym kol. 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>mix salat 5 g<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                 | jogurt naturalny wysokobiałkowy 200 g ( <u>mleko.</u> ) |

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

|                   |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |             |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                        |
|-------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-08-29 sobota | Podstawowa D01              | platkí owsiane na mleku 350 ml ( <u>mleko, owies,</u> )<br>chleb pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, sezam, żyto,</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>szynka wieprzowa 50 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler,</u> )<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jeczmién,</u> ) | banan 160 g | zupa pomidorowa z ryżem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>watróbka z kurczaka z cebulka duszona 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko,</u> )<br>surówka Coleslaw 100 g ( <u>jaja, gorczyca,</u> )<br>kompót wieloowocowy b/c 200 ml | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto,</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>salatka makaronowa z brokulem i słonecznikiem 100 g ( <u>pszenica, jaja, gorczyca,</u> )<br>ser żółty 50 g ( <u>mleko,</u> )<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko,</u> )                                                                                   |
|                   | Latwo strawna D02           | platkí owsiane na mleku 350 ml ( <u>mleko, owies,</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>szynka wieprzowa 50 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler,</u> )<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jeczmién,</u> )                          | banan 160 g | zupa pomidorowa z ryżem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>indyk krojony duszony 110 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko,</u> )<br>salata lodowa z jogurtem 50 g ( <u>mleko,</u> )<br>kompót wieloowocowy b/c 200 ml     | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>szynka drobiowa 50 g ( <u>pszenica, soja,</u> )<br>serek mini kiri 17 g ( <u>mleko,</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko,</u> )                                                                                   |
|                   | Z ogr. latwp. węgłowod. D03 | platkí owsiane na mleku 350 ml ( <u>mleko, owies,</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto,</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>szynka wieprzowa 50 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler,</u> )<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jeczmién,</u> ) | banan 160 g | zupa pomidorowa z ryżem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>indyk krojony duszony 110 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko,</u> )<br>salata lodowa z jogurtem 50 g ( <u>mleko,</u> )<br>kompót wieloowocowy b/c 200 ml     | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto,</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>salatka makaronowa z brokulem i słonecznikiem 100 g ( <u>pszenica, jaja, gorczyca,</u> )<br>ser żółty 50 g ( <u>mleko,</u> )<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko,</u> )                                                                                   |
|                   | Podstawowa C01              | platkí owsiane na mleku 350 ml ( <u>mleko, owies,</u> )<br>chleb pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, sezam, żyto,</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>szynka wieprzowa 50 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler,</u> )<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jeczmién,</u> ) | banan 160 g | zupa pomidorowa z ryżem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>indyk krojony duszony 110 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko,</u> )<br>salata lodowa z jogurtem 50 g ( <u>mleko,</u> )<br>kompót wieloowocowy b/c 200 ml     | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto,</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>salatka makaronowa z brokulem i słonecznikiem 100 g ( <u>pszenica, jaja, gorczyca,</u> )<br>ser żółty 50 g ( <u>mleko,</u> )<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko,</u> )<br>kanapka z szynka i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jeczmién,</u> ) |

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

|                   |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                   |
|-------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-08-29 sobota | Z ogr. latwp. węglowod. (cukrzycowa) C03 | platkі owsiane na mleku 350 ml ( <u>mleko</u> ,<br><u>owies</u> ,)<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g<br>( <u>pszenica</u> , <u>soja</u> , <u>żyto</u> ,)<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko</u> ,)<br>szynka wieprzowa 50 g ( <u>pszenica</u> , <u>soja</u> ,<br><u>mleko</u> , <u>seler</u> ,)<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml<br>( <u>mleko</u> , <u>żyto</u> , <u>jęczmien</u> ,)                       | banan 160 g | zupa pomidorowa z ryżem 300 g<br>( <u>pszenica</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u> ,)<br>indyk krojony duszony 110 g ( <u>pszenica</u> ,<br><u>mleko</u> , <u>seler</u> ,)<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko</u> ,)<br>sałata lodowa z jogurtem 50 g ( <u>mleko</u> ,)<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                                      | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica</u> ,<br><u>żyto</u> ,)<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko</u> ,)<br>sałatka makaronowa z brokulem i<br>słonecznikiem 100 g ( <u>pszenica</u> , <u>jaja</u> ,<br><u>gorczyca</u> ,)<br>ser żółty 50 g ( <u>mleko</u> ,)<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200<br>ml  | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko</u> ,)<br>kanapka z szynka i warzywami 120 g<br>( <u>pszenica</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>jęczmien</u> ,) |
|                   | Latwostrawna P02/1                       | platkі owsiane na mleku 0,5 [Por] x 350<br>ml ( <u>mleko</u> , <u>owies</u> ,)<br>bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g<br>( <u>pszenica</u> ,)<br>masło smietankowe 60% 0,5 [Por] x 10 g<br>( <u>mleko</u> ,)<br>szynka wieprzowa 0,5 [Por] x 50 g<br>( <u>pszenica</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u> ,)<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,5 [Por] x<br>200 ml ( <u>mleko</u> , <u>żyto</u> , <u>jęczmien</u> ,) | banan 160 g | zupa pomidorowa z ryżem 0,5 [Por] x 300<br>g ( <u>pszenica</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u> ,)<br>indyk krojony duszony 0,5 [Por] x 110 g<br>( <u>pszenica</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u> ,)<br>ziemniaki gotowane 0,5 [Por] x 200 g<br>( <u>mleko</u> ,)<br>sałata lodowa z jogurtem 0,5 [Por] x 50 g<br>( <u>mleko</u> ,)<br>kompot wielowocowy b/c 0,5 [Por] x 200<br>ml | bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g<br>( <u>pszenica</u> ,)<br>masło ekstra 82% 0,5 [Por] x 10 g<br>( <u>mleko</u> ,)<br>szynka drobiowa 0,5 [Por] x 50 g<br>( <u>pszenica</u> , <u>soja</u> ,)<br>serek mini kiri 17 g ( <u>mleko</u> ,)<br>pomidor 0,5 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200<br>ml | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko</u> ,)                                                                                                              |
|                   | Latwostrawna P02/2                       | platkі owsiane na mleku 0,7 [Por] x 350<br>ml ( <u>mleko</u> , <u>owies</u> ,)<br>bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g<br>( <u>pszenica</u> ,)<br>masło smietankowe 60% 0,7 [Por] x 10 g<br>( <u>mleko</u> ,)<br>szynka wieprzowa 0,7 [Por] x 50 g<br>( <u>pszenica</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u> ,)<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,7 [Por] x<br>200 ml ( <u>mleko</u> , <u>żyto</u> , <u>jęczmien</u> ,) | banan 160 g | zupa pomidorowa z ryżem 0,7 [Por] x 300<br>g ( <u>pszenica</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u> ,)<br>indyk krojony duszony 0,7 [Por] x 110 g<br>( <u>pszenica</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u> ,)<br>ziemniaki gotowane 0,7 [Por] x 200 g<br>( <u>mleko</u> ,)<br>sałata lodowa z jogurtem 0,7 [Por] x 50 g<br>( <u>mleko</u> ,)<br>kompot wielowocowy b/c 0,7 [Por] x 200<br>ml | bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g<br>( <u>pszenica</u> ,)<br>masło ekstra 82% 0,7 [Por] x 10 g<br>( <u>mleko</u> ,)<br>szynka drobiowa 0,7 [Por] x 50 g<br>( <u>pszenica</u> , <u>soja</u> ,)<br>serek mini kiri 17 g ( <u>mleko</u> ,)<br>pomidor 0,7 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200<br>ml | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko</u> ,)                                                                                                              |
|                   | Latwostrawna P02/3                       | platkі owsiane na mleku 350 ml ( <u>mleko</u> ,<br><u>owies</u> ,)<br>bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica</u> ,)<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko</u> ,)<br>szynka wieprzowa 50 g ( <u>pszenica</u> , <u>soja</u> ,<br><u>mleko</u> , <u>seler</u> ,)<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml<br>( <u>mleko</u> , <u>żyto</u> , <u>jęczmien</u> ,)                                                                   | banan 160 g | zupa pomidorowa z ryżem 300 g<br>( <u>pszenica</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u> ,)<br>indyk krojony duszony 110 g ( <u>pszenica</u> ,<br><u>mleko</u> , <u>seler</u> ,)<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko</u> ,)<br>sałata lodowa z jogurtem 50 g ( <u>mleko</u> ,)<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                                      | bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica</u> ,)<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko</u> ,)<br>szynka drobiowa 50 g ( <u>pszenica</u> , <u>soja</u> ,)<br>serek mini kiri 17 g ( <u>mleko</u> ,)<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200<br>ml                                                          | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko</u> ,)                                                                                                              |

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

|                      |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                      |
|----------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| 2026-08-29 sobota    | Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05 | platkí owsiane na mleku 350 ml ( <u>mleko, owies,</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>szynka wieprzowa 50 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler,</u> )<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmién,</u> )                                                        | banan 160 g                                                            | zupa pomidorowa z ryżem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>indyk krojony duszony 110 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko,</u> )<br>salata lodowa z jogurtem 50 g ( <u>mleko,</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                 | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>szynka drobiowa 50 g ( <u>pszenica, soja,</u> )<br>serek mini kiri 17 g ( <u>mleko,</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                      | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko,</u> )                 |
|                      | Bogatobiałkowa D07                        | platkí owsiane na mleku 350 ml ( <u>mleko, owies,</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>szynka wieprzowa 50 g ( <u>pszenica, soja, mleko, seler,</u> )<br>pomidor cherry 40 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmién,</u> )        | banan 160 g<br>jogurt naturalny wysokobiałkowy 200 g ( <u>mleko,</u> ) | zupa pomidorowa z ryżem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>indyk krojony duszony 110 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko,</u> )<br>salata lodowa z jogurtem 50 g ( <u>mleko,</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                 | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>szynka drobiowa 2 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja,</u> )<br>serek mini kiri 17 g ( <u>mleko,</u> )<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | jogurt pitny 250 g ( <u>mleko,</u> )                 |
| 2026-08-30 niedziela | Podstawowa D01                            | kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>mleko,</u> )<br>chleb pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, sezam, zyto,</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>serek śniadaniowy typu fromage 80 g ( <u>mleko,</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmién,</u> ) | nektarynka 140 g                                                       | zupa jarzynowa z makaronem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>schab pieczony 110 g<br>sos pieczeniowy 20 g ( <u>pszenica, mleko,</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko,</u> )<br>Buraczki z cebulka 100 g<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                           | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, zyto,</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>szynka z indyka 50 g ( <u>pszenica, soja,</u> )<br>salata lodowa lisc 10 g<br>papryka 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml             | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko,</u> ) |
|                      | Latwostrawna D02                          | kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>mleko,</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>serek śniadaniowy typu fromage 80 g ( <u>mleko,</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmién,</u> )                          | nektarynka 140 g                                                       | zupa jarzynowa z makaronem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> )<br>schab pieczony 110 g<br>sos pieczeniowy 20 g ( <u>pszenica, mleko,</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko,</u> )<br>marchewka tarta z jablkiem 100 g ( <u>mleko,</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> )<br>szynka z indyka 50 g ( <u>pszenica, soja,</u> )<br>salata lodowa lisc 10 g<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                          | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko,</u> ) |

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

|                      |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                        |
|----------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-08-30 niedziela | Z ogr. latwp. weglowod. D03              | kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek śniadaniowy typu fromage 80 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                                    | nektarynka 140 g | zupa jarzynowa z makaronem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>schab pieczony 110 g<br>sos pieczeniowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>Buraczki z cebulka 100 g<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                                                                   | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z indyka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>salata lodowa lisc 10 g<br>papryka 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                    | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                   |
|                      | Podstawowa C01                           | kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, sezam, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek śniadaniowy typu fromage 80 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                                    | nektarynka 140 g | zupa jarzynowa z makaronem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>schab pieczony 110 g<br>sos pieczeniowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>Buraczki z cebulka 100 g<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                                                                   | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z indyka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>salata lodowa lisc 10 g<br>papryka 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                    | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>kanapka z szynka i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jęczmien.</u> ) |
|                      | Z ogr. latwp. weglowod. (cukrzycowa) C03 | kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek śniadaniowy typu fromage 80 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                                    | nektarynka 140 g | zupa jarzynowa z makaronem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>schab pieczony 110 g<br>sos pieczeniowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>Buraczki z cebulka 100 g<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                                                                   | chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z indyka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>salata lodowa lisc 10 g<br>papryka 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                    | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>kanapka z szynka i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jęczmien.</u> ) |
|                      | Latwostrawna P02/1                       | kasza kukurydziana na mleku 0,5 [Por] x 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 0,5 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek śniadaniowy typu fromage 80 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor 0,5 [Por] x 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,5 [Por] x 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> ) | nektarynka 140 g | zupa jarzynowa z makaronem 0,5 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>schab pieczony 0,5 [Por] x 110 g<br>sos pieczeniowy 0,5 [Por] x 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 0,5 [Por] x 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>marchewka tarta z jablkiem 0,5 [Por] x 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 0,5 [Por] x 200 ml | bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 0,5 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z indyka 0,5 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>salata lodowa lisc 10 g<br>pomidor 0,5 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                   |

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

|                      |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                      |
|----------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| 2026-08-30 niedziela | Latwostrawna P02/2                        | kasza kukurydziana na mleku 0,7 [Por] x 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 0,7 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek śniadaniowy typu fromage 80 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor 0,7 [Por] x 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,7 [Por] x 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmién.</u> ) | nektarynka 140 g | zupa jarzynowa z makaronem 0,7 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>schab pieczony 0,7 [Por] x 110 g<br>sos pieczeniowy 0,7 [Por] x 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 0,7 [Por] x 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>marchewka tarta z jablkiem 0,7 [Por] x 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 0,7 [Por] x 200 ml | bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 0,7 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z indyka 0,7 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>sałata lodowa liśc 10 g<br>pomidor 0,7 [Por] x 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko.</u> ) |
|                      | Latwostrawna P02/3                        | kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek śniadaniowy typu fromage 80 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmién.</u> )                                                             | nektarynka 140 g | zupa jarzynowa z makaronem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>schab pieczony 110 g<br>sos pieczeniowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>marchewka tarta z jablkiem 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                                         | bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z indyka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>sałata lodowa liśc 10 g<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                 | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko.</u> ) |
|                      | Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05 | kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>serek śniadaniowy typu fromage 80 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmién.</u> )                                                                                                             | nektarynka 140 g | zupa jarzynowa z makaronem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>schab pieczony 110 g<br>sos pieczeniowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>marchewka tarta z jablkiem 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                                         | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>szynka z indyka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>sałata lodowa liśc 10 g<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                                                                            | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko.</u> ) |
|                      | Bogatobiałkowa D07                        | kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>serek śniadaniowy typu fromage 80 g ( <u>mleko.</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmién.</u> )                                                             | nektarynka 140 g | zupa jarzynowa z makaronem 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler.</u> )<br>schab pieczony 110 g<br>sos pieczeniowy 20 g ( <u>pszenica, mleko.</u> )<br>ziemniaki gotowane 200 g ( <u>mleko.</u> )<br>marchewka tarta z jablkiem 100 g ( <u>mleko.</u> )<br>kompot wielowocowy b/c 200 ml                                                                         | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z indyka 2 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>sałata lodowa liśc 10 g<br>pomidor 100 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                       | ekologiczny jogurt naturalny 200 g ( <u>mleko.</u> ) |

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

|                         |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                            |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                 |
|-------------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-08-31 poniedziałek | Podstawowa D01              | kasza jaglana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>ogórek świeży 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> ) | mus warzywno-owocowy 100 g | zurek z ziemniakami 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, owies.</u> )<br>makaron z sosem bolonskim i oliwa z oliwek gotowany 300 g ( <u>pszenica.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml               | chleb orkiszowy 100 g<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarożek z makrelą 100 g ( <u>ryby, mleko.</u> )<br>roszponka 5 g<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryną b/c 200 ml                       | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                  |
|                         | Latwo strawna D02           | kasza jaglana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                                | mus warzywno-owocowy 100 g | zurek z ziemniakami 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, owies.</u> )<br>makaron z sosem miesno-warzywnym i oliwą z oliwek gotowany 300 g ( <u>pszenica, seler.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarożek z koperkiem kolacja 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>roszponka 5 g<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryną b/c 200 ml | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                  |
|                         | Z ogr. latwp. węgłowod. D03 | kasza jaglana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>ogórek świeży 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> ) | mus warzywno-owocowy 100 g | zurek z ziemniakami 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, owies.</u> )<br>makaron z sosem bolonskim i oliwą z oliwek gotowany 300 g ( <u>pszenica.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml               | chleb orkiszowy 100 g<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarożek z makrelą 100 g ( <u>ryby, mleko.</u> )<br>roszponka 5 g<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryną b/c 200 ml                       | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                  |
|                         | Podstawowa C01              | kasza jaglana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>ogórek świeży 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> ) | mus warzywno-owocowy 100 g | zurek z ziemniakami 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, owies.</u> )<br>makaron z sosem bolonskim i oliwą z oliwek gotowany 300 g ( <u>pszenica.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml               | chleb orkiszowy 100 g<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarożek z makrelą 100 g ( <u>ryby, mleko.</u> )<br>roszponka 5 g<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryną b/c 200 ml                       | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> )<br>kanapka z serem i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jęczmien.</u> ) |

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

|                         |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                            |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                 |
|-------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-08-31 poniedziałek | Z ogr. latwp. weglowod. (cukrzycowa) C03 | kasza jaglana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>pszenica, soja, żyto.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>ogórek świeży 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                                          | mus warzywno-owocowy 100 g | zurek z ziemniakami 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, owies.</u> )<br>makaron z sosem bolonskim i oliwa z oliwek gotowany 300 g ( <u>pszenica.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                                   | chleb orkiszowy 100 g<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarożek z makrelą 100 g ( <u>ryby, mleko.</u> )<br>roszponka 5 g<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryną b/c 200 ml                                                           | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> )<br>kanapka z serem i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jęczmien.</u> ) |
|                         | Latwostrawna P02/1                       | kasza jaglana na mleku 0,5 [Por] x 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 0,5 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 0,5 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor 0,5 [Por] x 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,5 [Por] x 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> ) | mus warzywno-owocowy 100 g | zurek z ziemniakami 0,5 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, owies.</u> )<br>makaron z sosem miesno-warzywnym i oliwa z oliwek gotowany 0,5 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, seler.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 0,5 [Por] x 200 ml | bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 0,5 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarożek z koperkiem kolacja 0,5 [Por] x 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>roszponka 5 g<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryną b/c 200 ml | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                  |
|                         | Latwostrawna P02/2                       | kasza jaglana na mleku 0,7 [Por] x 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 0,7 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 0,7 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor 0,7 [Por] x 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,7 [Por] x 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> ) | mus warzywno-owocowy 100 g | zurek z ziemniakami 0,7 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, owies.</u> )<br>makaron z sosem miesno-warzywnym i oliwa z oliwek gotowany 0,7 [Por] x 300 g ( <u>pszenica, seler.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 0,7 [Por] x 200 ml | bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 0,7 [Por] x 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarożek z koperkiem kolacja 0,7 [Por] x 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>roszponka 5 g<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryną b/c 200 ml | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                  |
|                         | Latwostrawna P02/3                       | kasza jaglana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien.</u> )                                                                         | mus warzywno-owocowy 100 g | zurek z ziemniakami 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, owies.</u> )<br>makaron z sosem miesno-warzywnym i oliwa z oliwek gotowany 300 g ( <u>pszenica, seler.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml                                     | bulka pszenna 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarożek z koperkiem kolacja 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>roszponka 5 g<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryną b/c 200 ml                                     | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> )                                                                                  |

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

|                         |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                            |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                |
|-------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 2026-08-31 poniedziałek | Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05 | kasza jaglana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>szynka z kurczaka 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmien.</u> )                                                           | mus warzywno-owocowy 100 g | zurek z ziemniakami 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, owies.</u> )<br>makaron z sosem miesno-warzywnym i oliwa z oliwek gotowany 300 g ( <u>pszenica, seler.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>twarozek z koperkiem kolacja 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>roszponka 5 g<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml                                            | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> ) |
|                         | Bogatobiałkowa D07                        | kasza jaglana na mleku 350 ml ( <u>mleko.</u> )<br>chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło smietankowe 60% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>szynka z kurczaka 2 [Por] x 50 g ( <u>pszenica, soja.</u> )<br>pomidor 100 g<br>kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, zyto, jeczmien.</u> ) | mus warzywno-owocowy 100 g | zurek z ziemniakami 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler, owies.</u> )<br>makaron z sosem miesno-warzywnym i oliwa z oliwek gotowany 300 g ( <u>pszenica, seler.</u> )<br>kompot wieloowocowy b/c 200 ml | chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica.</u> )<br>masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko.</u> )<br>twarozek z koperkiem kolacja 90 g ( <u>mleko.</u> )<br>roszponka 5 g<br>pomidor koktajlowy 30 g<br>napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml | skyr owocowy bez cukru 140 g ( <u>mleko.</u> ) |