Wojewódzki Szpital Specjalistyczny Dział Żywienia, Wieniawska 349, 87-800 Włocławek

Jadłospis obowiązuje od dnia 2026-11-21 do dnia 2026-11-30 KUCHNIA OGÓLNA

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca
2026-11-21 sobota	Śniadanie	Polędwica sopocka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***) Kasza jęczmienna na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6,***)	Kasza jęczmienna na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6,***) Polędwica sopocka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Polędwica sopocka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***)	Kasza jęczmienna na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Polędwica sopocka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Kasza jęczmienna na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6,***) Polędwica sopocka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Kasza jęczmienna na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6,***) Polędwica sopocka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g
	II ŚN			Kisiel b/cukru 250ml 250 g (***1, 12,***)		Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Kisiel 250ml 250 g (***1, 12,***)
	Obiad	Zupa kalfiorowa z ziemniakami 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Potrawka wieprzowa z warzywami i soczewicą 150g 150 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Surówka z marchwi i jabłka 130g 130 g (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***)		Zupa kalfiorowa z ziemniakami 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Potrawka wieprzowa z warzywami i soczewicą 150g 150 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Surówka z marchwi i jabłka 130g 130 g (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***)	Zupa ziemniaczana 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Potrawka wieprzowa z warzywami i soczewicą 150g 150 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Marchewka gotowana 130g 130 g (***1, 4,***)	Zupa ziemniaczana 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Gulasz wieprzowy 150g 150 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,***) Marchewka gotowana 130g 130 g (***1, 4,***)	Zupa kalfiorowa z ziemniakami 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Potrawka wieprzowa z warzywami i soczewicą 150g 150 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Marchewka gotowana 130g 130 g (***1, 4,***) Owoc 1 szt 130 g
	PD			Owoc 1 szt 130 g			
	Kolacja	Ogórek kiszony 50g 50 g Pasztet 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Szynkowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Ogórek kiszony 50g 50 g Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Pasztet 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Szynkowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Szynkowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Szynkowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g
	PN	Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 7g 7 g (***4,***) Sałata 10g 10 g		Ser biały 30g 30 g (***4,***) Pieczywo razowe 30g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 7g 7 g (***4,***)	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 7g 7 g (***4,***) Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Sałata 10g 10 g	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 7g 7 g (***4,***) Sałata 10g 10 g Ser biały 30g 30 g (***4,***)	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 7g 7 g (***4,***) Sałata 10g 10 g Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)
		Wart. energ: 2439.69 kcal; Białko og: 97.59 g; Tłuszcz: 84.61 g; Węgl. og: 338.70 g; w tym cuk.: 64.76 g; kw.tł.nasyc: 36.24 g; Błonnik: 33.65 g; Sól: 16.45 g; Sód: 6360.80 mg;	Wart. energ: 2281.29 kcal; Białko og: 91.71 g; Tłuszcz: 71.92 g; Węgl. og: 333.49 g; w tym cuk.: 65.12 g; kw.tł.nasyc: 32.13 g; Błonnik: 33.16 g; Sól: 16.25 g; Sód: 6395.10 mg;	Wart. energ: 2460.03 kcal; Białko og: 102.44 g; Tłuszcz: 82.31 g; Węgl. og: 349.60 g; w tym cuk.: 69.90 g; kw.tł.nasyc: 35.53 g; Błonnik: 45.88 g; Sól: 15.87 g; Sód: 6234.71 mg;	Wart. energ: 2243.80 kcal; Białko og: 94.70 g; Tłuszcz: 68.62 g; Węgl. og: 327.98 g; w tym cuk.: 54.07 g; kw.tł.nasyc: 32.41 g; Błonnik: 31.62 g; Sól: 17.32 g; Sód: 6831.99 mg;	Wart. energ: 2131.15 kcal; Białko og: 92.46 g; Tłuszcz: 64.08 g; Węgl. og: 310.69 g; w tym cuk.: 54.15 g; kw.tł.nasyc: 32.55 g; Błonnik: 28.43 g; Sól: 17.33 g; Sód: 6837.09 mg;	Wart. energ: 2346.51 kcal; Białko og: 92.42 g; Tłuszcz: 67.81 g; Węgl. og: 359.29 g; w tym cuk.: 81.10 g; kw.tł.nasyc: 31.65 g; Błonnik: 34.94 g; Sól: 17.28 g; Sód: 6809.63 mg;

W sytuacjach uzasadnionych merytorycznie jadłospis może ulec zmnianie.

Jadłospis na okres od dnia 2026-11-21 do dnia 2026-11-30 KUCHNIA OGÓLNA

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca
2026-11-22 niedziela	Śniadanie	Szynka wieprzowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***) Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Ogórek świeży 50g 50 g	Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Szynka wieprzowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Szynka wieprzowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***) Ogórek świeży 50g 50 g	Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Szynka wieprzowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Szynka wieprzowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Szynka wieprzowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g
	II ŚN			Kefir 200g 200 ml Suchary bezcukrowe 20g 20 g		Kefir 200g 200 ml	Galaertka owocowa 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***)
	Obiad	Zupa rosół z makaronem 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Udziec z indyka pieczony 70g 70 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Surówka z czerwonej kapusty 130g 130 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***)	Zupa rosół z makaronem 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Udziec z indyka gotowany 70g 70 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Warzywa gotowane 130g 130 g (***1, 4, 5,***)	Zupa rosół z makaronem 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Udziec z indyka gotowany 70g 70 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Surówka z czerwonej kapusty 130g 130 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***)	Zupa rosół z makaronem 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Udziec z indyka gotowany 70g 70 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Warzywa gotowane 130g 130 g (***1, 4, 5,***)		Zupa rosół z makaronem 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Udziec z indyka gotowany 70g 70 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Warzywa gotowane 130g 130 g (***1, 4, 5,***) Owoc 1 szt 130 g
	PD			Owoc 1 szt 130 g			
	Kolacja	Ser topiony 30g 33 g (***4,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Sałata 10g 10 g	Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Polędwica z indyka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Ser topiony 30g 33 g (***4,***) Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Sałata 10g 10 g	Polędwica z indyka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Polędwica z indyka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Polędwica z indyka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g
	PN	Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 7g 7 g (***4,***) Sałata 10g 10 g		Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo razowe 30g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 7g 7 g (***4,***)	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 7g 7 g (***4,***) Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Sałata 10g 10 g	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 7g 7 g (***4,***) Sałata 10g 10 g Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	
		Wart. energ: 2047.28 kcal; Białko og: 90.49 g; Tłuszcz: 65.73 g; Węgl. og: 285.57 g; w tym cuk.: 53.93 g; kw.tł.nasyc: 32.01 g; Błonnik: 23.86 g; Sól: 14.62 g; Sód: 5751.04 mg;	Wart. energ: 1990.73 kcal; Białko og: 94.58 g; Tłuszcz: 54.79 g; Węgl. og: 294.10 g; w tym cuk.: 52.50 g; kw.tł.nasyc: 27.82 g; Błonnik: 28.07 g; Sól: 14.59 g; Sód: 5735.13 mg;	Wart. energ: 2280.88 kcal; Białko og: 99.85 g; Tłuszcz: 65.31 g; Węgl. og: 343.31 g; w tym cuk.: 50.12 g; kw.tł.nasyc: 30.36 g; Błonnik: 41.79 g; Sól: 15.44 g; Sód: 6074.87 mg;	Wart. energ: 1998.73 kcal; Białko og: 97.58 g; Tłuszcz: 54.59 g; Węgl. og: 293.10 g; w tym cuk.: 51.50 g; kw.tł.nasyc: 27.82 g; Błonnik: 26.87 g; Sól: 14.67 g; Sód: 5773.13 mg;	Wart. energ: 2175.73 kcal; Białko og: 102.43 g; Tłuszcz: 55.54 g; Węgl. og: 331.90 g; w tym cuk.: 51.60 g; kw.tł.nasyc: 27.95 g; Błonnik: 29.92 g; Sól: 15.30 g; Sód: 6024.63 mg;	Wart. energ: 2047.87 kcal; Białko og: 94.99 g; Tłuszcz: 53.11 g; Węgl. og: 312.16 g; w tym cuk.: 64.20 g; kw.tł.nasyc: 26.68 g; Błonnik: 29.47 g; Sól: 14.58 g; Sód: 5730.47 mg;

W sytuacjach uzasadnionych merytorycznie jadłospis może ulec zmnianie.

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca
2026-11-23 poniedziałek	Śniadanie	Twarożek 90g 90 g (***4,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***) Zacierka na mleku 250 ml 250 ml (***1, 2, 4,***)	Zacierka na mleku 250 ml 250 ml (***1, 2, 4,***) Twarożek 90g 90 g (***4,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Twarożek 90g 90 g (***4,***) Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***)	Zacierka na mleku 250 ml 250 ml (***1, 2, 4,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Twarożek 90g 90 g (***4,***)	Zacierka na mleku 250 ml 250 ml (***1, 2, 4,***) Twarożek 90g 90 g (***4,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Zacierka na mleku 250 ml 250 ml (***1, 2, 4,***) Twarożek 90g 90 g (***4,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g
	II ŚN			Jogurt wysokobiałkowy 1 szt 1 szt		Jogurt wysokobiałkowy 1 szt 1 szt	Chipsy jabłkowe 1 szt 1 g
	Obiad	Zupa krupnik 250 ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Łopatka wieprzoawa pieczona 70g/sos 100g 70 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Surówka z warzyw mieszanych 130g 130 g (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***)	Zupa krupnik 250 ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Łopatka wieprzowa gotowana 70g w sosie 100g 70 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Marchewka gotowana 130g 130 g (***1, 4,***)	Zupa krupnik 250 ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Łopatka wieprzowa gotowana 70g w sosie 100g 70 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Surówka z warzyw mieszanych 130g 130 g (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***)	Zupa krupnik 250 ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Łopatka wieprzowa gotowana 70g w sosie 100g 70 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Marchewka gotowana 130g 130 g (***1, 4,***)		Zupa krupnik 250 ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Łopatka wieprzowa gotowana 70g w sosie 100g 70 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Marchewka gotowana 130g 130 g (***1, 4,***) Owoc 1 szt 130 g
	PD			Owoc 1 szt 130 g			
	Kolacja	Pasztet sojowy 1/2 szt 0,5 szt Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Papryka 70g 70 g Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Schab pieczony 60g 60 g	Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (***1, 4,***) Papryka 70g 70 g Sałata 10g 10 g Pasztet sojowy 1/2 szt 0,5 szt Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Schab pieczony 60g 60 g Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Schab pieczony 60g 60 g Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***)	Szynkowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g
	PN	Mus owocowy 1 szt		Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (***4,***)	Mus owocowy 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (***4,***)	Mus owocowy 1 szt
		Wart. energ: 1984.47 kcal; Białko og: 85.08 g; Tłuszcz: 51.94 g; Węgl. og: 309.45 g; w tym cuk.: 60.37 g; kw.tł.nasyc: 26.61 g; Błonnik: 30.56 g; Sól: 16.01 g; Sód: 6418.07 mg;	Wart. energ: 2053.54 kcal; Białko og: 100.24 g; Tłuszcz: 51.99 g; Węgl. og: 312.01 g; w tym cuk.: 56.66 g; kw.tł.nasyc: 27.62 g; Błonnik: 31.69 g; Sól: 15.60 g; Sód: 6254.72 mg;	Wart. energ: 1953.24 kcal; Białko og: 101.93 g; Tłuszcz: 53.38 g; Węgl. og: 284.36 g; w tym cuk.: 63.04 g; kw.tł.nasyc: 28.40 g; Błonnik: 37.23 g; Sól: 15.20 g; Sód: 6093.10 mg;	Wart. energ: 2061.54 kcal; Białko og: 103.24 g; Tłuszcz: 51.79 g; Węgl. og: 311.01 g; w tym cuk.: 55.66 g; kw.tł.nasyc: 27.62 g; Błonnik: 30.49 g; Sól: 15.68 g; Sód: 6292.72 mg;	Wart. energ: 2253.54 kcal; Białko og: 126.24 g; Tłuszcz: 58.49 g; Węgl. og: 320.91 g; w tym cuk.: 63.06 g; kw.tł.nasyc: 31.60 g; Błonnik: 30.49 g; Sól: 15.95 g; Sód: 6399.72 mg;	Wart. energ: 2361.63 kcal; Białko og: 91.17 g; Tłuszcz: 58.23 g; Węgl. og: 389.96 g; w tym cuk.: 84.96 g; kw.tł.nasyc: 28.54 g; Błonnik: 43.39 g; Sól: 17.17 g; Sód: 6884.06 mg;

W sytuacjach uzasadnionych merytorycznie jadłospis może ulec zmnianie.

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca
2026-11-24 wtorek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 250ml 250 ml (***4,***) Jajko 1sz/50g 50 g (***2,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Ogórek świeży 50g 50 g	Kasza jaglana na mleku 250ml 250 ml (***4,***) Jajko 1sz/50g 50 g (***2,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Jajko 1sz/50g 50 g (***2,***) Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Ogórek świeży 50g 50 g	Kasza jaglana na mleku 250ml 250 ml (***4,***) Szynka drobiowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Kasza jaglana na mleku 250ml 250 ml (***4,***) Jajko 1sz/50g 50 g (***2,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Kasza jaglana na mleku 250ml 250 ml (***4,***) Jajko 1sz/50g 50 g (***2,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)
	II ŚN			Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (***4,***)		Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (***4,***)	Jogurt owocowy 1szt 1 szt (***4, 8,***)
	Obiad	Zupa jarzynowa 250 ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Kluski ziemniaczane 200g 200 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Ser biały 100g 100 g (***4,***) Owoc 1 szt 130 g	Zupa jarzynowa 250 ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Makaron gotowany 200g 200 g (***1, 2, 4,***) Ser biały 100g 100 g (***4,***) Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Owoc 1 szt 130 g	Zupa jarzynowa 250 ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Makaron gotowany 200g 200 g (***1, 2, 4,***) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Ser biały 100g 100 g (***4,***)	Zupa jarzynowa 250 ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Makaron gotowany 200g 200 g (***1, 2, 4,***) Ser biały 100g 100 g (***4,***) Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Owoc 1 szt 130 g	Zupa ziemniaczana 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Makaron gotowany 200g 200 g (***1, 2, 4,***) Ser biały 100g 100 g (***4,***) Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Owoc 1 szt 130 g	Zupa jarzynowa 250 ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Makaron gotowany 200g 200 g (***1, 2, 4,***) Ser biały 100g 100 g (***4,***) Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Owoc 1 szt 130 g
	PD			Owoc 1 szt 130 g			
	Kolacja	Pasta rybna z twarogiem, warzywami i koperkiem 70g 70 g (***1, 2, 3, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ, SKO,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Sałata 10g 10 g Rzodkiewka 100g 100 g Pomidor 50g 50 g (***9,***) Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Pasta rybna z twarogiem, warzywami i koperkiem 70g 70 g (***1, 2, 3, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ, SKO,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***) Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Pasta rybna z twarogiem, warzywami i koperkiem 70g 70 g (***1, 2, 3, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ, SKO,***) Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (***1, 4,***) Sałata 10g 10 g Rzodkiewka 100g 100 g Pomidor 50g 50 g (***9,***) Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Pasta rybna z twarogiem, warzywami i koperkiem 70g 70 g (***1, 2, 3, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ, SKO,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Pasta rybna z twarogiem, warzywami i koperkiem 70g 70 g (***1, 2, 3, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ, SKO,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Sałata 10g 10 g Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Polędwica z warzywami 60g 60 g Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***)
	PN	Banan 100g 100 g		Jogurt wysokobiałkowy 1 szt 1 szt	Banan 100g 100 g	Jogurt wysokobiałkowy 1 szt 1 szt	Banan 100g 100 g
		Wart. energ: 2464.38 kcal; Białko og: 103.85 g; Tłuszcz: 59.09 g; Węgl. og: 397.84 g; w tym cuk.: 83.31 g; kw.tł.nasyc: 27.04 g; Błonnik: 37.34 g; Sól: 17.17 g; Sód: 6763.08 mg;	Wart. energ: 2093.18 kcal; Białko og: 89.77 g; Tłuszcz: 60.36 g; Węgl. og: 308.32 g; w tym cuk.: 78.16 g; kw.tł.nasyc: 31.95 g; Błonnik: 20.83 g; Sól: 15.74 g; Sód: 6197.13 mg;	Wart. energ: 1935.97 kcal; Białko og: 106.67 g; Tłuszcz: 63.38 g; Węgl. og: 247.03 g; w tym cuk.: 49.70 g; kw.tł.nasyc: 33.93 g; Błonnik: 25.12 g; Sól: 14.89 g; Sód: 5853.24 mg;	Wart. energ: 2073.48 kcal; Białko og: 92.70 g; Tłuszcz: 57.29 g; Węgl. og: 306.99 g; w tym cuk.: 77.16 g; kw.tł.nasyc: 31.02 g; Błonnik: 19.63 g; Sól: 11.41 g; Sód: 4471.43 mg;	Wart. energ: 2238.73 kcal; Białko og: 115.89 g; Tłuszcz: 66.09 g; Węgl. og: 304.59 g; w tym cuk.: 64.85 g; kw.tł.nasyc: 35.48 g; Błonnik: 18.64 g; Sól: 16.09 g; Sód: 6342.38 mg;	Wart. energ: 2080.53 kcal; Białko og: 85.63 g; Tłuszcz: 58.58 g; Węgl. og: 312.72 g; w tym cuk.: 81.24 g; kw.tł.nasyc: 31.50 g; Błonnik: 19.61 g; Sól: 16.35 g; Sód: 6551.47 mg;

W sytuacjach uzasadnionych merytorycznie jadłospis może ulec zmnianie.

Jadłospis obowiązuje od dnia 2026-11-21 do dnia 2026-11-30 KUCHNIA OGÓLNA

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca
2026-11-25 środa	Śniadanie	Kasza manna na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6, 12,***) Polędwica z warzywami 60g 60 g Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***)	Kasza manna na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6, 12,***) Polędwica z warzywami 60g 60 g Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Polędwica z warzywami 60g 60 g Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***)	Kasza manna na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6, 12,***) Polędwica z warzywami 60g 60 g Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g		Kasza manna na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6, 12,***) Polędwica z warzywami 60g 60 g Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g
	II ŚN			Hummus 1/3 szt 0,33 szt Wafle pełnoziarniste 30g 30 g		Jogurt wysokobiałkowy 1 szt 1 szt	Ciastka 40g 40 g (***1, 2, 4, 11, 12, OZ,***)
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,***) Kotlet panierowany ze schabu 90g 90 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Kapusta czerwona zasmażana 130g 300 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***)	Zupa pomidorowa z ryżem 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,***) Schab gotowany 70g 70 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Marchewka gotowana 130g 130 g (***1, 4,***)	Zupa pomidorowa z ryżem 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,***) Schab gotowany 70g 70 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,***) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Marchewka gotowana 130g 130 g (***1, 4,***)	Zupa makaronowa 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Schab gotowany 70g 70 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Marchewka gotowana 130g 130 g (***1, 4,***)		Zupa pomidorowa z ryżem 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,***) Schab gotowany 70g 70 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Owoc 1 szt 130 g Marchewka gotowana 130g 130 g (***1, 4,***)
	PD			Owoc 1 szt 130 g			
	Kolacja	Ser żółty 30g 30 g (***4,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Ogórek kiszony 50g 50 g	Polędwica z indyka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***)	Ser żółty 30g 30 g (***4,***) Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (***1, 4,***) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Ogórek kiszony 50g 50 g	Polędwica z indyka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Polędwica z indyka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Sałata 10g 10 g Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***)	Polędwica z indyka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***)
	PN	Mus owocowy 1 szt		Serek wiejski 1 szt 1 szt	Mus owocowy 1 szt	Serek wiejski 1 szt 1 szt	Mus owocowy 1 szt
		Wart. energ: 2157.98 kcal; Białko og: 91.82 g; Tłuszcz: 68.94 g; Węgl. og: 306.24 g; w tym cuk.: 56.60 g; kw.tł.nasyc: 29.27 g; Błonnik: 27.14 g; Sól: 16.18 g; Sód: 6487.56 mg;	Wart. energ: 1855.14 kcal; Białko og: 86.48 g; Tłuszcz: 46.26 g; Węgl. og: 286.54 g; w tym cuk.: 53.47 g; kw.tł.nasyc: 24.90 g; Błonnik: 25.82 g; Sól: 14.52 g; Sód: 5818.40 mg;	Wart. energ: 1816.23 kcal; Białko og: 94.84 g; Tłuszcz: 54.05 g; Węgl. og: 254.49 g; w tym cuk.: 51.64 g; kw.tł.nasyc: 29.33 g; Błonnik: 34.12 g; Sól: 15.54 g; Sód: 6227.81 mg;	Wart. energ: 1941.23 kcal; Białko og: 92.44 g; Tłuszcz: 44.73 g; Węgl. og: 305.80 g; w tym cuk.: 51.27 g; kw.tł.nasyc: 23.91 g; Błonnik: 26.20 g; Sól: 14.61 g; Sód: 5860.28 mg;	Wart. energ: 2174.23 kcal; Białko og: 123.44 g; Tłuszcz: 53.73 g; Węgl. og: 312.80 g; w tym cuk.: 57.77 g; kw.tł.nasyc: 29.28 g; Błonnik: 26.20 g; Sól: 15.67 g; Sód: 6284.28 mg;	Wart. energ: 2072.23 kcal; Białko og: 88.79 g; Tłuszcz: 54.02 g; Węgl. og: 321.91 g; w tym cuk.: 71.37 g; kw.tł.nasyc: 28.23 g; Błonnik: 27.66 g; Sól: 14.53 g; Sód: 5824.14 mg;

W sytuacjach uzasadnionych merytorycznie jadłospis może ulec zmnianie.

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca
2026-11-26 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Pasta z makreli 90g 90 g (***2, 3, 4, 6, SKO,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***) Ogórek świeży 50g 50 g	Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Szynkowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Pasta z makreli 90g 90 g (***2, 3, 4, 6, SKO,***) Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***) Ogórek świeży 50g 50 g	Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Szynkowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g		Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Szynkowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g
	II ŚN			Serek kanapkowy 1/2 szt 0,5 szt (***4,***) Pieczywo chrupkie 10g 10 g		Serek kanapkowy 1/2 szt 0,5 szt (***4,***) Pieczywo chrupkie 10g 10 g	Rogaliki 40g 40 g (***1, 2, 4, 8, SOJ,***)
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Klops wieprzowy 90g 90 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Kasza jęczmienna 200g 200 g (***1, 4, 5, 6,***) Buraczki got 130g 130 g (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Pulpet wieprzowy gotowany 90g 90 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Kasza jęczmienna 200g 200 g (***1, 4, 5, 6,***) Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Buraczki got 130g 130 g (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Pulpet wieprzowy gotowany 90g 90 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Kasza jęczmienna 200g 200 g (***1, 4, 5, 6,***) Buraczki got 130g 130 g (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***)	Zupa ziemniaczana 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Pulpet wieprzowy gotowany 90g 90 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Kasza jęczmienna 200g 200 g (***1, 4, 5, 6,***) Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Buraczki got 130g 130 g (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***)		Zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Pulpet wieprzowy gotowany 90g 90 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Kasza jęczmienna 200g 200 g (***1, 4, 5, 6,***) Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Owoc 1 szt 130 g Buraczki got 130g 130 g (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***)
	PD			Owoc 1 szt 130 g			
	Kolacja	Parówka "Paluszek" 70g 70 g (***1, 2, 4, 5, 6, SOJ,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Ketchup 20g 20 g (***1, 5, 6, 9,***)	Parówka "Paluszek" 70g 70 g (***1, 2, 4, 5, 6, SOJ,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***) Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Ketchup 20g 20 g (***1, 5, 6, 9,***)	Parówka "Paluszek" 70g 70 g (***1, 2, 4, 5, 6, SOJ,***) Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Ketchup 20g 20 g (***1, 5, 6, 9,***)	Parówka "Paluszek" 70g 70 g (***1, 2, 4, 5, 6, SOJ,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Ketchup 20g 20 g (***1, 5, 6, 9,***)		Parówka "Paluszek" 70g 70 g (***1, 2, 4, 5, 6, SOJ,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***) Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Ketchup 20g 20 g (***1, 5, 6, 9,***)
	PN	Mus owocowy 1 szt		Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (***4,***)	Mus owocowy 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (***4,***)	Mus owocowy 1 szt
		Wart. energ: 2502.30 kcal; Białko og: 98.32 g; Tłuszcz: 102.04 g; Węgl. og: 311.30 g; w tym cuk.: 60.45 g; kw.tł.nasyc: 38.54 g; Błonnik: 26.97 g; Sól: 18.07 g; Sód: 7231.26 mg;	Wart. energ: 2228.83 kcal; Białko og: 85.50 g; Tłuszcz: 77.24 g; Węgl. og: 311.94 g; w tym cuk.: 60.79 g; kw.tł.nasyc: 35.70 g; Błonnik: 27.81 g; Sól: 16.87 g; Sód: 6754.73 mg;	Wart. energ: 2379.27 kcal; Białko og: 104.68 g; Tłuszcz: 95.53 g; Węgl. og: 292.65 g; w tym cuk.: 61.29 g; kw.tł.nasyc: 39.86 g; Błonnik: 35.71 g; Sól: 18.19 g; Sód: 7278.49 mg;	Wart. energ: 2246.74 kcal; Białko og: 88.61 g; Tłuszcz: 76.43 g; Węgl. og: 314.82 g; w tym cuk.: 60.05 g; kw.tł.nasyc: 35.33 g; Błonnik: 26.80 g; Sól: 16.25 g; Sód: 6513.90 mg;	Wart. energ: 2410.84 kcal; Białko og: 100.09 g; Tłuszcz: 84.10 g; Węgl. og: 327.39 g; w tym cuk.: 65.28 g; kw.tł.nasyc: 39.82 g; Błonnik: 27.44 g; Sól: 16.58 g; Sód: 6643.80 mg;	Wart. energ: 2403.52 kcal; Białko og: 88.89 g; Tłuszcz: 78.44 g; Węgl. og: 350.51 g; w tym cuk.: 75.13 g; kw.tł.nasyc: 35.37 g; Błonnik: 29.93 g; Sól: 17.25 g; Sód: 6908.87 mg;

W sytuacjach uzasadnionych merytorycznie jadłospis może ulec zmnianie.

Jadłospis na okres od dnia 2026-11-21 do dnia 2026-11-30 KUCHNIA OGÓLNA

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca
2026-11-27 piątek	Śniadanie	Ryż na mleku 250ml 250 ml (***1, 4,***) Jajko 1sz/50g 50 g (***2,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***) Dżem 40g 40 g	Ryż na mleku 250ml 250 ml (***1, 4,***) Jajko 1sz/50g 50 g (***2,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Dżem 40g 40 g	Jajko 1sz/50g 50 g (***2,***) Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Ryż na mleku 250ml 250 ml (***1, 4,***) Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Dżem 40g 40 g	Ryż na mleku 250ml 250 ml (***1, 4,***) Jajko 1sz/50g 50 g (***2,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Dżem 40g 40 g	Ryż na mleku 250ml 250 ml (***1, 4,***) Jajko 1sz/50g 50 g (***2,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Dżem 40g 40 g
	II ŚN			Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (***4,***)		Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (***4,***)	Jogurt owocowy 1szt 2 szt (***4, 8,***)
	Obiad	Zupa barszcz czerwony z makaronem 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Kotlet z ryby 90g 90 g (***1, 2, 3, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ, SKO,***) Marchewka z groszkiem 130g 130 g (***1, 4,***)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Filet z miruny opiekana 100g 100 g (***1, 2, 3, 4, 5, 6, 12, OZ, SKO, SOJ,***) Marchewka z groszkiem 130g 130 g (***1, 4,***)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Filet z miruny opiekana 100g 100 g (***1, 2, 3, 4, 5, 6, 12, OZ, SKO, SOJ,***) Marchewka z groszkiem 130g 130 g (***1, 4,***)	Zupa makaronowa 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Filet z miruny opiekana 100g 100 g (***1, 2, 3, 4, 5, 6, 12, OZ, SKO, SOJ,***) Marchewka gotowana 130g 130 g (***1, 4,***)		Zupa barszcz czerwony z makaronem 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Filet z miruny opiekana 100g 100 g (***1, 2, 3, 4, 5, 6, 12, OZ, SKO, SOJ,***) Owoc 1 szt 130 g Marchewka gotowana 130g 130 g (***1, 4,***)
	PD			Owoc 1 szt 130 g			
	Kolacja	Ser biały 90g 90 g (***4,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Rzodkiewka 100g 100 g Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***)	Ser biały 90g 90 g (***4,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (***1, 4,***) Rzodkiewka 100g 100 g Sałata 10g 10 g Ser biały 90g 90 g (***4,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***)	Ser biały 90g 90 g (***4,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g		Ser biały 90g 90 g (***4,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g
	PN	Banan 100g 100 g		Jogurt wysokobiałkowy 1 szt 1 szt	Banan 100g 100 g	Jogurt wysokobiałkowy 1 szt 1 szt	Banan 100g 100 g
		Wart. energ: 2306.44 kcal; Białko og: 88.21 g; Tłuszcz: 62.92 g; Węgl. og: 361.57 g; w tym cuk.: 103.84 g; kw.tł.nasyc: 27.72 g; Błonnik: 29.44 g; Sól: 17.36 g; Sód: 6948.27 mg;	Wart. energ: 2103.75 kcal; Białko og: 88.63 g; Tłuszcz: 47.09 g; Węgl. og: 346.16 g; w tym cuk.: 105.24 g; kw.tł.nasyc: 25.83 g; Błonnik: 29.69 g; Sól: 18.01 g; Sód: 7213.19 mg;	Wart. energ: 1935.64 kcal; Białko og: 111.32 g; Tłuszcz: 52.52 g; Węgl. og: 271.78 g; w tym cuk.: 64.03 g; kw.tł.nasyc: 28.35 g; Błonnik: 36.07 g; Sól: 17.73 g; Sód: 7094.20 mg;	Wart. energ: 2090.73 kcal; Białko og: 88.51 g; Tłuszcz: 41.51 g; Węgl. og: 355.16 g; w tym cuk.: 98.35 g; kw.tł.nasyc: 23.56 g; Błonnik: 28.09 g; Sól: 13.66 g; Sód: 5483.08 mg;	Wart. energ: 2224.23 kcal; Białko og: 112.02 g; Tłuszcz: 51.38 g; Węgl. og: 341.83 g; w tym cuk.: 86.55 g; kw.tł.nasyc: 28.54 g; Błonnik: 26.39 g; Sól: 18.40 g; Sód: 7373.18 mg;	Wart. energ: 2246.64 kcal; Białko og: 93.74 g; Tłuszcz: 48.25 g; Węgl. og: 374.82 g; w tym cuk.: 129.74 g; kw.tł.nasyc: 26.39 g; Błonnik: 31.09 g; Sól: 18.36 g; Sód: 7355.03 mg;

W sytuacjach uzasadnionych merytorycznie jadłospis może ulec zmnianie.

Jadłospis obowiązuje od dnia 2026-11-21 do dnia 2026-11-30 KUCHNIA OGÓLNA

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca
2026-11-28 sobota	Śniadanie	Schab pieczony 60g 60 g Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Kasza jęczmienna na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6,***) Sałata 10g 10 g	Kasza jęczmienna na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6,***) Schab pieczony 60g 60 g Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Schab pieczony 60g 60 g Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Kasza jęczmienna na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Schab pieczony 60g 60 g	Kasza jęczmienna na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6,***) Schab pieczony 60g 60 g Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Kasza jęczmienna na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6,***) Schab pieczony 60g 60 g Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g
	II ŚN			Kefir 200g 200 ml Suchary bezcukrowe 20g 20 g		Kefir 200g 200 ml Pieczywo chrupkie 10g 10 g	Galaertka owocowa 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***)
	Obiad	Zupa z soczewicy z ziemniakiami 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, SOJ, OZ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g 90 g (***1, 2, 4, 5, SOJ,***) Sałatka szwedzka 130g 130 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***)	Zupa ziemniaczana 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g 90 g (***1, 2, 4, 5, SOJ,***) Warzywa gotowane 130g 130 g (***1, 4, 5,***)	Zupa z soczewicy z ziemniakiami 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, SOJ, OZ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g 90 g (***1, 2, 4, 5, SOJ,***) Sałatka szwedzka 130g 130 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***)	Zupa ziemniaczana 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g 90 g (***1, 2, 4, 5, SOJ,***) Warzywa gotowane 130g 130 g (***1, 4, 5,***)		Zupa ziemniaczana 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g 90 g (***1, 2, 4, 5, SOJ,***) Warzywa gotowane 130g 130 g (***1, 4, 5,***) Owoc 1 szt 130 g
	PD			Owoc 1 szt 130 g			
	Kolacja	Ogórek świeży 50g 50 g Serek śmietankowy 60g 60 g (***4,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Serek śmietankowy 60g 60 g (***4,***) Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Ogórek świeży 50g 50 g Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Serek śmietankowy 60g 60 g (***4,***) Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Serek śmietankowy 60g 60 g (***4,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Serek śmietankowy 60g 60 g (***4,***) Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Serek śmietankowy 60g 60 g (***4,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)
	PN	Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 7g 7 g (***4,***) Sałata 10g 10 g		Ser topiony 30g 33 g (***4,***) Pieczywo razowe 30g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 7g 7 g (***4,***)	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 7g 7 g (***4,***) Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Sałata 10g 10 g	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 7g 7 g (***4,***) Sałata 10g 10 g Serek wiejski 1 szt 1 szt	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 7g 7 g (***4,***) Sałata 10g 10 g Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)
		Wart. energ: 2376.36 kcal; Białko og: 119.70 g; Tłuszcz: 61.83 g; Węgl. og: 351.35 g; w tym cuk.: 56.17 g; kw.tł.nasyc: 30.29 g; Błonnik: 32.30 g; Sól: 13.09 g; Sód: 5131.90 mg;	Wart. energ: 2198.64 kcal; Białko og: 103.21 g; Tłuszcz: 60.69 g; Węgl. og: 325.59 g; w tym cuk.: 56.26 g; kw.tł.nasyc: 31.54 g; Błonnik: 31.21 g; Sól: 14.51 g; Sód: 5699.54 mg;	Wart. energ: 2658.11 kcal; Białko og: 131.02 g; Tłuszcz: 69.38 g; Węgl. og: 400.23 g; w tym cuk.: 51.22 g; kw.tł.nasyc: 34.19 g; Błonnik: 48.28 g; Sól: 13.77 g; Sód: 5509.64 mg;	Wart. energ: 2206.64 kcal; Białko og: 106.21 g; Tłuszcz: 60.49 g; Węgl. og: 324.59 g; w tym cuk.: 55.26 g; kw.tł.nasyc: 31.54 g; Błonnik: 30.01 g; Sól: 14.59 g; Sód: 5737.54 mg;	Wart. energ: 2473.54 kcal; Białko og: 121.39 g; Tłuszcz: 63.71 g; Węgl. og: 370.78 g; w tym cuk.: 58.69 g; kw.tł.nasyc: 34.28 g; Błonnik: 33.70 g; Sól: 16.00 g; Sód: 6412.44 mg;	Wart. energ: 2255.78 kcal; Białko og: 103.62 g; Tłuszcz: 59.01 g; Węgl. og: 343.65 g; w tym cuk.: 67.96 g; kw.tł.nasyc: 30.40 g; Błonnik: 32.61 g; Sól: 14.50 g; Sód: 5694.88 mg;

W sytuacjach uzasadnionych merytorycznie jadłospis może ulec zmnianie.

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca
2026-11-29 niedziela	Śniadanie	Szynka drobiowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Ogórek kiszony 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (***9,***) Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Sałata 10g 10 g	Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Szynka drobiowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Szynka drobiowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Ogórek kiszony 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Szynka drobiowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Szynka drobiowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (***1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Szynka drobiowa 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g
	II ŚN			Budyń 250g 250 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***)		Budyń 250g 250 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***)	
	Obiad	Zupa manna na rosole 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Udko z kurczaka pieczone 120g 120 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Fasola szparagowa gotowana 130g 150 g (***1, 2, 4, SOJ,***)	Zupa manna na rosole 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Udko z kurczaka gotowane 120g 120 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,***) Marchewka gotowana 130g 130 g (***1, 4,***)	Zupa manna na rosole 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Udko z kurczaka gotowane 120g 120 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,***) Fasola szparagowa gotowana 130g 150 g (***1, 2, 4, SOJ,***)	Zupa manna na rosole 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Udko z kurczaka gotowane 120g 120 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,***) Marchewka gotowana 130g 130 g (***1, 4,***)		Zupa manna na rosole 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Udko z kurczaka gotowane 120g 120 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,***) Marchewka gotowana 130g 130 g (***1, 4,***) Owoc 1 szt 130 g
	PD			Owoc 1 szt 130 g			
	Kolacja	Kiełbasa biała parzona 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***) Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Ćwikła z chrzanem 20g 20 g	Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Polędwica z indyka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (***1, 4,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***) Polędwica z indyka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Polędwica z indyka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Polędwica z indyka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Polędwica z indyka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g
	PN	Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 7g 7 g (***4,***) Sałata 10g 10 g	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 7g 7 g (***4,***) Sałata 10g 10 g Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo razowe 30g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 7g 7 g (***4,***)	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 7g 7 g (***4,***) Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Sałata 10g 10 g	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 7g 7 g (***4,***) Sałata 10g 10 g Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	
		Wart. energ: 2293.27 kcal; Białko og: 96.39 g; Tłuszcz: 83.62 g; Węgl. og: 289.00 g; w tym cuk.: 47.18 g; kw.tł.nasyc: 32.99 g; Błonnik: 23.46 g; Sól: 15.14 g; Sód: 5836.63 mg;	Wart. energ: 2011.69 kcal; Białko og: 101.76 g; Tłuszcz: 58.11 g; Węgl. og: 280.63 g; w tym cuk.: 49.85 g; kw.tł.nasyc: 26.41 g; Błonnik: 24.55 g; Sól: 16.01 g; Sód: 6294.75 mg;	Wart. energ: 2242.94 kcal; Białko og: 111.45 g; Tłuszcz: 69.93 g; Węgl. og: 306.47 g; w tym cuk.: 58.72 g; kw.tł.nasyc: 34.13 g; Błonnik: 34.49 g; Sól: 16.12 g; Sód: 6329.60 mg;	Wart. energ: 2019.69 kcal; Białko og: 104.76 g; Tłuszcz: 57.91 g; Węgl. og: 279.63 g; w tym cuk.: 48.85 g; kw.tł.nasyc: 26.41 g; Błonnik: 23.35 g; Sól: 16.09 g; Sód: 6332.75 mg;	Wart. energ: 2188.26 kcal; Białko og: 111.61 g; Tłuszcz: 61.93 g; Węgl. og: 306.00 g; w tym cuk.: 68.05 g; kw.tł.nasyc: 28.79 g; Błonnik: 23.38 g; Sól: 16.32 g; Sód: 6423.23 mg;	Wart. energ: 2222.15 kcal; Białko og: 108.72 g; Tłuszcz: 60.45 g; Węgl. og: 321.81 g; w tym cuk.: 80.75 g; kw.tł.nasyc: 27.65 g; Błonnik: 25.98 g; Sól: 16.22 g; Sód: 6380.57 mg;

W sytuacjach uzasadnionych merytorycznie jadłospis może ulec zmnianie.

Jadłospis obowiązuje od dnia 2026-11-21 do dnia 2026-11-30 KUCHNIA OGÓLNA

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca
2026-11-30 poniedziałek	Śniadanie	Pata twarogowa z koperkiem 90g 90 g (***4,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***) Zacierka na mleku 250 ml 250 ml (***1, 2, 4,***)	Zacierka na mleku 250 ml 250 ml (***1, 2, 4,***) Pata twarogowa z koperkiem 90g 90 g (***4,***) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Pata twarogowa z koperkiem 90g 90 g (***4,***) Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (***9,***)	Zacierka na mleku 250 ml 250 ml (***1, 2, 4,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Pata twarogowa z koperkiem 90g 90 g (***4,***)	Zacierka na mleku 250 ml 250 ml (***1, 2, 4,***) Pata twarogowa z koperkiem 90g 90 g (***4,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g	Zacierka na mleku 250 ml 250 ml (***1, 2, 4,***) Pata twarogowa z koperkiem 90g 90 g (***4,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g
	II ŚN			Hummus 1/3 szt 0,33 szt Wafle pełnoziarniste 30g 30 g		Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (***4,***)	Chipsy jabłkowe 1 szt 1 g
	Obiad	Zupa Żurek z ziemniakami 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Kotlet mielony wieprzowy z ryżem 90g 90 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej 130g 130 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***)	Zupa ziemniaczana 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Kotlet mielony wieprzowy z ryżem 90g 90 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Warzywa gotowane 130g 130 g (***1, 4, 5,***)	Zupa Żurek z ziemniakami 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Kotlet mielony wieprzowy z ryżem 90g 90 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej 130g 130 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***)	Zupa ziemniaczana 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Kotlet mielony wieprzowy z ryżem 90g 90 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Warzywa gotowane 130g 130 g (***1, 4, 5,***)		Zupa ziemniaczana 250ml 250 ml (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (***1, 5, 6, 12, SOJ,***) Kotlet mielony wieprzowy z ryżem 90g 90 g (***1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,***) Warzywa gotowane 130g 130 g (***1, 4, 5,***) Owoc 1 szt 130 g
	PD			Owoc 1 szt 130 g			
	Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Sałata 10g 10 g Papryka 70g 70 g Galaretka z drobiu z warzywami 100g 100 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Galaretka z drobiu z warzywami 100g 100 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Mus owocowy 1 szt Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Pieczywo razowe 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Galaretka z drobiu z warzywami 100g 100 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Galaretka z drobiu z warzywami 100g 100 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (***1, 4,***) Pomidor b/skóry 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g Galaretka z drobiu z warzywami 100g 100 g (***1, 2, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Wędlina 20g 20 g (***1, 2, 4, 5, 6,***)	Polędwica sopocka 60g 60 g (***1, 2, 4, 5, 6,***) Pieczywo pszenne 100g 100 g (***1, 2, 4, SOJ,***) Mix tłuszczowy 14g 14 g (***4,***) Herbata 250ml 250 ml (***1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,***) Pomidor 50g 50 g (***9,***) Sałata 10g 10 g
	PN	Mus owocowy 1 szt		Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (***4,***)	Mus owocowy 1 szt	Jogurt wysokobiałkowy 1 szt 1 szt	Mus owocowy 1 szt
		Wart. energ: 2300.29 kcal; Białko og: 104.64 g; Tłuszcz: 66.12 g; Węgl. og: 334.69 g; w tym cuk.: 55.87 g; kw.tł.nasyc: 27.54 g; Błonnik: 28.66 g; Sól: 16.92 g; Sód: 6656.80 mg;	Wart. energ: 2274.63 kcal; Białko og: 104.77 g; Tłuszcz: 61.04 g; Węgl. og: 341.85 g; w tym cuk.: 57.60 g; kw.tł.nasyc: 27.68 g; Błonnik: 32.73 g; Sól: 17.14 g; Sód: 6752.10 mg;	Wart. energ: 2112.19 kcal; Białko og: 101.11 g; Tłuszcz: 64.38 g; Węgl. og: 296.49 g; w tym cuk.: 51.93 g; kw.tł.nasyc: 26.67 g; Błonnik: 32.34 g; Sól: 15.93 g; Sód: 6259.95 mg;	Wart. energ: 2282.63 kcal; Białko og: 107.77 g; Tłuszcz: 60.84 g; Węgl. og: 340.85 g; w tym cuk.: 56.60 g; kw.tł.nasyc: 27.68 g; Błonnik: 31.53 g; Sól: 17.22 g; Sód: 6790.10 mg;	Wart. energ: 2474.63 kcal; Białko og: 130.77 g; Tłuszcz: 67.54 g; Węgl. og: 350.75 g; w tym cuk.: 64.00 g; kw.tł.nasyc: 31.66 g; Błonnik: 31.53 g; Sól: 17.49 g; Sód: 6897.10 mg;	Wart. energ: 2498.48 kcal; Białko og: 98.91 g; Tłuszcz: 58.15 g; Węgl. og: 416.61 g; w tym cuk.: 84.32 g; kw.tł.nasyc: 27.68 g; Błonnik: 43.53 g; Sól: 15.21 g; Sód: 6090.32 mg;

W sytuacjach uzasadnionych merytorycznie jadłospis może ulec zmnianie.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny Dział Żywienia
Wieniecka 49, 87-800, Włocławek

Oznaczenia alergenów:

1 - Zboża zawierające gluten,
2 - Jaja i pochodne,
3 - Ryby i pochodne,
4 - Mleko i pochodne,
5 - Seler i pochodne,
6 - Gorczyca i pochodne,
7 - Miód,
8 - Truskawki,
9 - Pomidory i przetwory,
10 - Kakao i prod. czekoladopochodne,
11 - Nasiona sezamu i pochodne,
12 - Orzechy,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wart. energ - Wartość energetyczna[kcal],
Białko og - Białko ogółem,
Sód - Sód,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węgl. og - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
kw.tł.nasyc - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik - Błonnik pokarmowy,
w tym cuk. - suma cukrów prostych,