

Jadłospis z dnia 02.02.2026 r.

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), żurek z jajkiem i kielbasą: kości, jajko , kielbasa toruńska (soja), słonina, mąka pszenna (gluten), śmietana (mleko), przyprawy (seler), marchew, herbata, woda niegazowana	Chleb pszenny (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), żurek z jajkiem i kielbasą: kości, jajko , kielbasa toruńska (soja), mąka pszenna (gluten), śmietana (mleko), przyprawy (seler), herbata	Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), żurek z jajkiem i kielbasą: kości, jajko , kielbasa toruńska (soja), słonina, mąka pszenna (gluten), śmietana (mleko), przyprawy (seler), marchew, herbata, woda niegazowana
II śniadanie			Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa, twaróg (mleko), sałata lodowa
Obiad	Pulpeciki w sosie pomidorowym: biodrówka, wołowina b/k, cebula, pieczywo pszenne (gluten), jajka , mąka pszenna (gluten), konc. pomidorowy, olej, mąka ziemniaczana, przyprawy (seler), ryż, surówka z kapusty białej: kapusta biała, marchew, cebula, jabłko, majonez (gorczyca , jajko), przyprawy (gorczyca), kompot z owoców mieszanych	Zupa ziemniaczana: ziemniaki, marchew, seler , pietruszka, śmietana (mleko), wywar kostny, przyprawy (seler), pulpeciki w sosie pomidorowym: biodrówka, wołowina b/k, cebula, pieczywo pszenne (gluten), jajka , mąka pszenna (gluten), koncentrat pomidorowy, olej, mąka ziemniaczana, przyprawy (seler), ryż, buraczki duszone: buraki czerwone, masło ekstra (mleko), kompot z owoców mieszanych	Zupa ziemniaczana: ziemniaki, marchew, seler , pietruszka, śmietana (mleko), wywar kostny, przyprawy (seler), pulpeciki w sosie pomidorowym: biodrówka, wołowina b/k, cebula, pieczywo pszenne (gluten), jajka , mąka pszenna (gluten), koncentrat pomidorowy, olej, mąka ziemniaczana, przyprawy (seler), ryż, fasolka na parze: fasolka szparagowa, masło ekstra (mleko), bułka tarta (gluten), kompot z owoców mieszanych
Podwieczorek			Kanapka z szynką: szynka z indyka (soja), chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), pomidor
Kolacja	Chleb pszenny (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), baleron (soja , gluten), sałata zielona, papryka, kawa zbożowa z mlekiem (mleko , gluten)	Chleb pszenny (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), szynka wiejska, pomidor, sałata zielona, kawa zbożowa z mlekiem (mleko , gluten)	Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), szynka wiejska, papryka, sałata zielona, kawa zbożowa z mlekiem 200 ml (mleko , gluten)
Posiłek wieczorny	Jogurt naturalny (mleko)	Jogurt naturalny (mleko)	Jogurt naturalny (mleko)
Wartość odżywcza jadłospisu	Wartość energetyczna [kcal] 2220,0,3 Wartość odżywcza: Białko [g] 94,6 Tłuszcz [g] 83,8 Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 283,4 w tym cukry [g] 57,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,4 Sól [g] 6,5	Wartość energetyczna [kcal] 2154,06 Wartość odżywcza: Białko [g] 93,1 Tłuszcz [g] 55,5 Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 19,04 Węglowodany ogółem [g] 331,1 w tym cukry [g] 60,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Sól [g] 6,1	Wartość energetyczna [kcal] 2458,8 Wartość odżywcza: Białko [g] 120,03 Tłuszcz [g] 76,9 Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 339,7 w tym cukry [g] 32,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 Sól [g] 6,9

Wykaz alergenów zgodnie z ROZPORZĄDZENIEM PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011 r.:

1. zboża zawierające gluten, 2. skorupiaki, 3. jaja, 4. ryby, 5. orzeszki ziemne, 6. ziarno sojowe, 7. mleko, 8. orzechy z drzew orzechowych, 9. seler, 10. gorczyca, 11. ziarno sezamowe, 12. dwutlenek siarki oraz siarczyny, 13. łubiny, 14. mięczaki

Jadłospis z dnia 03.02.2026 r.

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Chleb pszenny (gluten), bułka kajzerka (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), szynka gotowana (soja, mleko), serek śmietankowy (mleko), roszponka, ogórek zielony, zupa mleczna makaronem (mleko, gluten, jajka), herbata, woda niegazowana	Chleb pszenny (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), szynka gotowana (soja, mleko), serek śmietankowy (mleko), pomidor, zupa mleczna z makaronem (mleko, gluten, jajka), herbata, woda niegazowana	Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), szynka gotowana (soja, mleko), serek śmietankowy (mleko), pomidor, roszponka, zupa mleczna z makaronem (mleko, gluten, jajka), herbata, woda niegazowana
II śniadanie			Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), pomidor
Obiad	Ryba panierowana (ryba , mąka pszenna (gluten), jajko , bułka tarta (gluten), mleko , przyprawy (seler)), ziemniaki, surówka z marchewki (marchew, jabłka, olej), kompot z jabłek	Zupa jarzynowa z ryżem: ryż, marchew, pietruszka, seler , bukiet warzyw mrożonych (seler), wywar kostny, przyprawy (seler) ryba duszona w jarzynach: ryba , marchew, pietruszka, seler , olej, przyprawy (seler), warzywa na parze (marchew mrożona, brokuł mrożony, kalafior mrożony), ziemniaki, kompot z jabłek	Zupa jarzynowa z ryżem: ryż, marchew, pietruszka, seler , warzywa mrożone (seler), wywar kostny, przyprawy (seler), ryba duszona w jarzynach: ryba , marchew, pietruszka, seler , olej, przyprawy (seler), surówka z marchewki (marchew, jabłka, olej), ziemniaki, kompot z jabłek
Podwieczorek			Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), jajko , sałata lodowa
Kolacja	Chleb graham (gluten), margaryna słoneczna, twaróg (mleko), papryka, sałata lodowa, herbata	Chleb pszenny (gluten), margaryna słoneczna, twaróg (mleko), sałata lodowa, herbata	Chleb graham (gluten), margaryna słoneczna, twaróg (mleko), sałata lodowa, herbata
Posiłek wieczorny	Jogurt owocowy (mleko)	Jogurt owocowy (mleko)	Jogurt owocowy bez cukru (mleko)
Wartość odżywcza jadłospisu	Wartość energetyczna [kcal] 2212,3 Wartość odżywcza: Białko [g] 87,7 Tłuszcz [g] 87,8 Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 279,9 w tym cukry [g] 67,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Sól [g] 6,2	Wartość energetyczna [kcal] 1934,4 Wartość odżywcza: Białko [g] 86,4 Tłuszcz [g] 51,9 Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 293,4 w tym cukry [g] 63,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,1 Sól [g] 5,9	Wartość energetyczna [kcal] 2121,8 Wartość odżywcza: Białko [g] 100,9 Tłuszcz [g] 50,7 Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 17,9 Węglowodany ogółem [g] 335,9 w tym cukry [g] 42,5 Błonnik pokarmowy [g] 39,9 Sól [g] 6,5

Wykaz alergenów zgodnie z ROZPORZĄDZENIEM PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011 r.:

1. zboża zawierające gluten, 2. skorupiaki, 3. jaja, 4. ryby, 5. orzeszki ziemne, 6. ziarno sojowe, 7. mleko, 8. orzechy z drzew orzechowych, 9. seler, 10. gorczyca, 11. ziarno sezamowe, 12. dwutlenek siarki oraz siarczyny, 13. łubiny, 14. mięczaki

Jadłospis z dnia 04.02.2026 r.

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa, pasztet z soczewicy (gluten, soja), papryka, rukola, płatki owsiane na mleku (mleko, gluten), herbata, woda niegazowana	Chleb pszenny (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), dżem, twaróg (mleko), płatki owsiane na mleku (mleko, gluten), herbata, woda niegazowana	Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), klops drobiowy (gulasz z indyka, pieczywo pszenne (gluten), jajko , mąka ziemniaczana), przyprawy (seler), papryka, rukola, płatki owsiane na mleku (mleko, gluten), herbata, woda niegazowana
II śniadanie			Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), szynka gotowana (soja, mleko), sałata zielona
Obiad	Udziec pieczony: udziec drobiowy, olej, cebula, przyprawy (gorczyca, seler), ziemniaki, sałata lodowa ze śmietaną: śmietana (mleko), jogurt (mleko), kukurydza konserwowa, marchewka, cebula, pomidor, kompot z jabłek	Rosół z makaronem: makaron (gluten, jajko), marchew, pietruszka, seler , wywar kostny drobiowy, przyprawy (seler), udziec drobiowy w sosie: udziec drobiowy, olej, marchew, pietruszka, seler , śmietana (mleko), mąka pszenna (gluten), przyprawy (seler), ziemniaki, sałata lodowa, pomidor, śmietana (mleko), jogurt naturalny (mleko), kompot z jabłek	Rosół z makaronem: makaron (gluten, jajko), marchew, pietruszka, seler , wywar kostny drobiowy, przyprawy (seler), udziec drobiowy w sosie: udziec drobiowy, olej, marchew, pietruszka, seler , śmietana (mleko), mąka pszenna (gluten), przyprawy (seler), ziemniaki, sałata lodowa, pomidor, śmietana (mleko), jogurt naturalny (mleko), kompot z jabłek
Podwieczorek			Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), twaróg (mleko), sałata lodowa
Kolacja	Pieczywo pszenne (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), pasta z jaj: jajka , majonez (gorczyca, jajko), pieczywo pszenne (gluten), musztarda (gorczyca), szczypiorek, przyprawy, pomidor, herbata	Chleb pszenny (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), jajko , pomidor, herbata	Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), jajko , pomidor, herbata
Posiłek wieczorny	Sałatka z kuskusem: kasza kuskus (gluten), pietruszka zielona, marchew, fasolka szparagowa, olej, przyprawy	Sałatka z kuskusem: kasza kuskus (gluten), pietruszka zielona, marchew, fasolka szparagowa, olej, przyprawy	Sałatka z kuskusem: kasza kuskus (gluten), pietruszka zielona, marchew, fasolka szparagowa, olej, przyprawy
Wartość odżywcza jadłospisu	Wartość energetyczna [kcal] 2348,3 Wartość odżywcza: Białko [g] 99,2 Tłuszcz [g] 87,8 Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 21,1 Węglowodany ogółem [g] 305,6 w tym cukry [g] 53,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 5,8	Wartość energetyczna [kcal] 2162,5 Wartość odżywcza: Białko [g] 94,4 Tłuszcz [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 304,4 w tym cukry [g] 65,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,1 Sól [g] 5,5	Wartość energetyczna [kcal] 2469,05 Wartość odżywcza: Białko [g] 125,9 Tłuszcz [g] 80,1 Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 330,7 w tym cukry [g] 35,2 Błonnik pokarmowy [g] 38,1 Sól [g] 6,4
<p>Wykaz alergenów zgodnie z ROZPORZĄDZENIEM PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011 r.:</p> <p>1. zboża zawierające gluten, 2. skorupiaki, 3. jajka, 4. ryby, 5. orzeszki ziemne, 6. ziarno sojowe, 7. mleko, 8. orzechy z drzew orzechowych, 9. seler, 10. gorczyca, 11. ziarno sezamowe, 12. dwutlenek siarki oraz siarczyny, 13. lubiny, 14. mięczaki</p>			

Jadłospis z dnia 05.02.2026 r.

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Pieczywo pszenne (gluten), bułka kajzerka (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), ser mozzarella (mleko), szynka wiejska, ogórek zielony, roszonek, kawa zbożowa (mleko , kawa zbożowa (gluten), cukier), woda niegazowana	Chleb pszenny (gluten), bułka kajzerka (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), szynka wiejska, sałata lodowa, pomidor, serek śmietankowy (mleko), kawa zbożowa (mleko , kawa zbożowa (gluten)), woda niegazowana	Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), szynka wiejska, sałata lodowa, pomidor, serek śmietankowy (mleko), kawa zbożowa (mleko , kawa zbożowa (gluten)), woda niegazowana
II śniadanie			Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), jajko, sałata lodowa
Obiad	Filet drobiowy soute: filet drobiowy, cebula, mąka pszenna (gluten), śmietana (mleko), olej, przyprawy (seler), ziemniaki, surówka z kapusty włoskiej (kapusta włoska, marchew, cebula, jabłko, pomidor, majonez (gorczyca , jajko), przyprawy, musztarda (gorczyca)), kompot z jabłek	Zupa jarzynowa z kaszą manną: kasza manna (gluten), marchew, pietruszka, seler , bukiet jarzyn mrożonych (seler), śmietana (mleko), przyprawy (seler), filet drobiowy w jarzynach: filet drobiowy, marchew, pietruszka, seler , śmietana (mleko), olej, mąka pszenna (gluten), przyprawy (seler), ziemniaki, fasolka szparagowa na parze, buraczki duszone (masło ekstra (mleko) buraki czerwone), kompot z jabłek	Zupa jarzynowa z kaszą manną: kasza manna (gluten), marchew, pietruszka, seler , bukiet jarzyn mrożonych (seler), śmietana (mleko), przyprawy (seler), filet drobiowy w jarzynach: filet drobiowy, marchew, pietruszka, seler , śmietana (mleko), olej, mąka pszenna (gluten), przyprawy (seler), ziemniaki, kalafior na parze: kalafior mrożony, bułka tarta (gluten), masło ekstra (mleko), kompot z jabłek
Podwieczorek			Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), szynka gotowana (soja , mleko), pomidor
Kolacja	Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), krupnik z mięsem: ziemniaki, kasza jęczmienna (gluten), biodrówka, marchew, pietruszka, seler , śmietana (mleko), kości, przyprawy (seler), herbata	Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), krupnik z mięsem: ziemniaki, kasza jęczmienna (gluten), biodrówka, marchew, pietruszka, seler , śmietana (mleko), kości, przyprawy (seler), herbata	Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), krupnik z mięsem: ziemniaki, kasza jęczmienna (gluten), biodrówka, marchew, pietruszka, seler , śmietana (mleko), kości, przyprawy (seler), herbata
Posiłek wieczorny	Jogurt naturalny (mleko)	Jogurt naturalny (mleko).	Jogurt naturalny (mleko)
Wartość odżywcza jadłospisu	Wartość energetyczna [kcal] 2060,8 Wartość odżywcza: Białko [g] 91,3 Tłuszcz [g] 76,4 Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 19,05 Węglowodany ogółem [g] 264,2 w tym cukry [g] 54,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,2 Sól [g] 5,9	Wartość energetyczna [kcal] 2099,7 Wartość odżywcza: Białko [g] 98,5 Tłuszcz [g] 49,2 Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 16,7 Węglowodany ogółem [g] 331,1 w tym cukry [g] 64,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Sól [g] 5,7	Wartość energetyczna [kcal] 2287,7 Wartość odżywcza: Białko [g] 112,9 Tłuszcz [g] 64,1 Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 335,4 w tym cukry [g] 35,6 Błonnik pokarmowy [g] 40,1 Sól [g] 6,5

Wykaz alergenów zgodnie z ROZPORZĄDZENIEM PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011 r.:

1. zboża zawierające gluten, 2. skorupiaki, 3. jaja, 4. ryby, 5. orzechy ziemne, 6. ziarno sojowe, 7. mleko, 8. orzechy z drzew orzechowych, 9. seler, 10. gorczyca, 11. ziarno sezamowe, 12. dwutlenek siarki oraz siarczyny, 13. lubiny, 14. mączki

Jadłospis z dnia 06.02.2026 r.

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Bułka maślana (gluten , jaja , mleko), masło (mleko), dżem owocowy niskosłodzony, serek śmietankowy (mleko), płatki owsiane na mleku (mleko , gluten), jabłko, herbata, woda niegazowana	Bułka maślana (gluten , jaja , mleko), masło (mleko), dżem, serek śmietankowy (mleko), płatki owsiane na mleku (mleko , gluten), herbata, woda niegazowana	Chleb graham (gluten), masło (mleko), sałatka jarzynowa: marchew, ziemniaki, pietruszka, seler , jabłko, jajko , majonez (jajko , gorczyca), przyprawy, sałata zielona, płatki owsiane na mleku (mleko , gluten), herbata
II śniadanie			Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), pomidor
Obiad	Ryba duszona w sosie pomidorowym z warzywami: ryba , bukiet warzyw mrożonych (seler), mąka pszenna (gluten), koncentrat pomidorowy, śmietana (mleko), olej, przyprawy (seler), ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej: kapusta pekińska, marchew, cebula, jabłko, majonez (gorczyca , jajko), przyprawy, musztarda (gorczyca), kompot z owoców mieszanych, mus owocowy	Zupa jarzynowa z lanym ciastem: mąka pszenna (gluten), jajko , marchew, pietruszka, seler , bukiet jarzyn mrożonych (seler), śmietana (mleko), wywar kostny, ryba duszona w sosie pomidorowym z warzywami: ryba , mąka pszenna (gluten), koncentrat pomidorowy, śmietana (mleko), olej, bukiet jarzyn mrożonych (seler), przyprawy (seler), ziemniaki, brokuł na parze: brokuł mrożony, masło ekstra (mleko), bułka tarta (gluten), kompot z owoców mieszanych	Zupa jarzynowa z lanym ciastem: mąka pszenna (gluten), jajko , marchew, pietruszka, seler , bukiet jarzyn mrożonych (seler), śmietana (mleko), wywar kostny, ryba duszona w sosie pomidorowym z warzywami: ryba , mąka pszenna (gluten), koncentrat pomidorowy, śmietana (mleko), bukiet jarzyn mrożonych (seler), przyprawy (seler), ziemniaki, brokuł na parze, kompot z owoców mieszanych
Podwieczorek			Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), polędwica sopocka, sałata zielona
Kolacja	Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), twaróg (mleko), pomidor, szczypiorek, herbata	Chleb pszenny (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), twarózek (mleko), pomidor, herbata	Chleb graham (gluten), margaryna śniadaniowa (mleko), twarózek (mleko), pomidor, herbata
Posiłek wieczorny	Sałatka z kaszą gryczaną: kasza gryczana, bukiet warzyw, olej, roszonek, przyprawy	Ryż z jabłkami (ryż, jabłko, cynamon)	Sałatka z kaszą gryczaną: kasza gryczana, bukiet warzyw, olej, roszonek, przyprawy
Wartość odżywcza jadłospisu	Wartość energetyczna [kcal] 2043,6 Wartość odżywcza: Białko [g] 75,9 Tłuszcz [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 21,1 Węglowodany ogółem [g] 294,9 w tym cukry [g] 84,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 Sól [g] 5,5	Wartość energetyczna [kcal] 2078,5 Wartość odżywcza: Białko [g] 81,1 Tłuszcz [g] 55,1 Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 327,08 w tym cukry [g] 83,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Sól [g] 5,2	Wartość energetyczna [kcal] 2321,8 Wartość odżywcza: Białko [g] 98,9 Tłuszcz [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 336,7 w tym cukry [g] 43,1 Błonnik pokarmowy [g] 46,1 Sól [g] 5,9
Wykaz alergenów zgodnie z ROZPORZĄDZENIEM PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011 r.:			
1. zboża zawierające gluten, 2. skorupiaki, 3. jaja, 4. ryby, 5. orzeszki ziemne, 6. ziarno sojowe, 7. mleko, 8. orzechy z drzew orzechowych, 9. seler, 10. gorczyca, 11. ziarno sezamowe, 12. dwutlenek siarki oraz siarczyny, 13. łubiny, 14. mięczaki			