

Jadłospis 10.01.2026 SOBOTA

Numer diety	D01, P01	D02, P02	D05, D10, D11,D12	D03, D06, P03, D07
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); (G) Chleb pszenno-żytni + chleb razowy 125g/psychiatria-160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Twaróg ze szczypiorem- 50g (7), Kiełbasa zielonogórska- 40g (6,9,10,11) Salata, Pomidor, Herbata OMP +dżem, serek naturalny (7)	Kasza manna na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); (G) Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria- 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Twaróg ze szczypiorem- 50g (7), Kiełbasa szynkowa- 40g (6,9,10,11), Salata, Pomidor bez skórki, Herbata	Kasza manna na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); (G) Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/psychiatria- 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Twaróg ze szczypiorem- 50g (7), Kiełbasa szynkowa- 40g (6,9,10,11), Salata, Pomidor bez skórki, Herbata	Chleb żytni- 125g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Twaróg ze szczypiorem- 50g (7), Kiełbasa szynkowa- 40g (6,9,10,11), Salata, Pomidor, Herbata
II śniadanie	Kisiel z tartym jabłkiem (1)	Kisiel z tartym jabłkiem (1)	Kisiel z tartym jabłkiem (1)	Jabłko
Obiad	Zupa marchwianka 500ml (9), (G) Bitka duszona -110g (1,9); (G) Sos własny (1);(G), Ziemniaki (G) Surówka z kapusty kiszonej (3,7,9,10) Kompot jabłkowy	Zupa marchwianka 500ml (9),(G) Bitka gotowana -110g (1,9); (G) Ziemniaki (G) Buraki z jabłkiem, (G) Kompot jabłkowy	Zupa marchwianka 500ml (9) (G) Bitka gotowana -110g (1,9); (G) Ziemniaki (G) Buraki z jabłkiem (G) Kompot jabłkowy	Zupa marchwianka 500ml (9) (G) Bitka gotowana -110g (1,9); (G) Sos własny (1); (G) Ziemniaki Buraki z jabłkiem bez cukru (G) Herbata
Kolacja	Chleb pszenno- żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria- 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Szynka drobiowa- 50g (6,9,10,11), Pomidor- 50g, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria- 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Szynka drobiowa- 50g (6,9,10,11), Pomidor bez skórki, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria- 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Szynka drobiowa- 50g (6,9,10,11), Pomidor bez skórki, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata	Chleb żytni- 125g(1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Szynka drobiowa- 50g (6,9,10,11), Pomidor- 50g, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata
Kolacja II	Jabłko	Jabłko pieczone	Jabłko pieczone	Chleb żytni- 40g (1,3,5,6,9) , masło (7) , Szynka drobiowa (6,9,10,11) - 20g
Wartość odżywcza	Energia:Kcal: 2403 Białko 121 g – 484 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 78 g – 702 Energia:Kcal – 29% NKT: 19 g Węglowodany 306 g – 1224 Energia:Kcal – 51% w tym cukry 53 g Błonnik 31 g, Sód 1850 mg	Energia:Kcal: 2399 Białko 118 g – 472 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 76 g – 684 Energia:Kcal – 29% NKT: 18 g Węglowodany 310 g – 1240 Energia:Kcal – 52% w tym cukry 50 g Błonnik 32 g Sód 1780 mg	Energia:Kcal: 2399 E Białko 118 g – 472 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 76 g – 684 Energia:Kcal – 29% NKT: 18 g Węglowodany 310 g – 1240 Energia:Kcal – 52% w tym cukry 50 g Błonnik 32 g,Sód 1780 mg	Energia:Kcal: 2402 Energia:Kcal Białko 123 g – 492 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 79 g – 711 Energia:Kcal – 30% NKT: 19 g Węglowodany 304 g – 1216 Energia:Kcal – 50% w tym cukry 54 g Błonnik 32 g Sód 1880 mg

Jadłospis 11.01.2026 NIEDZIELA

Numer diety:	D01, P01	D02, P02	D05, D10, D11,D12	D03, D06, P03, D07
Śniadanie	Ryż na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7) ; Chleb pszenno-żytni + chleb razowy 125g/ psychiatria- (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Polędwica sopocka- 50g (6,9,10,11) , Sałata, Pomidor, Herbata OMP + jajko gotowane, (3) dżem porzeczkowy	Ryż na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7) ; Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Polędwica sopocka- 50g (6,9,10,11) , Sałata, Pomidor bez skórki, Herbata	Ryż na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7) ; Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Polędwica sopocka- 50g (6,9,10,11) , Sałata, Pomidor bez skórki, Herbata	Chleb żytni- 125g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Polędwica sopocka- 50g (6,9,10,11) , Sałata, Pomidor, Herbata
II śniadanie	Budyń (1,7)	Budyń (1,7)	Budyń (1,7)	Jabłko
Obiad	Krupnik z kaszy jęczmiennej 500ml (1,9) , (G) Kotlet drobiowy smażony –s80g (1,3) ; (S) Ziemniaki (G) Sałatka z ogórków kiszonych, Kompot jabłkowy	Krupnik z kaszy jęczmiennej 500ml (1,9) , (G) Pulpet drobiowy gotowany, (G) Ziemniaki (G) Marchew gotowana- 200g (G) Kompot jabłkowy	Krupnik z kaszy jęczmiennej 500ml (1,9) , (G) Pulpet drobiowy gotowany, (G) Ziemniaki (G) Marchew gotowana- 200g(G) Kompot jabłkowy	Krupnik z kaszy jęczmiennej 500ml (1,9) , (G) Pulpet drobiowy gotowany, (G) Ziemniaki (G) Sałatka z ogórków kiszonych; Herbata
Kolacja	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Ser żółty- 50g (7) Szynka drobiowa- 40g (6,9,10,11) , Pomidor, Kawa z mlekiem (1,7) , Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Szynka drobiowa- 50g (6,9,10,11) , Pomidor, Kawa z mlekiem (1,7) , Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Szynka drobiowa- 50g (6,9,10,11) , Pomidor, Kawa z mlekiem (1,7) , Herbata	Chleb żytni- 125g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Szynka drobiowa- 50g (6,9,10,11) , Pomidor, Kawa z mlekiem (1,7) , Herbata
Kolacja II	Jogurt naturalny (7)	Jogurt naturalny (7)	Jogurt naturalny (7)	Chleb żytni- 40g (1,3,5,6,9) , masło (7) , Szynka drobiowa (6,9,10,11) - 20g
Wartość odżywcza	Energia:Kcal: 2404 Białko 120 g – 480 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 79 g – 711 Energia:Kcal – 30% NKT: 19 g Węglowodany 305 g – 1220 Energia:Kcal – 51% w tym cukry 52 g Błonnik 31 g,Sód 1860 mg	Energia:Kcal: 2398 Białko 118 g – 472 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 77 g – 693 Energia:Kcal – 29% NKT: 18 g Węglowodany 308 g – 1232 Energia:Kcal – 51%w tym cukry 50 g, Błonnik 32 g, Sód 1790 mg	Energia:Kcal: 2398 Białko 118 g – 472 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 77 g – 693 Energia:Kcal – 29% NKT: 18 g Węglowodany 308 g – 1232 Energia:Kcal – 51% w tym cukry 50 g Błonnik 32 g Sód 1790 mg	Energia:Kcal: 2402 Białko 122 g – 488 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 78 g – 702 Energia:Kcal – 29% NKT: 19 g Węglowodany 304 g – 1216 Energia:Kcal – 51% w tym cukry 54 g Błonnik 32 g, Sód 1900

Jadłospis 12.01.2026 PONIEDZIAŁEK

Numer diety	D01, P01	D02, P02	D05, D10, D11,D12	D03, D06, P03, D07
Śniadanie	Makaron na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,3,7); Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Twaróg ze szczypiorem- 50g (7), Kiełbasa zielonogórska- 40g (6,9,10,11) Sałata, Pomidor, Herbata	Makaron na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,3,7); Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Twaróg ze szczypiorem- 50g (7), Kiełbasa szynkowa- 40g (6,9,10,11), Sałata, Pomidor bez skórki, Herbata	Makaron na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,3,7); Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Twaróg ze szczypiorem- 50g (7), Kiełbasa szynkowa- 40g (6,9,10,11), Sałata, Pomidor bez skórki, Herbata	Chleb żytni- 125g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Twaróg ze szczypiorem- 50g (7), Kiełbasa szynkowa- 40g (6,9,10,11), Sałata, Pomidor, Herbata
II śniadanie	Kaszka manna (1,7)	Kaszka manna (1,7)	Kaszka manna (1,7)	Kefir
Obiad	Zupa jarzynowa 500ml (9), (G) Gulasz z warzywami (1, 9); (G) Kasza gryczana (1) (G) Kompot jabłkowy	Zupa ryżowa 500ml (1,9), (G) Gulasz z warzywami (1,9); (G) Ziemniaki (G) Kompot jabłkowy	Zupa ryżowa 500ml (1,9), (G) Gulasz z warzywami (1,9); (G) Ziemniaki (G) Kompot jabłkowy	Zupa jarzynowa 500ml (9), (G) Gulasz z warzywami -110g (1,9); (G) Kasza gryczana (1) (G) Herbata
Kolacja	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11), Pomidor, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11), Pomidor bez skórki, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11), Pomidor bez skórki, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata	Chleb żytni -125g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11), Pomidor bez skórki, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata
Kolacja II	Kefir (7)	Kefir (7)	Kefir (7)	Chleb żytni- 40g (1,3,5,6,9) , Masło (7) , Kiełbasa szynkowa (6,9,10,11) - 20g
Wartość odżywcza	Energia:Kcal: 2403 Białko 121 g – 484 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 78 g – 702 Energia:Kcal – 29% NKT: 19 g Węglowodany 306 g – 1224 Energia:Kcal – 51% w tym cukry 53 g Błonnik 31 g Sód 1850 mg	Energia:Kcal: 2399 Białko 118 g – 472 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 76 g – 684 Energia:Kcal – 29% NKT: 18 g Węglowodany 310 g – 1240 Energia:Kcal – 52% w tym cukry 50 g, Błonnik 32 g Sód 1780 mg	Energia:Kcal: 2399 Białko 118 g – 472 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 76 g – 684 Energia:Kcal – 29% NKT: 18 g Węglowodany 310 g – 1240 Energia:Kcal – 52% w tym cukry 50 g Błonnik 32 g Sód 1780 mg	Energia:Kcal: 2402 Białko 123 g – 492 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 79 g – 711 Energia:Kcal – 30% NKT: 19 g Węglowodany 304 g – 1216 Energia:Kcal – 50% w tym cukry 54 g, Błonnik 32 g Sód 1880 mg

Jadłospis 13.01.2026 WTOREK

Numer diety	D01, P01	D02, P02	D05, D10, D11,D12	D03, D06, P03, D07
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); (G) Chleb pszenno-żytni + chleb razowy 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Szynka drobiowa- 50 g (6,9,10,11), Salata, Pomidor, Herbata OMP + miód, dżem	Płatki owsiane na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); (G) Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Szynka drobiowa- 50 g (6,9,10,11), Salata, Pomidor bez skórki, Herbata	Płatki owsiane na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); (G) Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Szynka drobiowa- 50 g (6,9,10,11), Salata, Pomidor bez skórki, Herbata	Chleb żytni- 125g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Szynka drobiowa- 50 g (6,9,10,11),Salata, Pomidor, Herbata
II śniadanie	Galaretka z jabłkiem (1)	Galaretka z jabłkiem (1)	Galaretka z jabłkiem (1)	Jabłko
Obiad	Zupa ziemniaczana- 500ml (9),(G) Pieczeń rzymska z jajkiem- s80g (1,3,9); (P) Ziemniaki (G), Buraki z jabłkiem (200g/30g) (G) Kompot jabłkowy	Zupa ziemniaczana- 500ml (9), (G) Pulpet gotowany- s80g (1,3,9); (G) Ziemniaki (G) Buraki z jabłkiem (200g/30g) (G)Kompot jabłkowy	Zupa ziemniaczana- 500ml (9), (G) Pulpet gotowany- s80g (1,3,9); (G) Ziemniaki (G) Buraki z jabłkiem (200g/30g) (G)Kompot jabłkowy	Zupa ziemniaczana- 500ml (9), (G) Pulpet gotowany- s80g (1,3,9); (G)Ziemniaki (G), Buraki z jabłkiem bez cukru (G)(200g/30g) Herbata
Kolacja	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy -125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11), Pomidor, Ogórek- 50g, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy 125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11), Pomidor bez skórki, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy -125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11), Pomidor bez skórki, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata	Chleb żytni -125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7)Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11), Pomidor, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata
Kolacja II	Jabłko	Jabłko pieczone	Jabłko pieczone	Chleb żytni- 40g (1,3,5,6,9), masło (7), Szynka drobiowa (6,9,10,11)- 20g
Wartość odżywcza	Energia:Kcal: 2404Białko 120 g – 480 Energia:Kcal – 20%Tłuszcze 78 g – 702 Energia:Kcal – 29% NKT: 19 g,Węglowodany 306 g – 1224 Energia:Kcal – 51% w tym cukry 53 g Błonnik 31 g Sód 1860 mg	Energia:Kcal: 2398 Białko 118 g – 472 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 76 g – 684 Energia:Kcal – 29% NKT: 18 g Węglowodany 310 g – 1240 Energia:Kcal – 52% w tym cukry 50 g Błonnik 32 g Sód 1790 mg	Energia:Kcal: 2398 Białko 118 g – 472 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 76 g – 684 Energia:Kcal – 29% NKT: 18 g Węglowodany 310 g – 1240 Energia:Kcal – 52% w tym cukry 50 g Błonnik 32 g Sód 1790 mg	Energia:Kcal: 2402 Białko 122 g – 488 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 79 g – 711 Energia:Kcal – 30% NKT: 18 g Węglowodany 304 g – 1216 Energia:Kcal – 51% w tym cukry 54 g Błonnik 32 g Sód 1900 mg

Jadłospis 14.01.2026 ŚRODA

Numer diety	D01, P01	D02, P02	D05, D10, D11,D12	D03 D03, D06, P03, D07
Śniadanie	Makaron na mleku- 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); (G) Chleb pszenno-żytni + chleb razowy 125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Ser żółty- 50 g (7), Szynka gotowana- 40g (6,9,10,11), Sałata, Pomidor, Herbata OMP + dżem, twaróg (7)	Makaron na mleku- 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); Chleb pszenno-żytni + chleb razowy 125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Szynka gotowana- 50g (6,9,10,11), Sałata, Pomidor bez skórki, Herbata	Makaron na mleku- 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); Chleb pszenno-żytni + chleb razowy -125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Szynka gotowana- 50g (6,9,10,11), Sałata, Pomidor bez skórki, Herbata	Chleb żytni -125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Szynka gotowana- 50g (6,9,10,11), Sałata, Pomidor, Herbata
II śniadanie	Jogurt naturalny (7)	Jogurt naturalny (7)	Jabłko pieczone	Kefir (7)
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem- 500ml (1,9), (G) Pierś z kurczaka faszerowana szpinakiem i serem (7), (P) Ziemniaki (G) Surówka z marchewki i jabłka Kompot jabłkowy	Zupa pomidorowa z ryżem- 500ml (1,9), (G) Filet drobiowy gotowany, (G) Sos szpinakowy (1); (G) Ziemniaki (G) Marchew gotowana (G) Kompot jabłkowy	Zupa pomidorowa z ryżem- 500ml (1, 9), (G) Filet drobiowy gotowany, (G) Sos szpinakowy (1); (G) Ziemniaki (G) Marchew gotowana (G) Kompot jabłkowy	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym- 500ml (1,9), (G) Filet drobiowy gotowany, (G) Sos szpinakowy (1); (G) Ziemniaki Surówka z marchewki i jabłka, Herbata
Kolacja	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy -125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Polędwica sopocka- 50g (6,9,10,11), Pomidor, Jabłko, Kawa z mlekiem (7), Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy 125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Polędwica sopocka- 50g (6,9,10,11), Pomidor bez skórki, Kawa z mlekiem (7), Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy -125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Polędwica sopocka- 50g (6,9,10,11), Pomidor bez skórki, Kawa z mlekiem (7), Herbata	Chleb żytni -125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Polędwica sopocka- 50g (6,9,10,11), Pomidor, Kawa z mlekiem (7), Herbata
Kolacja II	Jogurt naturalny (7)	Jogurt naturalny (7)	Jogurt naturalny (7)	Chleb żytni- 40g (1,3,5,6,9), masło (7), Polędwica sopocka (6,9,10,11)- 20g
Wartość odżywcza	Energia:Kcal: 2403 Białko 121 g – 484 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 78 g – 702 Energia:Kcal – 29% NKT: 19 g Węglowodany 306 g – 1224 Energia:Kcal – 51% w tym cukry 53 g Błonnik 31 g Sód 1850 mg	Energia:Kcal: 2399 Białko 118 g – 472 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 76 g – 684 Energia:Kcal – 29% NKT: 17 g Węglowodany 310 g – 1240 Energia:Kcal – 52% w tym cukry 50 g Błonnik 32 g Sód 1780 mg	Energia:Kcal: 2399 Białko 118 g – 472 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 76 g – 684 Energia:Kcal – 29% NKT: 17 g Węglowodany 310 g – 1240 Energia:Kcal – 52% w tym cukry 50 g Błonnik 32 g Sód 1780 mg	Energia:Kcal: 2402 Białko 123 g – 492 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 79 g – 711 Energia:Kcal – 30% NKT: 19 g Węglowodany 304 g – 1216 Energia:Kcal – 50% w tym cukry 54 g Błonnik 32 g Sód 1880 mg

Jadłospis 15.01.2026 CZWARTEK

Numer diety	D01, P01	D02, P02	D05, D10, D11,D12	D03 D03, D06, P03, D07
Śniadanie	Kasza manna na mleku- 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); (G) Chleb pszenno-żytni + chleb razowy -125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Parówka na ciepło (6,9,10,11), (G) Ser mozzarella- 40g (7), Sałata, Pomidor, Herbata OMP +dżem, ser żółty (7)	Kasza manna na mleku- 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); (G) Chleb pszenno-żytni + chleb razowy 125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11), Sałata, Pomidor bez skórki, Herbata	Kasza manna na mleku- 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); (G) Chleb pszenno-żytni + chleb razowy -125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11), Sałata, Pomidor bez skórki, Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy - 125g (1,3,5,6,11), , Masło- 16,6g (7); Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11), Sałata, Pomidor bez skórki, Herbata
II śniadanie	Koktajl z owoców leśnych (1,7)	Budyń (1,7)	Budyń (1,7)	Jabłko
Obiad	Zupa pieczarkowa- 500ml (9), (G) Kotlet schabowy -80g (1,3); (S) Sos własny (1); (G) Ziemniaki (G) Surówka z selera- 200g (3,7,9,10), Kompot jabłkowy	Zupa ryżowa- 500ml (1,9), (G) Schab gotowany w sosie-80g (1,9); (G) Ziemniaki (G) Puree z marchwi i kalafiora 200g (7), (G) Kompot jabłkowy	Zupa ryżowa- 500ml (1,9), (G) Schab gotowany w sosie-80g (1,9); (G) Ziemniaki (G) Puree z marchwi i kalafiora -200g (7), (G) Kompot jabłkowy	Zupa z ryżu brązowego- 500ml (1,9), (G) Schab gotowany w sosie-80g (1,9); (G) Ziemniaki (G) Surówka z selera- 200g (3,7,9,10), Kompot jabłkowy
Kolacja	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy -125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Polędwica sopocka- 40g (6,9,10,11), Pomidor, Ryż z musem jabłkowym (7) Kawa z mlekiem (1,7), Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy 125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Polędwica sopocka- 40g (6,9,10,11), Ryż z musem jabłkowym (7) Pomidor bez skórki, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy -125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Polędwica sopocka- 40g (6,9,10,11), Ryż z musem jabłkowym (7), Pomidor bez skórki, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata	Chleb żytni -125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Polędwica sopocka- 50g (6,9,10,11), Pomidor, Kawa z mlekiem (7), Herbata
Kolacja II	Kefir (7)	Kefir (7)	Kefir (7)	Chleb żytni- 40g (1,3,5,6,9), Masło (7), Polędwica sopocka (6,9,10,11)- 20g
Wartość odżywcza	Energia:Kcal: 2404,Białko 120 g – 480 Energia:Kcal – 20%, Tłuszcze 79 g – 711 Energia:Kcal – 30% NKT: 18 g, Węglowodany 305 g – 1220 Energia:Kcal – 51%, w tym cukry 52 g,Błonnik 31 g Sód 1860 mg	Energia:Kcal: 2398 , Białko 118 g – 472 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 77 g – 693 Energia:Kcal – 29% NKT: 18 g,Węglowodany 308 g – 1232 Energia:Kcal – 51% w tym cukry 50 g, Błonnik 32 g Sód 1790 mg	Energia:Kcal: 2398, Białko 118 g – 472 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 77 g – 693 Energia:Kcal – 29% NKT: 18 g Węglowodany 308 g – 1232 Energia:Kcal – 51% w tym cukry 50 g, Błonnik 32 g Sód 1790 mg	Energia:Kcal: 2402 Białko 122 g – 488 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 78 g – 702 Energia:Kcal – 29% NKT: 19 g,Węglowodany 304 g – 1216 Energia:Kcal – 51% w tym cukry 54 g,Błonnik 32 g Sód 1900 mg

Jadłospis 16.01.2026 PIĄTEK

Numer diety	D01, P01	D02, P02	D05, D10, D11,D12	D03 D03, D06, P03, D07
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku- 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); (G) Chleb pszenno-żytni + chleb razowy 125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Pasta z jaj i twarogu ze szczypiorem- 50g (3,7) (G) Salata, Pomidor, Herbata OMP +dżem truskawkowy, twaróg (7)	Kasza manna na mleku- 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); (G) Chleb pszenno-żytni + chleb razowy 125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Pasta z jaj i twarogu ze szczypiorem- 50g (3,7), (G) Salata, Pomidor bez skórki, Herbata	Kasza manna na mleku- 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); (G) Chleb pszenno-żytni + chleb razowy -125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Serek naturalny- 50g (7), Salata, Pomidor bez skórki, Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy - 125g (1,3,5,6,11), , Masło- 16,6g (7); Pasta z jaj i twarogu ze szczypiorem- 50g (3,7), (G) Salata, Pomidor bez skórki, Herbata
II śniadanie	Galaretka z tartym jabłkiem (1)	Galaretka z tartym jabłkiem (1)	Galaretka z tartym jabłkiem (1)	Kefir (7)
Obiad	Zupa buraczkowa- 500ml (9), (G) Dorsz pieczony (1,4); (G) Sos warzywny (1,9); (G) Ziemniaki, (G) Surówka z białej kapusty, Kompot jabłkowy	Zupa buraczkowa- 500ml (9), (G) Ryba gotowana (4); (G) Sos warzywny (1,9); (G) Ziemniaki, (G) Marchew gotowana, (G) Kompot jabłkowy	Zupa buraczkowa- 500ml (9), Ryba gotowana (1,4); (G) Sos warzywny (1,9); (G) Ziemniaki, (G) Marchew gotowana, (G) Kompot jabłkowy	Zupa buraczkowa- 500ml (9), (G) Dorsz pieczony (1,4); (G) Sos warzywny (1,9); (G) Ziemniaki, (G) Surówka z białej kapusty, Herbata
Kolacja	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy -125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Dżem porzeczkowy- 40g Serek naturalny- 65g (7), Pomidor, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy 125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Dżem porzeczkowy- 40g Serek naturalny- 65g (7), Pomidor bez skórki, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy -125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Dżem porzeczkowy- 40g Serek naturalny- 65g (7), Pomidor bez skórki, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata	Chleb żytni -125g (1,3,5,6,11), Masło- 16,6g (7); Polędwica sopocka- 40g (6,9,10,11), Serek naturalny- 65g (7), Pomidor, Ogórek - 50g, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata
Kolacja II	Jabłko	Jabłko pieczone	Jabłko pieczone	Chleb żytni- 40g (1,3,5,6,9), masło (7), Szynka drobiowa (6,9,10,11)- 20g
Wartość odżywcza	Energia:Kcal: 2403 Białko 121 g – 484 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 78 g – 702 Energia:Kcal – 29% NKT: 17 g Węglowodany 306 g – 1224 Energia:Kcal – 51% w tym cukry 53 g Błonnik 31g Sód 1850 mg	Energia:Kcal: 2399 Białko 118 g – 472 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 76 g – 684 Energia:Kcal – 29% NKT: 18 g Węglowodany 310 g – 1240 Energia:Kcal – 52% w tym cukry 50 g Błonnik 32 g Sód 1780 mg	Energia:Kcal: 2399 Białko 118 g – 472 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 76 g – 684 Energia:Kcal – 29% NKT: 18 g Węglowodany 310 g – 1240 Energia:Kcal – 52% w tym cukry 50 g Błonnik 32 g Sód 1780 mg	Energia:Kcal: 2402 Białko 123 g – 492 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 79 g – 711 Energia:Kcal – 30% NKT: 19 g Węglowodany 304 g – 1216 Energia:Kcal – 50% w tym cukry 54 g Błonnik 32 g Sód 1880 mg

Jadłospis 17.01.2026 SOBOTA

Numer diety	D01, P01	D02, P02	D05, D10, D11,D12	D03 D03, D06, P03, D07
Śniadanie	Makaron na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); (G) Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/psychiatria-160g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Ser żółty- 50g (7) , Sałata, Pomidor, Herbata OMP +dżem truskawkowy, miód	Makaron na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); (G) Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria- 160g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11) , Sałata, Pomidor bez skórki, Herbata	Makaron na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); (G) Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/psychiatria- 160g (1,3,5,6,11) , Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11) , Sałata, Pomidor bez skórki, Herbata	Chleb żytni- 125g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11) , Sałata, Pomidor, Herbata
II śniadanie	Jabłko pieczone	Jabłko pieczone	Jabłko pieczone	Jabłko
Obiad	Zupa kalafiorowa 500ml (9) , (G) Udko drobiowe z kolorowa mieszanką warzyw- s 100 g (1,9) ; (P,G) Ziemniaki (G) Buraki z jabłkiem (G) Kompot jabłkowy	Zupa marchwianka 500ml (9) , Udko drobiowe gotowane z warzywami- s 100 g (1,9) ; (G) Ziemniaki (G) Buraki z jabłkiem, (G) Kompot jabłkowy	Zupa marchwianka 500ml (9) Udko drobiowe gotowane z warzywami- s 100 g (1,9) ; (G) Ziemniaki (G) Buraki z jabłkiem (G) Kompot jabłkowy	Zupa kalafiorowa 500ml (9) , Udko drobiowe z kolorową mieszanką warzyw- s 100 g (1,9) ; (P,G) Ziemniaki (G) Buraki z jabłkiem bez cukru (G) Herbata
Kolacja	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/psychiatria- 160g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11) , Pomidor Kawa z mlekiem (1,7) , Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria- 160g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11) , Pomidor bez skórki, Kawa z mlekiem (1,7) , Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria- 160g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11) , Pomidor bez skórki, Kawa z mlekiem (1,7) , Herbata	Chleb żytni- 125g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11) , Pomidor, Ogórek - 50g, Kawa z mlekiem (1,7) , Herbata
Kolacja II	Jogurt naturalny (7)	Jogurt naturalny (7)	Jogurt naturalny (7)	Chleb żytni- 40g (1,3,5,6,9) , masło (7) , Kiełbasa szynkowa (6,9,10,11) - 20g
Wartość odżywcza	Energia: 2404:Kcal, Białko 120 g – 480 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 79 g – 711 Energia:Kcal – 30%, Węglowodany 305 g – 1220 Energia:Kcal – 51%, w tym cukry 52 g NKT 19 g, Błonnik 31 g, Sód 1860 mg	Energia: 2398 Kcal, Białko 118 g – 472 Energia:Kcal – 20%, Tłuszcze 77 g – 693 Energia:Kcal – 29%, Węglowodany 308 g – 1232 Energia:Kcal – 51%, w tym cukry 50 g, NKT 18 g, Błonnik 32 g, Sód 1790 mg	Energia: 2398 Kcal, Białko 118 g – 472 Energia:Kcal – 20%, Tłuszcze 77 g – 693 Energia:Kcal – 29%, Węglowodany 308 g – 1232 Energia:Kcal – 51%, w tym cukry 50 g, NKT 18 g, Błonnik 32 g, Sód 1790 mg	Energia: 2402 :Kcal, Białko 122 g – 488 Energia:Kcal – 20%, Tłuszcze 78 g – 702 Energia:Kcal – 29%, Węglowodany 304 g – 1216 Energia:Kcal – 51%, w tym cukry 54 g, NKT 19 g, Błonnik 32 g, Sód 1900 mg

Jadłospis 18.01.2026 NIEDZIELA

Numer diety:	D01, P01	D02, P02	D05, D10, D11,D12	D03 D03, D06, P03, D07
Śniadanie	Ryż na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7) ; Chleb pszenno-żytni + chleb razowy 125g/ psychiatria- 160g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Polędwica sopocka- 50g (6,9,10,11) , Sałata, Pomidor, Herbata OMP + jajko gotowane (3), dżem porzeczkowy	Ryż na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7) ; Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Polędwica sopocka- 50g (6,9,10,11) , Sałata, Pomidor bez skórki, Herbata	Ryż na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7) ; Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Polędwica sopocka- 50g (6,9,10,11) , Sałata, Pomidor bez skórki, Herbata	Chleb żytni- 125g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Polędwica sopocka- 50g (6,9,10,11) , Sałata, Pomidor, Herbata
II śniadanie	Budyń (1,7)	Budyń (1,7)	Budyń (1,7)	Jabłko
Obiad	Rosół z makaronem- 500ml (1,9) , (G) Kotlet mielony –s80g (1,3) ; (S) Ziemniaki (G) Surówka colesław (3,7) , Kompot jabłkowy	Krupnik ryżowy- 500ml (1,9) , (G) Pulpet w sosie pomidorowym s80g (1, 3),(G) Ziemniaki (G) Puree z marchewki 200g (G) Kompot jabłkowy	Krupnik ryżowy- 500ml (1,9) , (G) Pulpet w sosie pomidorowym s80g (1, 3) (G) Ziemniaki (G) Puree z marchewki - 200g(G) Kompot jabłkowy	Krupnik ryżowy- 500ml (1,9) , (G) Pulpet w sosie pomidorowym s80g (1, 3) (G) Ziemniaki (G) Surówka colesław (3,7) , Herbata
Kolacja	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Serek śmietankowy- 65g (7) Szynka drobiowa- 40g (6,9,10,11) , Pomidor, Kawa z mlekiem (1,7) , Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Serek śmietankowy- 65g (7) Szynka drobiowa- 40g (6,9,10,11) , Pomidor, Kawa z mlekiem (1,7) , Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Serek śmietankowy- 65g (7) Szynka drobiowa- 40g (6,9,10,11) , Pomidor, Kawa z mlekiem (1,7) , Herbata	Chleb żytni- 125g (1,3,5,6,11) , Masło 16,6g (7) ; Serek śmietankowy- 65g (7) Szynka drobiowa- 40g (6,9,10,11) , Pomidor, Kawa z mlekiem (1,7) , Herbata
Kolacja II	Jabłko	Jabłko pieczone	Jabłko pieczone	Chleb żytni- 40g (1,3,5,6,9) , masło (7) , Szynka drobiowa (6,9,10,11) - 20g
	Energia:Kcal: 2404 Białko 120 g – 480 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 79 g – 711 Energia:Kcal – 30% NKT: 19 g Węglowodany 305 g – 1220 Energia:Kcal – 51% w tym cukry 52 g Błonnik 31 g Sód 1860 mg	Energia:Kcal: 2398 Białko 118 g – 472 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 77 g – 693 Energia:Kcal – 29% NKT: 18 g Węglowodany 308 g – 1232 Energia:Kcal – 51% w tym cukry 50 g Błonnik 32 g Sód 1790 mg	Energia:Kcal: 2398 Białko 118 g – 472 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 77 g – 693 Energia:Kcal – 29% NKT: 18 g Węglowodany 308 g – 1232 Energia:Kcal – 51% w tym cukry 50 g Błonnik 32 g Sód 1790 mg	Energia:Kcal: 2402 Białko 122 g – 488 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 78 g – 702 Energia:Kcal – 29% NKT: 19 g Węglowodany 304 g – 1216 Energia:Kcal – 51% w tym cukry 54 g Błonnik 32 g Sód 1900 mg

Jadłospis 19.01.2026 PONIEDZIAŁEK

Numer diety	D01, P01	D02, P02	D05, D10, D11,D12	D03 D03, D06, P03, D07
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); (G) Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11), Salata, Pomidor, Herbata OMP – ser żółty (7)	Płatki owsiane na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); (G) Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11), Salata, Pomidor bez skórki, Herbata	Płatki owsiane na mleku 300ml/ psychiatria- 500ml (1,7); (G) Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11), Salata, Pomidor bez skórki, Herbata	Chleb żytni- 125g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Kiełbasa szynkowa- 50g (6,9,10,11), Salata, Pomidor, Herbata
II śniadanie	Galaretka z jabłkiem (1) OMP- Drożdżówka (1,7)	Galaretka z jabłkiem (1)	Galaretka z jabłkiem (1)	Kefir (7)
Obiad	Kapuśniak z kiszonej kapusty 500ml (9), (G) Zrazik (1,3); (P) Kasza jęczmienna (1) (G) Surówka z marchwi (7) Kompot jabłkowy	Zupa grysikowa 500ml (1,9), (G) Bitka gotowana (1,9); (G) Ziemniaki (G) Buraki z jabłkiem, (G) Kompot jabłkowy	Zupa grysikowa 500ml (1,9), (G) Bitka gotowana (1,9); (G) Ziemniaki (G) Buraki z jabłkiem,(G) Kompot jabłkowy	Kapuśniak z kiszonej kapusty 500ml (9), (G) Bitka gotowana (1, 9); (G) Kasza jęczmienna (1) (G) Surówka z marchwi, Herbata
Kolacja	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Twaróg ze szczypiorem- 50 g (7), Polędwica sopocka- 40 g (6,9,10,11) Pomidor Kawa z mlekiem (1,7), Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Polędwica sopocka- 50g (6,9,10,11), Pomidor bez skórki, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata	Chleb pszenno-żytni + chleb razowy- 125g/ psychiatria 160g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Polędwica sopocka- 50g (6,9,10,11), Pomidor bez skórki, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata	Chleb żytni -125g (1,3,5,6,11), Masło 16,6g (7); Twaróg ze szczypiorem- 50g (7), Polędwica sopocka- 40g (6,9,10,11), Pomidor bez skórki, Kawa z mlekiem (1,7), Herbata
Kolacja II	Jogurt naturalny (7)	Jogurt naturalny (7)	Jogurt naturalny (7)	Chleb żytni- 40g (1,3,5,6,9), Masło (7), Kiełbasa szynkowa (6,9,10,11)- 20g
	Energia:Kcal: 2410 Białko 121 g – 484 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 80 g – 720 Energia:Kcal – 30% NKT: 20 g Węglowodany 302 g – 1208 Energia:Kcal – 50% w tym cukry 50 g Błonnik 30 g Sód 1850 mg	Energia:Kcal: 2395 Białko 119 g – 476 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 76 g – 684 Energia:Kcal – 29% NKT: 18 g Węglowodany 305 g – 1220 Energia:Kcal – 51% w tym cukry 49 g Błonnik 31 g Sód 1780 mg	Energia:Kcal: 2395 al Białko 119 g – 476 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 76 g – 684 Energia:Kcal – 29% NKT: 18 g Węglowodany 305 g – 1220 Energia:Kcal – 51% w tym cukry 49 g Błonnik 31g Sód 1780 mg	Energia:Kcal: 2405 Białko 123 g – 492 Energia:Kcal – 20% Tłuszcze 79 g – 711 Energia:Kcal – 30% NKT: 19 g Węglowodany 303 g – 1212 Energia:Kcal – 50% w tym cukry 52 g Błonnik 33 g Sód 1880 mg

Stołówka płatna

jadłospis na dzień 10.01.26 SOBOTA

zupa marchwianka **(1,9)**, bitka duszona **(1,9)**, sos własny **(1)**, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty **(3,7,9,10)**,
buraki z jabłkiem, kompot jabłkowy

dieta

zupa marchwianka **(1,9)**, bitka gotowana **(1,9)**, ziemniaki, buraki z jabłkiem, kompot jabłkowy

jadłospis na dzień 11.01.26 NIEDZIELA

krupnik z kaszy jęczmiennej **(1,9)**, kotlet drobiowy smażony **(1,3)**, ziemniaki, surówka z ogórka kiszzonego, fasolka z wody,
kompot jabłkowy

dieta

krupnik z kaszy jęczmiennej **(1,9)**, pulpet drobiowy gotowany **(1,3)**, ziemniaki, surówka z marchwi i jabłka, fasolka z wody,
kompot jabłkowy

jadłospis na dzień 12.01.26 PONIEDZIAŁEK

zupa jarzynowa **(1,9)**, gulasz z warzywami **(1,9)**, kasza gryczana **(1)**, sałata ze śmietaną **(7)**, kompot jabłkowy

dieta

zupa ryżowa **(1,9)**, gulasz z warzywami **(1,9)**, ziemniaki, sałata ze śmietaną **(7)**, kompot jabłkowy

jadłospis na dzień 13.01.26 WTOREK

zupa ziemniaczana (9), pieczeń rzymska z jajkiem (1,3), sos chrzanowy (1,7), ziemniaki, buraki z jabłkiem,
mizeria z ogórków (7), kompot jabłkowy

dieta

zupa ziemniaczana (9), pulpet gotowany (1,3), ziemniaki, buraki z jabłkiem, fasolka z wody, kompot jabłkowy

jadłospis na dzień 14.01.26 ŚRODA

zupa pomidorowa z ryżem (1,9), filet drobiowy faszerowany szpinakiem i mozzarellą (7),
surówka z marchewki i jabłka, sałata ze śmietaną (7), kompot jabłkowy

dieta

zupa pomidorowa z ryżem (1,9), filet drobiowy gotowany, ziemniaki, marchew gotowana, sałata ze śmietaną (7),
kompot jabłkowy

jadłospis na dzień 15.01.26 CZWARTEK

zupa pieczarkowa (9), kotlet schabowy (1,3), ziemniaki, surówka z selera (3,7,9,10), kompot jabłkowy

dieta

zupa ryżowa (9), schab gotowany w sosie (1), ziemniaki, puree z marchwi i kalafiora (7), sałata ze śmietaną (7),
kompot jabłkowy

jadłospis na dzień 16.01.26 PIĄTEK

zupa z buraków **(9)**, dorsz pieczony **(1,3,9)**, sos warzywny **(1,9)**, ziemniaki, surówka z białej kapusty,
kalafior z masłem i bułką tartą **(1,7)**, kompot jabłkowy

dieta

zupa z buraków **(9)**, filet rybny gotowany **(9)**, sos warzywny **(1,9)**, ziemniaki, kalafior z masłem i bułką tartą **(1,7)**,
kompot
jabłkowy

jadłospis na dzień 17.01.2026 SOBOTA

zupa kalafiorowa **(9)**, udko drobiowe z kolorowa mieszanką warzyw, **(1,9)**, ziemniaki,
buraki z jabłkiem,
kompot jabłkowy

dieta

zupa kalafiorowa **(9)**, udko drobiowe gotowane z warzywami **(1, 9)**, ziemniaki,
buraki z jabłkiem, kompot jabłkowy

jadłospis na dzień 18.01.2026 NIEDZIELA

rosół z makaronem **(1,9)**, kotlet mielony **(1,3)**, ziemniaki, surówka colesław **(3,7)**, puree z marchewki,
kompot jabłkowy

dieta

krupnik ryżowy **(1,9)**, pulpet w sosie pomidorowym **(1, 3)**, ziemniaki, fasolka z wody, puree z marchewki,
kompot jabłkowy

jadłospis na dzień 19.01.2026 PONIEDZIAŁEK

kapuśniak z kiszonej kapusty **(9)**, zraziki **(1,3,9)**, kasza jęczmienna **(1)**,
surówka z marchwi ,
kompot jabłkowy

dieta

zupa grysikowa **(1,9)**, bitka **(1)**, ziemniaki, buraki z jabłkiem, sałata ze śmietaną **(7)**,
kompot jabłkowy

Sposoby obróbki termicznej posiłku:

(G) - GOTOWANIE (S) - SMAŻENIE (P) - PIECZENIE (D) - DUSZENIE

Nomenklatura diet:

D01 Dieta podstawowa

D02 Dieta łatwostrawna

D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

D04 Dieta wegańska

D05 Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

D06 Dieta bogatoresztkowa

D07 Dieta bogatobiałkowa

D08 Dieta niskobiałkowa

Diety o zmienionej konsystencji wg IDDSI* D09

D10 Dieta przetarta*

D11 Dieta papkowata*

D12 Dieta płynna wzmocniona

Dieta specjalna z modyfikowaną zawartością składników pokarmowych D13

A) D13A Dieta z ograniczeniem białka naturalnego -PKU

B) D13B Dieta z ograniczeniem długołańcuchowych kwasów tłuszczowych

C) D13C Dieta ketogenna i jej modyfikacje

Oznaczenia alergenów

1. GLU - Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne, z wyjątkiem:

a) syropów glukozowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę (1);

b) maltodekstryn na bazie pszenicy (1);

c) syropów glukozowych na bazie jęczmienia;

d) zbóż wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;

2. SKR - Skorupiaki i produkty pochodne;

3. JAJ - Jaja i produkty pochodne;

4. RYB - Ryby i produkty pochodne, z wyjątkiem: a) żelatyny rybnej stosowanej jako nośnik preparatów zawierających witaminy lub karotenoidy; b) żelatyny rybnej lub karuku stosowanych jako środki klarujące do piwa i wina;

5. OZI - Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;

6. SOJ - Soja i produkty pochodne, z wyjątkiem:

a) całkowicie rafinowanego oleju i tłuszczu sojowego (1);

b) mieszaniny naturalnych tokoferoli (E306), naturalnego D-alfa-tokoferolu, naturalnego octanu D-alfa-tokoferolu, naturalnego bursztynianu D-alfa-tokoferolu pochodzenia sojowego;

c) fitosteroli i estrów fitosteroli otrzymanych z olejów roślinnych pochodzenia sojowego;

d) estru stanolu roślinnego produkowanego ze steroli olejów roślinnych pochodzenia sojowego;

7. MLE - Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), z wyjątkiem: a) serwatki wykorzystywanej do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu, etylowego pochodzenia rolniczego, b) laktitolu;

8. ORZ - Orzechy, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;

9. SEL - Seler i produkty pochodne;

10. GOR - Gorczyca i produkty pochodne;

11. SEZ - Nasiona sezamu i produkty pochodne;

12. SO2 - Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO2 dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców;

13. ŁUB - Łubin i produkty pochodne;

14. MCK - Mięczaki i produkty pochodne.

15. * - produkt może zawierać śladowe ilości białka soi, gorzycy, selera, glutenu, mleka, orzechów.