Jadłospis 5.-11.10.2026 r. SP ZOZ Włodawa						
Dzień	**Posiłek**	**Dieta podstawowa**	**Dieta łatwostrawna**	**Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.**	**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	**Dieta łatwostrawna bezmleczna**
5.10.2026r. poniedziałek	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml twarożek z koperkiem 60g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml twarożek z koperkiem 60g mix sał.z pomid. i jog. 100g masło extra 15g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml twarożek z koperkiem 60g mix sałat z pomidorem i jogurtem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml twarożek z koperkiem 60g mix sałat z pomidorem i jogutrem 100g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 50g mix sałat z pomidorem i olejem 100g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml
	II śniadanie	-	-	sok warzywny 300ml	-	-
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kotlet pożarski smażony 150g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Pulpet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150/100g Ziemniaki 400g Buraczki duszone 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełn. 500ml Pulpet drobiowy gotowany 150g Ziemniaki 400g Sałatka z cukinii i pomidora 150g Kompot b/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Pulpet drobiowy gotowany w sosie pietruszk. 150/100g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml Kurczak gotowany 150g Ziemniaki 400g Buraczki duszone b/masła 150g Kompot 250ml
	Podwieczorek	-	-	chleb raz. 30g, masło 10g, polędw. drob. 20g, papr. 50g	-	-
	Kolacja	pasta z jajka ze szczypiorkiem 75g sałatka z fasolki szparag. i pomidora 150g budyń na mleku 120ml masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	pasta z jajka 75g sałatka z fasolki szparag. i pomidora 150g budyń na mleku 120ml masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	pasta z jajka ze szczypiorkiem 75g sałatka z fasolki szparag. i pomidora 150g polędwica drobiowa 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	pasta z białka jaja 75g sałatka z fasolki szparag. i pomidora 150g budyń na mleku 120ml margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	jajko got. (2 szt.) 100g sałatka z fasolki szparag. i pomidora 150g kisiel owocowy 120ml margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml
	Posiłek nocny	biszkopty (6 szt.) 25g	biszkopty (6 szt.) 25g	jabłko (1 szt.) 180g	biszkopty (6 szt.) 25g	jabłko (1 szt.) 180g
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – **1**; bułka pszenna – **1,6**; chleb żytni razowy – **1,6**; masło extra – **7**; zupa ziemniaczana – **9**; płatki owsiane gotowane na mleku – **1,7**; twarożek z koperkiem – **7**; mix sałat z pomidorem i jogurtem – **7**; zupa pomidorowa z makaronem (pełn.) – **1,7,9**; biszkopty – **1,3;** buraczki duszone – **1,7;** pasta z jajka – **1,3,6;** budyń na mleku – **7;** jajko gotowane – **3;** pulpet drobiowy – **1,3,7;** sos pietruszkowy – **1,7,9;** polędwica drobiowa – **1,6,7.**					

Jadłospis 5.-11.10.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta łatwostrawna bezmleczna
6.10.2026r. wtorek	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml szynka krucha 50g mix sałat z ogórkiem i olejem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml szynka krucha 50g mix sałat z pomidorem i olejem 100g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka krucha 50g mix sałat z ogórkiem i olejem 100g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml szynka krucha 50g mix sałat z pomidorem i olejem 100g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml szynka krucha 50g mix sałat z pomidorem i olejem 100g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	-
	Obiad	Zupa dyniowa 500ml Kotlet z soczewicy pieczony w sosie pomidorowym 50/100g Kasza gryczana 80g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Makaron z jogurtem naturalnym i truskawkami 80/50/150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Kotlet z soczewicy pieczony w sosie pomidorowym 50/100g Kasza gryczana 80g Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150g Kompot b/c 250ml	Zupa dyniowa 500ml Makaron z truskawkami 80/150g Kompot 250ml	Zupa dyniowa 500ml Makaron z jogurtem naturalnym i truskawkami 80/50/150g Kompot 250ml
	Podwieczorek	-	-	sok pomidorowy 300ml	-	-
	Kolacja	ser biały 60g miód 25g gruszka (1 szt.) 130g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	ser biały 60g miód 25g gruszka (1 szt.) 130g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	ser biały 60g kiełbasa krakowska 50g jabłko (1 szt.) 180g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	ser biały 60g miód 25g jabłko (1 szt.) 180g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	kurczak gotowany 50g miód 25g gruszka (1 szt.) 130g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml
	Posiłek nocny	smoothie jabłko-truskawka 250ml	smoothie jabłko- truskawka 250ml	smoothie jabłko- truskawka 250ml	smoothie jabłko- truskawka 250ml	smoothie jabłko-truskawka 250ml
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – **1**; bułka pszenna – **1,6**; chleb żytni razowy – **1,6**; masło extra – **7**; zupa ziemniaczana – **9**; kasza manna gotowana na mleku – **1,7**; ser biały – **7**; kefir – **7**; kiełbasa krakowska – **1,6**; zupa dyniowa – **7,9;** kotlet z soczewicy – **1,3,7**; sos pomidorowy – **1,7,9**; surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem – **7**; makaron z jogurtem naturalnym i truskawkami **– 1,7.**					

Jadłospis 5.-11.10.2026 r. SP ZOZ Włodawa

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta łatwostrawna bezmleczna
7.10.2026r. środa	Śniadanie	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z indyka 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z indyka 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z indyka 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	makaron gotowany na mleku 30g/250ml wędlina z indyka 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z indyka 50g sałatka z kalafiora i marchewki 150g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	-
	Obiad	Kapuśniak 500ml Leczo z indykiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Leczo z indykiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Kapuśniak 500ml Leczo z indykiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot b/c 250ml	Zupa brokułowa 500ml Leczo z indykiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml	Zupa brokułowa 500ml Leczo z indykiem i cukinią 80/100g Kasza jaglana 80g Kompot 250ml
	Podwieczorek	-	-	kisiel z jabłka 150ml	-	-
	Kolacja	ser żółty 50g papryka 80g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	twarożek 60g pomidor 80g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	ser żółty 50g papryka 80g mandarynka (1 szt.) 65g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	twarożek 60g pomidor 80g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	pasta z kurczaka 60g pomidor 80g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml
	Posiłek nocny	drożdżówka (1/2 szt.) 40g	drożdżówka (1/2 szt.) 40g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	drożdżówka (1/2 szt.) 40g
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – **1**; bułka pszenna – **1,6**; chleb żytni razowy – **1,6**; masło extra – **7**; zupa ziemniaczana – **9**; makaron gotowany na mleku – **1,7**; ser żółty – **7**; twarożek – **7**; zupa brokułowa – **7,9**; kapuśniak – **9**; kefir naturalny – **7**; pasta z kurczaka **– 1,6;** drożdżówka **– 1,3,7**.					

Jadłospis 5.-11.10.2026 r. SP ZOZ Włodawa						
Dzień	**Posiłek**	**Dieta podstawowa**	**Dieta łatwostrawna**	**Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.**	**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	**Dieta łatwostrawna bezmleczna**
8.10.2026r. czwartek	Śniadanie	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 200g bukiet warzyw z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 200g bukiet warzyw z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 200g bukiet warzyw z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki jęczm. gotowane na mleku 30g/250ml sałatka z białka jaja, fasolki szparagowej i pomidora 200g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora 200g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml
	II śniadanie	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-
	Obiad	Barszcz czerwony 500ml Kotlet rybno-warzywny smażony 120g Ziemniaki 400g Surówka z białej kapusty 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Kotlet rybno-warzywny pieczony z sosem pomidorowym 120/100g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Kotlet rybno-warzywny pieczony 120g Ziemniaki 400g Surówka z białej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony 500ml Kotlet rybno-warzywny pieczony z sosem pomidorowym 120/100g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona b/masła 150g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 500ml Kotlet rybno-warzywny pieczony 120g Ziemniaki 400g Marchewka z groszkiem duszona b/masła 150g Kompot 250ml
	Podwieczorek	-	-	chleb razowy, 30g, masło 10g, jajko got. (1 szt.) 50g, pomidor 80g	-	-
	Kolacja	pieczeń rzymska 50g bukiet warzyw z wody 80g ser biały 60g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	pieczeń rzymska 50g bukiet warzyw z wody 80g ser biały 60g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	polędwica sopocka 50g bukiet warzyw z wody 80g ser biały 60g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	polędwica sopocka 50g bukiet warzyw z wody 80g ser biały 60g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	kurczak gotowany 50g bukiet warz. z wody 80g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml
	Posiłek nocny	sok owocowy 300ml	sok owocowy 300ml	sok warzywny 300ml	sok owocowy 300ml	sok owocowy 300ml
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – **1**; bułka pszenna – **1,6**; chleb żytni razowy – **1,6**; masło extra – **7**; zupa ziemniaczana – **9**; płatki jęczmienne gotowane na mleku – **1,7**; pieczeń rzymska – **1,6,7**; barszcz czerwony – **7,9;** sos pomidorowy – **1,7,9;** ser biały **– 7;** jajko gotowane **– 3;** kotlet rybno-warzywny **– 1,3,4,6,7,9;** sałatka z jajka, fasolki szparagowej i pomidora **– 3;** polędwica sopocka **– 1,6,7;** marchewka z groszkiem duszona **– 1,7.**					

Jadłospis 5.-11.10.2026 r. SP ZOZ Włodawa						
Dzień	**Posiłek**	**Dieta podstawowa**	**Dieta łatwostrawna**	**Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.**	**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	**Dieta łatwostrawna bezmleczna**
9.10.2026r. piątek	Śniadanie	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z fasoli i cebulki 80g sałatka z brokuła i pomidora 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z jajka z koperkiem 75g sałatka z brokuła i pomidora 150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml pasta z fasoli i cebulki 80g sałatka z brokuła i pomidora 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki ryżowe gotowane na mleku 40g/250ml pasta z białka jaja z koperkiem 75g sałatka z brokuła i pomidora 150g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml jajko got. (2 szt.) 100g sałatka z brokuła i pomidora 150g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml
	II śniadanie	-	-	koktajl truskawkowy 250ml	-	-
	Obiad	Zupa krem cebulowa z serem typu Feta 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa krem cebulowa z serem typu Feta 500ml Makaron pełn. z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot b/c 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Makaron z serem białym i szpinakiem 80/80/50g Kompot 250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami 500ml Makaron z kurczakiem i szpinakiem 80/150/50g Kompot 250ml
	Podwieczorek	-	-	chleb raz. 30g, twarożek 80g, ogórek zielony 50g	-	-
	Kolacja	serek naturalny 150g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	serek naturalny 150g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	serek naturalny 150g szynka gotowana 50g kalafior z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	ser biały 60g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	szynka gotowana 50g kalafior z wody 80g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml
	Posiłek nocny	gruszka (1 szt.) 130g	gruszka (1 szt.) 130g	pomarańcza (1 szt.) 240g	pomarańcza (1 szt.) 240g	gruszka (1 szt.) 130g
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – **1**; bułka pszenna – **1,6**; chleb żytni razowy – **1,6**; masło extra – **7**; zupa ziemniaczana – **9**; płatki ryżowe gotowane na mleku – **7**; serek naturalny – **7;** zupa grysikowa z ziemniakami – **1,9**; zupa krem cebulowa z serem typu Feta – **7,9**; makaron (pełn.) z serem białym i szpinakiem – **1,7;** twarożek **– 7;** koktajl truskawkowy **– 7;** szynka gotowana **– 1,6;** jajko gotowane **– 3;** pasta z jajka z koperkiem **– 1,3,6;** makaron z kurczakiem i szpinakiem **– 1.**					

Jadłospis 5.-11.10.2026 r. SP ZOZ Włodawa						
Dzień	**Posiłek**	**Dieta podstawowa**	**Dieta łatwostrawna**	**Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.**	**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	**Dieta łatwostrawna bezmleczna**
10.10.2026r. sobota	Śniadanie	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g chrzan 30g papryka 80g mix sałat 20g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml pasztet drobiowy 50g pomidor 80g mix sałat 20g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z indyka 50g chrzan 30g papryka 80g mix sałat 20g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	płatki owsiane gotowane na mleku 30g/250ml wędlina z indyka 50g pomidor 80g mix sałat 20g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml wędlina z indyka 50g pomidor 80g mix sałat 20g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml
	II śniadanie	-	-	kefir naturalny 200g	-	-
	Obiad	Krupnik jęczmienny 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie musztardowym 100/100g Ryż 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie musztardowym 100/100g Ryż 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Zraz wieprzowy gotowany 100g Ryż brązowy 80g Pomidor z jogurtem 100g Kompot b/c 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Zraz wieprzowy gotowany w sosie musztardowym 100/100g Ryż 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Krupnik jęczmienny 500ml Szynka wieprzowa gotowana 100g Ryż 80g Sałatka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podwieczorek	-	-	jabłko (1 szt.) 180g	-	-
	Kolacja	pasta rybna (z mintaja) z jajkiem 150g ser biały 60g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	pasta rybna (z mintaja) z jajkiem 150g ser biały 60g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	pasta rybna (z mintaja) z jajkiem 150g ser biały 60g brokuł z wody 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	pasta rybna (z mintaja) z białkiem jaja 150g ser biały 60g brokuł z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	pasta rybna (z mintaja) z jajkiem 150g brokuł z wody 80g jabłko (1 szt.) 180g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml
	Posiłek nocny	smoothie jabłko-truskawka 250ml	smoothie jabłko- truskawka 250ml	smoothie jabłko- truskawka 250ml	smoothie jabłko- truskawka 250ml	smoothie jabłko-truskawka 250ml
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – **1**; bułka pszenna – **1,6**; chleb żytni razowy – **1,6**; masło extra – **7**; zupa ziemniaczana – **9**; płatki owsiane gotowane na mleku – **1,7**; pasztet drobiowy – **1,3,6,7,9**; chrzan – **12**; kefir – **7**; krupnik jęczmienny – **1,9;** zraz wieprzowy **– 1,3,6,7;** sos musztardowy **– 1,7,10;** pomidor z jogurtem **– 7;** ser biały **– 7;** pasta rybna z jajkiem **– 1,3,4,6.**					

Jadłospis 5.-11.10.2026 r. SP ZOZ Włodawa						
Dzień	**Posiłek**	**Dieta podstawowa**	**Dieta łatwostrawna**	**Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.**	**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	**Dieta łatwostrawna bezmleczna**
11.10.2026r. niedziela	Śniadanie	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml ser biały 60g dżem 50g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml ser biały 60g dżem 50g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml ser biały 60g kiełbasa krakowska 50g ogórek zielony 80g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	kasza manna gotowana na mleku 40g/250ml ser biały 60g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	zupa ziemniaczana 250ml kurczak gotowany 50g dżem 50g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml
	II śniadanie	-	-	mandarynka z jogurtem naturalnym 150g	-	-
	Obiad	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka pieczone 200g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Rosół z makaronem pełn. 500ml Udko z kurczaka piecz. 200g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Rosół z makaronem 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Rosół z makar. 500ml Udko z kurczaka gotowane 200g Ziemniaki 400g Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml
	Podwieczorek	-	-	sok pomidorowy 300ml	-	-
	Kolacja	szynka prasowana 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw z wody 80g jogurt owocowy 150g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata 250ml	szynka prasowana 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw z wody 80g jogurt owocowy 150g masło extra 15g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	szynka prasowana 50g jajko gotowane (1 szt.) 50g bukiet warzyw z wody 80g kefir naturalny 200g masło extra 15g chleb żytni razowy 100g herbata b/c 250ml	szynka prasowana 50g białko jaja got. (1 szt.) 50g bukiet warzyw z wody 80g jogurt owocowy 150g margaryna b/ml. 10g chleb pszenny zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml	pasta wieprzowa 60g jajko got. (2 szt.) 100g bukiet warz. z wody 80g margaryna b/ml. 10g chleb psz. zwykły 50g bułka pszenna 50g herbata 250ml
	Posiłek nocny	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g	jabłko (1 szt.) 180g
	Alergeny w posiłkach: chleb pszenny zwykły – **1**; bułka pszenna – **1,6;** chleb żytni razowy – **1,6**; masło extra – **7**; zupa ziemniaczana – **9**; płatki ryżowe gotowane na mleku – **7**; ser biały – **7**; mandarynka z jogurtem naturalnym **– 7**; rosół z makaronem (pełn.) – **9;** kiełbasa krakowska **– 1,6;** szynka prasowana **– 1,6,7;** jajko gotowane **– 3;** kefir **– 7;** pasta wieprzowa **– 1,6;** jogurt owocowy **– 7.**					

Jadłospis może ulec zmianom z przyczyn niezależnych od Kuchni.