

2026-02-04 Środa

Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Jajko (60g)	1. Zupa zalewajka z ziemniakami (400g) /białko mleka,	1. Wędlina (40g) /białko mleka, soja,
2. Sałatka makaronowa z warzywami (80g) /białko mleka, gluten zbóż, seler, jaja/	gluten zbóż/	gluten zbóż/
3. Masło (10g) /białko mleka/	2. Zrazy pieczone z sosem koperkowym (100g) /gluten zbóż,	2. Masło (10g) /białko mleka/
4. Chleb pszenny baltonowski (75g)	jaja, białko mleka/	3. Chleb graham (75g) /mąka graham,
/mąka pszenna, mąka żytnia/	3. dieta podstawowa: Surówka z kapusty białej (100g) /białko	mąka pszenna/
5. Bułka wrocławska (50g) /mąka	mleka/ + Kasza gryczana (150g)	4. Bułka wrocławska (50g) /mąka
pszenna/	dieta łatwo strawna: Buraczki czerwone z jabłkiem (100g) +	pszenna/
6. Herbata napar bez cukru (250g)	Kasza jęczmienna (150g)/gluten zbóż/	5. Herbata napar bez cukru (250g)
	4. Herbata napar bez cukru (250g)	

Dieta podstawowa:	Dieta łatwo strawna:
Energia [kcal]: 1892.2	Energia [kcal]: 1781.5
Białko [g]: 68.6	Białko [g]: 65.1
Tłuszcz [g]: 49.1	Tłuszcz [g]: 40.8
Kwasy tł.nasycone [g]: 18.1	Kwasy tł.nasycone [g]: 17.2
Węglowodany og. [g]: 304.08	Węglowodany og. [g]: 300.37
Cukier [g]: 8.88	Cukier [g]: 14.08
Błonnik [g]: 20.56	Błonnik [g]: 24.17
Sód [mg]: 2304.89	Sód [mg]: 2159.71
Sól [g]: 5.76	Sól [g]: 5.39

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Jajko (60g)	1. Jogurt naturalny (150g)	1. Zupa zalewajka z ziemniakami (400g)	1. Bułka graham (50g) /mąka graham, mąka pszenna/	1. Wędlina (40g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/
2. Sałatka makaronowa z warzywami (80g) /białko mleka, gluten zbóż, seler, jaja/	/białko mleka/	2. Zrazy pieczone z sosem koperkowym(100g) /gluten zbóż, jaja, białko mleka/	2. Serek topiony (17g) /białko mleka/	2. Masło (10g) /białko mleka/
3. Masło (10g) /białko mleka/		3. Surówka z kapusty białej (100g) /białko mleka/		3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/
4. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/		4. Kasza gryczana (150g)		4. Herbata napar bez cukru (250g)
4. Herbata napar bez cukru (250g)		5. Herbata napar bez cukru (250g)		

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:
Energia [kcal]: 1957.9
Białko [g]: 76.3
Tłuszcz [g]: 47.1
Kwasy tł.nasycone [g]: 21
Węglowodany og. [g]: 325.74
Cukier [g]: 20.79
Błonnik [g]: 37.27
Sód [mg]: 2358.16
Sól [g]: 5.89

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

* Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

2026-02-05 Czwartek

Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Twarożek z tartą rzodkiewką (80g) /białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka pszenna, mąka żytnia/ 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Zupa kminkowa z lanym ciastem (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż, jaja/ 2. Klopsiki mięsno – ryżowe z włoszczyzną w sosie pomidorowym (150g) /białko mleka, seler, gluten zbóż/ 3. Surówka z kapusty pekińskiej (100g) /białko mleka/ 4. Ziemniaki (150g) /białko mleka/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. <u>dieta podstawowa</u> : Pasztetowa (70g) / białko mleka, soja, gluten zbóż/ + Ogórek kiszony (40g) <u>dieta łatwo strawna</u> : Wędlina (40g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (75g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1406.2 Białko [g]: 53.2 Tłuszcz [g]: 49.7 Kwasy tł.nasycone [g]: 21.3 Węglowodany og. [g]: 192.45 Cukier [g]: 11.49 Błonnik [g]: 12.27 Sód [mg]: 2932.98 Sól [g]: 7.33	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1286.3 Białko [g]: 52.3 Tłuszcz [g]: 38.8 Kwasy tł.nasycone [g]: 16.8 Węglowodany og. [g]: 188.02 Cukier [g]: 10.89 Błonnik [g]: 12.27 Sód [mg]: 2109.3 Sól [g]: 5.27
---	---

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Twarożek z tartą rzodkiewką (80g) /białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jabłko pieczone (100g)	1. Zupa kminkowa z lanym ciastem (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż, jaja/ 2. Klopsiki mięsno – ryżowe z włoszczyzną w sosie pomidorowym (150g) /białko mleka, seler, gluten zbóż/ 3. Surówka z kapusty pekińskiej (100g) /białko mleka/ 4. Ziemniaki (150g) /białko mleka/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Bułka graham (50g) /mąka graham, mąka pszenna/ 2. Masło (5g) /białko mleka/ 3. Jajko (35g)	1. Wędlina (40g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1488.3 Białko [g]: 60.5 Tłuszcz [g]: 46.7 Kwasy tł.nasycone [g]: 20.5 Węglowodany og. [g]: 220.29 Cukier [g]: 14.04 Błonnik [g]: 28.02 Sód [mg]: 2117.18 Sól [g]: 5.29
--

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

* Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

2026-02-06 Piątek

Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Zupa mleczna z kaszą manną (400g) / białko mleka, gluten zbóż / + Dżem (30g) 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) / mąka pszenna, mąka żytnia / 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna / 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Zupa pomidorowa z makaronem (400g) / seler, gluten zbóż, jaja / 2. Ryba pieczona z jarzynami po grecku (150g) / białko mleka, seler, ryba / 3. <u>dieta podstawowa</u> : Surówka z kiszonej kapusty z olejem (100g) 4. Ziemniaki (150g) / białko mleka / 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Pasta jajeczna (80g) / białko mleka, jaja / + Roszponka (10g) 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb graham (75g) / mąka graham, mąka pszenna / 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna / 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1514.5 Białko [g]: 62.5 Tłuszcz [g]: 43.6 Kwasy tł.nasycone [g]: 18.9 Węglowodany og. [g]: 224.58 Cukier [g]: 35.95 Błonnik [g]: 13.54 Sód [mg]: 1975.92 Sól [g]: 4.93	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1443.7 Białko [g]: 61.6 Tłuszcz [g]: 37.8 Kwasy tł.nasycone [g]: 18.5 Węglowodany og. [g]: 219.94 Cukier [g]: 34.24 Błonnik [g]: 11.73 Sód [mg]: 1820.22 Sól [g]: 4.55
---	--

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Ser żółty (40g) + Surówka z pora z groszkiem, ogórkiem kiszonym, pieczarka marynowana i jajkiem (30g) / białko mleka, jaja / 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna / / 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Kisiel (200g)	1. Zupa pomidorowa z makaronem (400g) / seler, gluten zbóż, jaja / 2. Ryba pieczona z jarzynami po grecku (150g) / białko mleka, seler, ryba / 3. Surówka z kiszonej kapusty z olejem (100g) 4. Ziemniaki (150g) / białko mleka / 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Bułka graham (50g) / mąka graham, mąka pszenna / 2. Pasztet drobiowy (35g) / gluten zbóż, seler, białko mleka, soja / 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna /	1. Pasta jajeczna (80g) / białko mleka, jaja / + Roszponka (10g) 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna / (250g) 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1581 Białko [g]: 65.3 Tłuszcz [g]: 52.6 Kwasy tł.nasycone [g]: 22.5 Węglowodany og. [g]: 224.7 Cukier [g]: 26.82 Błonnik [g]: 26.37 Sód [mg]: 2181.42 Sól [g]: 5.45

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

* Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

2026-02-07 Sobota

Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Pasta rybno – serowa (80g) / ryba, białko mleka/ 2. Masło (10g) / białko mleka/ 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) / mąka pszenna, mąka żytnia/ 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Zupa grysikowa z jarzynami (400g) / białko mleka, seler, gluten zbóż/ 2. Potrawka drobiowo - jarzynowa (150g) / białko mleka, gluten zbóż/ 3. <u>dieta podstawowa:</u> Ogórek kiszony (60g) 4. Ziemniaki (150g) / białko mleka/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Wędlina (40g) / białko mleka, soja, gluten zbóż/ 2. Masło (10g) / białko mleka/ 3. Chleb graham (75g) / mąka graham, mąka pszenna/ 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa:	Dieta łatwo strawna:
Energia [kcal]: 1528.5	Energia [kcal]: 1524.6
Białko [g]: 69.6	Białko [g]: 69.3
Tłuszcz [g]: 38.6	Tłuszcz [g]: 38.6
Kwasy tł.nasycone [g]: 16.7	Kwasy tł.nasycone [g]: 16.6
Węglowodany og. [g]: 234.61	Węglowodany og. [g]: 234.07
Cukier [g]: 11.65	Cukier [g]: 11.38
Błonnik [g]: 18.29	Błonnik [g]: 18.29
Sód [mg]: 2327.8	Sód [mg]: 1917.4
Sól [g]: 5.81	Sól [g]: 4.79

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Pasta rybno – serowa (80g) / ryba, białko mleka/ 2. Masło (10g) / białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jabłko pieczone (100g)	1. Zupa grysikowa z jarzynami (400g) / białko mleka, seler, gluten zbóż/ 2. Potrawka drobiowo - jarzynowa (150g) / białko mleka, gluten zbóż/ 3. Ogórek kiszony (60g) 4. Ziemniaki (150g) / białko mleka/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Kefir (200g) / białko mleka/	1. Wędlina (40g) / białko mleka, soja, gluten zbóż/ 2. Masło (10g) / białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:
Energia [kcal]: 1602.9
Białko [g]: 74.4
Tłuszcz [g]: 41.8
Kwasy tł.nasycone [g]: 18.4
Węglowodany og. [g]: 247.76
Cukier [g]: 19.09
Błonnik [g]: 31.03
Sód [mg]: 2129.31
Sól [g]: 5.32

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

* Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

2026-02-08 Niedziela
Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Wędlina (40g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka pszenna, mąka żytnia/ 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Zupa jarzynowa z ryżem (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż/ 2. Pieczeń rzymska (100g) /białko mleka, gluten zbóż, jaja/ 3. Marchewka oprószana (100g) /białko mleka, gluten zbóż/ 4. Ziemniaki (150g) /białko mleka/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Twarożek z tartą rzodkiewką (80g) /białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (75g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1541.6 Białko [g]: 77.6 Tłuszcz [g]: 52.7 Kwasy tł.nasycone [g]: 20.1 Węglowodany og. [g]: 197.35 Cukier [g]: 17.06 Błonnik [g]: 16.79 Sód [mg]: 2128.79 Sól [g]: 5.32	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1509.8 Białko [g]: 76.9 Tłuszcz [g]: 48.5 Kwasy tł.nasycone [g]: 20.1 Węglowodany og. [g]: 200.36 Cukier [g]: 18.32 Błonnik [g]: 18.05 Sód [mg]: 1994.65 Sól [g]: 4.98
---	--

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Wędlina (40g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jogurt naturalny (150g) /białko mleka/	1. Zupa jarzynowa z ryżem (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż/ 2. Pieczeń rzymska (100g) /białko mleka, gluten zbóż, jaja/ 3. Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100g) 4. Ziemniaki (150g) /białko mleka/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Krakersy (50g) /gluten zbóż, soja, białko mleka, jaja, orzechy/	1. Twarożek z tartą rzodkiewką (80g) /białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1775.5 Białko [g]: 87.1 Tłuszcz [g]: 64.8 Kwasy tł.nasycone [g]: 27.1 Węglowodany og. [g]: 224.35 Cukier [g]: 24.15 Błonnik [g]: 26.87 Sód [mg]: 2375.39 Sól [g]: 5.93
--

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

* Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

2026-02-09 Poniedziałek
Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Żurek z jajkiem i kiełbasą (400g) / mąka pszenna, mleko, jaja, może zawierać gluten, soja, seler, gorczyca, sezam, łubin/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) / mąka pszenna, mąka żytnia/ 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. <u>dieta podstawowa</u> : Zupa ogórkowa z makaronem (400g) / białko mleka, seler, gluten zbóż, jaja/ <u>dieta łatwo strawna</u> : Zupa jarzynowa z makaronem (400g) / białko mleka, seler, gluten zbóż, jaja/ 2. Gulasz z fileta drobiowego z jarzynami (100g) / białko mleka, gluten zbóż, seler/ 3. Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100g) 4. Ryż na sypko (150g) 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Pasta rybno – serowa (80g) / ryba, białko mleka/ + Rukola (5g) 2. Masło (10g) / białko mleka/ 3. Chleb graham (75g) / mąka graham, mąka pszenna/ 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1890.4 Białko [g]: 74.3 Tłuszcz [g]: 70 Kwasy tł.nasycone [g]: 34.6 Węglowodany og. [g]: 250.16 Cukier [g]: 15.5 Błonnik [g]: 18.79 Sód [mg]: 2640.9 Sól [g]: 6.6	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1692.4 Białko [g]: 89.2 Tłuszcz [g]: 57.9 Kwasy tł.nasycone [g]: 23.6 Węglowodany og. [g]: 212.64 Cukier [g]: 20.42 Błonnik [g]: 18.38 Sód [mg]: 2069.41 Sól [g]: 5.17
--	--

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Żurek z jajkiem i kiełbasą (400g) / mąka pszenna, mleko, jaja, może zawierać gluten, soja, seler, gorczyca, sezam, łubin/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna/ / 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jabłko pieczone (150g)	1. Zupa jarzynowa z makaronem (400g) / białko mleka, seler, gluten zbóż, jaja/ 2. Gulasz z fileta drobiowego z jarzynami (100g) / białko mleka, gluten zbóż, seler/ 3. Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100g) 4. Ryż na sypko (150g) 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Bułka graham (50g) / mąka graham, mąka pszenna/ 2. Ser topiony (17g) / białko mleka/	1. Pasta rybno – serowa (80g) / ryba, białko mleka/ + Rukola (5g) 2. Masło (10g) / białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1863 Białko [g]: 95.5 Tłuszcz [g]: 63.3 Kwasy tł.nasycone [g]: 26.3 Węglowodany og. [g]: 244.87 Cukier [g]: 23.7 Błonnik [g]: 34.13 Sód [mg]: 2161.15 Sól [g]: 5.4
--

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.
* Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

2026-02-10 Wtorek
Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
-------------	-------	---------

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Zupa mleczna z płatkami owsianymi (400g) / białko mleka, gluten zbóż / + Dżem (30g) 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) / mąka pszenna, mąka żytnia / 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna / 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Zupa kminkowa z lanym ciastem (400g) / seler, gluten zbóż, jaja, białko mleka / 2. <u>dieta podstawowa</u> : Kotlet schabowy w panierce smażony (100g) / gluten zbóż, białko mleka, jaja / + Kapusta zasmażana (100g) / gluten zbóż / <u>dieta łatwo strawna</u> : Schab duszony w sosie (100g) / gluten zbóż, białko mleka / + Marchewka z groszkiem (100g) / białko mleka, gluten zbóż / 3. Ziemniaki (150g) / białko mleka / 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. <u>dieta podstawowa</u> : Salceson (80g) / gluten zbóż, mleko, jaja, seler / + Musztarda (10g) / gorczyca / <u>dieta łatwo strawna</u> : Wędlina (40g) / białko mleka, soja, gluten zbóż / 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb graham (75g) / mąka graham, mąka pszenna / 4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna / 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1837.2 Białko [g]: 67.6 Tłuszcz [g]: 70.9 Kwasy tł.nasycone [g]: 26.5 Węglowodany og. [g]: 239.46 Cukier [g]: 31.19 Błonnik [g]: 14.76 Sód [mg]: 2566.64 Sól [g]: 6.41	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1483.6 Białko [g]: 64.6 Tłuszcz [g]: 36.5 Kwasy tł.nasycone [g]: 18.1 Węglowodany og. [g]: 231.9 Cukier [g]: 34.24 Błonnik [g]: 15.85 Sód [mg]: 2023.96 Sól [g]: 5.05
---	---

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Serek ziarnisty (200g) / białko mleka / + Sałatka z roszponką, rukolą, pomidorem i olejem (100g) 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna / / 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jogurt naturalny (150g) / białko mleka /	1. Zupa kminkowa z lanym ciastem (400g) / seler, gluten zbóż, jaja, białko mleka / 2. Schab duszony w sosie (100g) / gluten zbóż, białko mleka / 3. Marchewka z groszkiem (100g) / białko mleka, gluten zbóż / 4. Ziemniaki (150g) / białko mleka / 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Bułka graham (50g) / mąka graham, mąka pszenna / 2. Masło (10g) / białko mleka / 2. Jajko gotowane (35g)	1. Wędlina (40g) / białko mleka, soja, gluten zbóż / 2. Masło (10g) / białko mleka / 3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna / 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1548.4 Białko [g]: 81.4 Tłuszcz [g]: 50.4 Kwasy tł.nasycone [g]: 25.7 Węglowodany og. [g]: 205.09 Cukier [g]: 18.61 Błonnik [g]: 25.69 Sód [mg]: 2466.62 Sól [g]: 6.16
--

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

* Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

2026-02-11 Środa
Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Wędlina (40g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka pszenna, mąka żytnia/ 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Barszcz ukraiński z ziemniakami (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż, jaja/ 2. dieta podstawowa: Krokiety (300g) /gluten zbóż, białko mleka, jaja / dieta łatwo strawna: Makaron z serem (300g) /gluten zbóż, białko mleka / 3. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Pasta jajeczna z musztardą (80g) /jaja, białko mleka, gorczyca/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (75g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1405.9 Białko [g]: 50 Tłuszcz [g]: 44.2 Kwasy tł.nasycone [g]: 16.7 Węglowodany og. [g]: 209.04 Cukier [g]: 17.01 Błonnik [g]: 14.26 Sód [mg]: 2339.99 Sól [g]: 5.84	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1744.1 Białko [g]: 77.3 Tłuszcz [g]: 38.8 Kwasy tł.nasycone [g]: 19.7 Węglowodany og. [g]: 276 Cukier [g]: 20.67 Błonnik [g]: 9.58 Sód [mg]: 2056.78 Sól [g]: 5.14
---	--

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Wędlina (40g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Kisiel (150g)	1. Barszcz ukraiński z ziemniakami (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż, jaja/ 2. Makaron z serem białym (300g) /gluten zbóż, białko mleka / 3. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Bułka graham (50g) /mąka graham, mąka pszenna/ 2. Pasztet drobiowy (10g) /gluten zbóż, soja, białko mleka/ 3. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Pasta jajeczna z musztardą (80g) /jaja, białko mleka, gorczyca/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1958.8 Białko [g]: 83.4 Tłuszcz [g]: 43.2 Kwasy tł.nasycone [g]: 20.6 Węglowodany og. [g]: 320.17 Cukier [g]: 36.55 Błonnik [g]: 22.68 Sód [mg]: 2215.18 Sól [g]: 5.53
--

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

* Zastrzeżenie zmiany w jadłospisie.

2026-02-11 Środa
Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
-------------	-------	---------

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Wędlina (40g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka pszenna, mąka żytnia/ 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Barszcz ukraiński z ziemniakami (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż, jaja/ 2. Makaron z serem białym (300g) /gluten zbóż, białko mleka / 3. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Pasta jajeczna z musztardą (40g) /jaja, białko mleka, gorczyca/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (75g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1405.9 Białko [g]: 50 Tłuszcz [g]: 44.2 Kwasy tł.nasycone [g]: 16.7 Węglowodany og. [g]: 209.04 Cukier [g]: 17.01 Błonnik [g]: 14.26 Sód [mg]: 2339.99 Sól [g]: 5.84	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1744.1 Białko [g]: 77.3 Tłuszcz [g]: 38.8 Kwasy tł.nasycone [g]: 19.7 Węglowodany og. [g]: 276 Cukier [g]: 20.67 Błonnik [g]: 9.58 Sód [mg]: 2056.78 Sól [g]: 5.14
---	--

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Wędlina (40g) /białko mleka, soja, gluten zbóż/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Kisiel (150g)	1. Barszcz ukraiński z ziemniakami (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż, jaja/ 2. Makaron z serem białym (300g) /gluten zbóż, białko mleka / 3. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Bułka graham (50g) /mąka graham, mąka pszenna/ 2. Pasztet drobiowy (10g) /gluten zbóż, soja, białko mleka/ 3. Pasztet drobiowy (10g) /gluten zbóż, soja, białko mleka/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Pasta jajeczna z musztardą (40g) /jaja, białko mleka, gorczyca/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1958.8 Białko [g]: 83.4 Tłuszcz [g]: 43.2 Kwasy tł.nasycone [g]: 20.6 Węglowodany og. [g]: 320.17 Cukier [g]: 36.55 Błonnik [g]: 22.68 Sód [mg]: 2215.18 Sól [g]: 5.53
--

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.
* Zastrzeżenie zmiany w jadłospisie.

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Zupa mleczna z kaszą jaglaną (400g) /białko mleka/ + Dżem (30g) 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb pszenny baltonowski (75g) /mąka pszenna, mąka żytnia/ 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Zupa jarzynowa z lanym ciastem (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż, jaja/ 2. <u>dieta podstawowa</u> : Pieczeń kminkowa (100g) /białko mleka, gluten zbóż/ + Surówka z czerwonej kapusty z olejem (100g) + Kasza gryczana (150g) <u>dieta łatwo strawna</u> : Zrazy pieczone z sosem koperkowym (100g) /gluten zbóż, jaja, białko mleka/ + Buraczki czerwone z jabłkiem (100g) + Kasza jęczmienna (150g) /gluten zbóż/ 3. Herbata napar bez cukru (250g)	1. <u>dieta podstawowa</u> : Sałatka rybno – jarzynowa (80g) /ryba, seler, białko mleka/ <u>dieta łatwo strawna</u> : Pasta rybno – jarzynowa (80g) /ryba, seler, białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (75g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Bułka wrocławska (50g) /mąka pszenna/ 5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa: Energia [kcal]: 1926.8 Białko [g]: 71.6 Tłuszcz [g]: 57.6 Kwasy tł.nasycone [g]: 23.4 Węglowodany og. [g]: 285.89 Cukier [g]: 38.33 Błonnik [g]: 11.32 Sód [mg]: 1974.1 Sól [g]: 4.93	Dieta łatwo strawna: Energia [kcal]: 1868.3 Białko [g]: 74 Tłuszcz [g]: 38.3 Kwasy tł.nasycone [g]: 18.6 Węglowodany og. [g]: 318.92 Cukier [g]: 41.67 Błonnik [g]: 24.42 Sód [mg]: 2206.58 Sól [g]: 5.51
--	--

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Ser żółty (40g) /białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Jabłko (100g)	1. Zupa jarzynowa z lanym ciastem (400g) /białko mleka, seler, gluten zbóż, jaja/ 2. Zrazy pieczone z sosem koperkowym (100g) /gluten zbóż, jaja, białko mleka/ + Surówka z czerwonej kapusty z olejem (100g) 3. Kasza gryczana (150g) 4. Herbata napar bez cukru (250g)	1. Bułka graham (50g) /mąka graham, mąka pszenna/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Jajko (35g)	1. Pasta rybno – jarzynowa (80g) /ryba, seler, białko mleka/ 2. Masło (10g) /białko mleka/ 3. Chleb graham (125g) /mąka graham, mąka pszenna/ 4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: Energia [kcal]: 1945.9 Białko [g]: 80.7 Tłuszcz [g]: 51.6 Kwasy tł.nasycone [g]: 25.2 Węglowodany og. [g]: 303.17 Cukier [g]: 17.77 Błonnik [g]: 27.1 Sód [mg]: 2250.14 Sól [g]: 5.62

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.
* Zastrzega się zmiany w jadłospisie

2026-02-13 Piątek
Dieta podstawowa. Dieta łatwo strawna.

I śniadanie	obiad	kolacja
-------------	-------	---------

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Barszcz biały z jajkiem (400g) / mąka pszenna, mleko, jaja, może zawierać gluten, soja, seler, gorczyca, sezam, łubin/	1. Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną (400g) / białko mleka, seler/	1. Twarożek (80g) /białko mleka/
2. Masło (10g) /białko mleka/	2. <u>dieta podstawowa</u> : Kopytka z sosem pieczarkowym (200g) / białko mleka, jaja, gluten zbóż/ + Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (100g)	2. Masło (10g) /białko mleka/
3. Chleb pszenny baltonowski (75g) / mąka pszenna, mąka żytnia/	<u>dieta łatwo strawna</u> : Kopytka (200g) / białko mleka, jaja, gluten zbóż/ + Jarzynka duszona (100g) / gluten zbóż, białko mleka/	3. Chleb graham (75g) / mąka graham, mąka pszenna/
4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna/	3. Herbata napar bez cukru (250g)	4. Bułka wrocławska (50g) / mąka pszenna/
5. Herbata napar bez cukru (250g)		5. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta podstawowa:	Dieta łatwo strawna:
Energia [kcal]: 1560.9	Energia [kcal]: 1510.2
Białko [g]: 53.9	Białko [g]: 53.9
Tłuszcz [g]: 43.6	Tłuszcz [g]: 36.8
Kwasy t.nasycone [g]: 18.3	Kwasy t.nasycone [g]: 19
Węglowodany og. [g]: 245.62	Węglowodany og. [g]: 248.22
Cukier [g]: 10.64	Cukier [g]: 11.71
Błonnik [g]: 15.18	Błonnik [g]: 15.15
Sód [mg]: 1617.38	Sód [mg]: 1501.61
Sól [g]: 4.04	Sól [g]: 3.75

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
1. Barszcz biały z jajkiem (400g) / mąka pszenna, mleko, jaja , <i>może zawierać gluten, soja, seler, gorczyca, sezam, łubin</i> /	1. Jogurt naturalny (150g) / białko mleka /	1. Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną (400g) / białko mleka, seler /	1. Bułki grahamki (50g) / mąka graham, mąka pszenna /	1. Twarożek (80g) / białko mleka /
2. Masło (10g) / białko mleka /		2. Kopytka (200g) / białko mleka, jaja, gluten zbóż ,/ + Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (100g)	2. Humus (30g)	2. Masło (10g) / białko mleka /
3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna /		3. Herbata napar bez cukru (250g)		3. Chleb graham (125g) / mąka graham, mąka pszenna /
4. Herbata napar bez cukru (250g)				4. Herbata napar bez cukru (250g)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Energia [kcal]:	1724.3
Białko [g]:	65.6
Tłuszcz [g]:	46.2
Kwasy tłuszczowe [g]:	21.4
Węglowodany og. [g]:	275.56
Cukier [g]:	17.6
Błonnik [g]:	28.25
Sód [mg]:	1650.38
Sól [g]:	4.12

* W zakładzie używa się alergenów, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań już gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

* Zastrzega się zmiany w jadłospisie.