

| Dzień 11.06.2026 CZWARTEK | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta cukrzyca |
|--|--|---|---|
| Śniadanie | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt. Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Metka 50g Serek śmietankowy ² 1szt. | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt. Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek śmietankowy ² 1szt. | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt. Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek śmietankowy ² 1szt. |
| OWOC | Jabłko 1szt. | Jabłko 1szt. | Kiwi 1szt. |
| 2 śniadanie | | | Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Serek topiony trójkąt ² 1szt. |
| Obiad | Krem z białych warzyw ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Gyros 100g Surówka z ogórka i pora 120g | Krem z białych warzyw ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Gyros gotowany 100g Sos ziołowy ^{1,2,3} 120g Kalafior 120g | Krem z białych warzyw ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Gyros gotowany 100g Sos ziołowy ^{1,2,3} 120g Surówka z ogórka i pora 120g |
| Podwieczorek | Mini rogalik 1szt. | Mini rogalik 1szt. | Sok warzywny 1szt. |
| Kolacja | Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser żółty ² 50g Szynka 30g | Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser topiony plaster ² 2szt. Szynka 30g | Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser żółty ² 50g Szynka 30g |

ALERGENY:

| | |
|------------|-----------------------------------|
| 1 – gluten | 7 – skorupiaki |
| 2 – mleko | 8 – orzechy |
| 3 – seler | 9 – gorczyca |
| 4 – jaja | 10 – dwutlenek siarki i siarczany |
| 5 – ryby | 11 – tulin |
| 6 – soja | 12 – mięczaki |

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



| Dzień 12.06.2026 PIĄTEK | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta cukrzyca |
|--|---|---|--|
| Śniadanie | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Jajo gotowane 1szt. Serek topiony plaster ² 1szt. | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Jajo gotowane 1szt. Serek topiony plaster ² 1szt. | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Jajo gotowane 1szt. Serek topiony plaster ² 1szt. |
| OWOC | Gruszka 1szt. | Banan 1szt. | Gruszka 1szt. |
| 2 śniadanie | | | Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Serek topiony kremowy ² 1szt. |
| Obiad | Krem z batatów i marchewki ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki 200g Gzik ² 200g Cebulka 15g | Krem z batatów i marchewki ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki 200g Gzik ² 200g | Krem z batatów i marchewki ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki 200g Gzik ² 200g |
| Podwieczorek | Baton zbożowy ^{1,2} 1szt. | Baton zbożowy ^{1,2} 1szt. | Sok pomidorowy 1szt. |
| Kolacja | Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta z tuńczyka ^{2,3,4,5} 50g Serek topiony trójkąt ² 1szt. | Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta z tuńczyka ^{2,3,4,5} 50g Serek topiony trójkąt ² 1szt. | Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta z tuńczyka ^{2,3,4,5} 50g Serek topiony trójkąt ² 1szt. |

ALERGENY:

| | |
|------------|-----------------------------------|
| 1 – gluten | 7 – skorupiaki |
| 2 – mleko | 8 – orzechy |
| 3 – seler | 9 – gorczyca |
| 4 – jaja | 10 – dwutlenek siarki i siarczany |
| 5 – ryby | 11 – tulin |
| 6 – soja | 12 – mięczaki |

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



| Dzień 13.06.2026 SOBOTA | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta cukrzyca |
|--|---|---|--|
| Śniadanie | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paszтет lekki ^{1,2,6} 50g Serek topiony kremowy ² 1szt | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paszтет lekki ^{1,2,6} 50g Serek topiony kremowy ² 1szt | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paszтет lekki ^{1,2,6} 50g Serek topiony kremowy ² 1szt |
| OWOC | Jabłko 1szt. | Jabłko 1szt. | Jabłko pieczone 1szt. |
| 2 śniadanie | | | Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Szynka 25g |
| Obiad | Krem z zielonych warzyw ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Kotlet mielony po parysku ¹ 120g Sos ziołowy 120g Bukiet warzyw 120g | Krem z zielonych warzyw ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Kotlet mielony gotowany ¹ 120g Sos ziołowy 120g Bukiet warzyw 120g | Krem z zielonych warzyw ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Kotlet mielony gotowany ¹ 120g Sos ziołowy 120g Bukiet warzyw 120g |
| Podwieczorek | Lubiś ^{1,2} 1szt. | Lubiś ^{1,2} 1szt. | Mus jabłkowy 100% |
| Kolacja | Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Szynka 50g Serek śmietankowy ² 1szt. | Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Szynka 50g Serek śmietankowy ² 1szt. | Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Szynka 50g Serek śmietankowy ² 1szt. |

ALERGENY:

| | |
|------------|-----------------------------------|
| 1 – gluten | 7 – skorupiaki |
| 2 – mleko | 8 – orzechy |
| 3 – seler | 9 – gorczyca |
| 4 – jaja | 10 – dwutlenek siarki i siarczany |
| 5 – ryby | 11 – tulin |
| 6 – soja | 12 – mięczaki |

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



| Dzień 14.06.2026 NIEDZIELA | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta cukrzyca |
|---|---|---|--|
| Śniadanie | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Parówka 1szt. Keczap 1szt. Serek topiony trójkąt ² 1szt. | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Parówka 1szt. Keczap 1szt. Serek topiony trójkąt ² 1szt. | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Parówka 1szt. Keczap 1szt. Serek topiony trójkąt ² 1szt. |
| OWOC | Jabłko 1szt. | Jabłko 1szt. | Kiwi 1szt. |
| 2 śniadanie | | | Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Szynka 25g |
| Obiad | Rosół z makaronem ^{1,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Rolada wieprzowa z ogórkiem 120g Sos pieczeniowy lekki ^{1,2} 120g Kapusta czerwona gotowana 120g | Rosół z makaronem ^{1,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Rolada wieprzowa z marchewką 120g Sos pieczeniowy lekki ^{1,2} 120g Brokuł 120g | Rosół z makaronem ^{1,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Rolada wieprzowa z marchewką 120g Sos pieczeniowy lekki ^{1,2} 120g Kapusta czerwona gotowana 120g |
| Podwieczorek | Ciasto drożdżowe z owocami ^{1,2,4} 1szt. | Ciasto drożdżowe z owocami ^{1,2,4} 1szt. | Sok warzywny 1szt. |
| Kolacja | Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek 50g Szynka 50g Serek topiony kremowy ² 1szt. | Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek 50g Szynka 50g Serek topiony kremowy ² 1szt. | Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek 50g Szynka 50g Serek topiony kremowy ² 1szt. |

ALERGENY:

| | |
|------------|-----------------------------------|
| 1 – gluten | 7 – skorupiaki |
| 2 – mleko | 8 – orzechy |
| 3 – seler | 9 – gorczyca |
| 4 – jaja | 10 – dwutlenek siarki i siarczany |
| 5 – ryby | 11 – łubin |
| 6 – soja | 12 – mięczaki |

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



| Dzień 15.06.2026 PONIEDZIAŁEK | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta cukrzyca |
|--|---|---|---|
| Śniadanie | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Serek czosnkowy 50g Szynka 30g | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Serek czosnkowy 50g Szynka 30g | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Serek czosnkowy 50g Szynka 30g |
| OWOC | Mandarynka 1szt. | Jabłko pieczone 1szt. | Mandarynka 1szt. |
| 2 śniadanie | | | Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Paszтет lekki 25g |
| Obiad | Kapuśniak ^{1,2,3} 350ml Makaron ¹ 200g Sos meksykański ^{1,2,3} 200g | Kapuśniak ^{1,2,3} 350ml Makaron ¹ 200g Sos meksykański ^{1,2,3} 200g | Kapuśniak ^{1,2,3} 350ml Makaron ¹ 200g Sos meksykański ^{1,2,3} 200g |
| Podwieczorek | Babka piaskowa ^{1,2,4} 50g | Babka piaskowa ^{1,2,4} 50g | Sok pomidorowy 1szt. |
| Kolacja | Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser żółty ² 50g Szynka 30g | Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser topiony plaster ² 2szt. Szynka 30g | Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser żółty ² 50g Szynka 30g |

ALERGENY:

| | |
|------------|-----------------------------------|
| 1 – gluten | 7 – skorupiaki |
| 2 – mleko | 8 – orzechy |
| 3 – seler | 9 – gorczyca |
| 4 – jaja | 10 – dwutlenek siarki i siarczany |
| 5 – ryby | 11 – łubin |
| 6 – soja | 12 – mięczaki |

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



| Dzień 16.06.2026 WTOREK | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta cukrzyca |
|--|--|--|--|
| Śniadanie | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Miód 1szt. | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Miód 1szt. | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt. Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek topiony plaster ² 1szt. |
| OWOC | Jabłko 1szt. | Jabłko 1szt. | Jabłko pieczone 1szt. |
| 2 śniadanie | | | Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g, Ser żółty ² 25g |
| Obiad | Zupa pomidorowa ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Kotlet drobiowy w cieście ^{1,2,4} 120g Bukiet warzyw 120g | Zupa pomidorowa ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Kotlet drobiowy gotowany 120g Sos musztardowy ^{1,2,3} 120g Bukiet warzyw 120g | Zupa pomidorowa ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Kotlet drobiowy gotowany 120g Sos musztardowy ^{1,2,3} 120g Bukiet warzyw 120g |
| Podwieczorek | Budyń ^{1,2} 200g | Budyń ^{1,2} 200g | Wafle ryżowe 2szt. |
| Kolacja | Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Sałatka makaronowa ^{1,2,4} 150g Serek topiony trójkąt ² 1szt. | Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Sałatka makaronowa ^{1,2,4} 150g Serek topiony trójkąt ² 1szt. | Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Sałatka makaronowa ^{1,2,4} 150g Serek topiony trójkąt ² 1szt. |

ALERGENY:

| | |
|------------|-----------------------------------|
| 1 – gluten | 7 – skorupiaki |
| 2 – mleko | 8 – orzechy |
| 3 – seler | 9 – gorczyca |
| 4 – jaja | 10 – dwutlenek siarki i siarczany |
| 5 – ryby | 11 – tulin |
| 6 – soja | 12 – mięczaki |

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



| Dzień 17.06.2026 ŚRODA | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta cukrzyca |
|---|---|---|--|
| Śniadanie | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paszтет lekki ^{1,2,6} 50g Serek śmietankowy ² 1szt | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paszтет lekki ^{1,2,6} 50g Serek śmietankowy ² 1szt | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paszтет lekki ^{1,2,6} 50g Serek śmietankowy ² 1szt |
| OWOC | Banan 1szt. | Banan 1szt. | Grejpfrut ½ szt. |
| 2 śniadanie | | | Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Szynka 25g |
| Obiad | Zupa toskańska ^{1,3} 350ml Ryż 200g Sos potrawkowy z mięsem drobiowym ^{1,2,3} 200g Marchew gotowana 120g | Zupa toskańska ^{1,3} 350ml Ryż 200g Sos potrawkowy z mięsem drobiowym ^{1,2,3} 200g Marchew gotowana 120g | Zupa toskańska ^{1,3} 350ml Ryż 200g Sos potrawkowy z mięsem drobiowym ^{1,2,3} 200g Surówka z marchewką 120g |
| Podwieczorek | Deser ryżowy ² 1szt. | Deser ryżowy ² 1szt. | Sok warzywny 1szt. |
| Kolacja | Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Pasta z wędliny ² 50g Serek topiony kremowy ² 1szt. | Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Pasta z wędliny ² 50g Serek topiony kremowy ² 1szt. | Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Pasta z wędliny ² 50g Serek topiony kremowy ² 1szt. |

ALERGENY:

| | |
|------------|-----------------------------------|
| 1 – gluten | 7 – skorupiaki |
| 2 – mleko | 8 – orzechy |
| 3 – seler | 9 – gorczyca |
| 4 – jaja | 10 – dwutlenek siarki i siarczany |
| 5 – ryby | 11 – tulin |
| 6 – soja | 12 – mięczaki |

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



| Dzień 18.06.2026 CZWARTEK | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta cukrzyca |
|--|--|--|---|
| Śniadanie | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt. Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Metka 50g Serek topiony plaster ² 1szt. | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt. Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek topiony plaster ² 1szt. | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt. Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek topiony plaster ² 1szt. |
| OWOC | Gruszka 1szt. | Banan 1szt. | Gruszka 1szt. |
| 2 śniadanie | | | Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Serek topiony kremowy ² 1szt. |
| Obiad | Krem brokułowo-selerowy ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Kotlet mielony gotowany ¹ 120g Sos koperkowy 120g Buraczki 120g | Krem brokułowo-selerowy ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Kotlet mielony gotowany ¹ 120g Sos koperkowy 120g Buraczki 120g | Krem brokułowo-selerowy ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Kotlet mielony gotowany ¹ 120g Sos koperkowy 120g Buraczki 120g |
| Podwieczorek | Baton zbożowy ^{1,2} 1szt. | Baton zbożowy ^{1,2} 1szt. | Sok pomidorowy 1szt. |
| Kolacja | Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Sałatka ryżowa ^{1,2,4} 150g Serek topiony trójkąt ² 1szt. | Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Sałatka ryżowa ^{1,2,4} 150g Serek topiony trójkąt ² 1szt. | Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Sałatka ryżowa ^{1,2,4} 150g Serek topiony trójkąt ² 1szt. |

ALERGENY:

| | |
|------------|-----------------------------------|
| 1 – gluten | 7 – skorupiaki |
| 2 – mleko | 8 – orzechy |
| 3 – seler | 9 – gorczyca |
| 4 – jaja | 10 – dwutlenek siarki i siarczany |
| 5 – ryby | 11 – tulin |
| 6 – soja | 12 – mięczaki |

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



| Dzień 19.06.2026 PIĄTEK | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta cukrzyca |
|--|---|---|--|
| Śniadanie | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Jajo gotowane 1szt. Serek śmietankowy ² 1szt. | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Jajo gotowane 1szt. Serek śmietankowy ² 1szt. | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Jajo gotowane 1szt. Serek śmietankowy ² 1szt. |
| OWOC | Mandarynka 1szt. | Jabłko pieczone 1szt. | Mandarynka 1szt. |
| 2 śniadanie | | | Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Serek topiony trójkąt ² 1szt. |
| Obiad | Pomidorowa z ryżem ^{1,2,3} 350 ml Naleśniki z dżemem i serem ^{1,2} 3szt. | Pomidorowa z ryżem ^{1,2,3} 350 ml Naleśniki z dżemem i serem ^{1,2} 3szt. | Pomidorowa z ryżem ^{1,2,3} 350 ml Naleśniki z serem ^{1,2} 3szt. |
| Podwieczorek | Kaszka manna z owocami ^{1,2} 1szt. | Kaszka manna z owocami ^{1,2} 1szt. | Koktajl mleczny kakaowy b/c 200ml |
| Kolacja | Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta z pieczonej ryby ^{2,3,4,5} 50g Serek topiony kremowy ² 1szt. | Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta z pieczonej ryby ^{2,3,4,5} 50g Serek topiony kremowy ² 1szt. | Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta z pieczonej ryby ^{2,3,4,5} 50g Serek topiony kremowy ² 1szt. |

ALERGENY:

| | |
|------------|-----------------------------------|
| 1 – gluten | 7 – skorupiaki |
| 2 – mleko | 8 – orzechy |
| 3 – seler | 9 – gorczyca |
| 4 – jaja | 10 – dwutlenek siarki i siarczany |
| 5 – ryby | 11 – łubin |
| 6 – soja | 12 – mięczaki |

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



| Dzień 20.06.2026 SOBOTA | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta cukrzyca |
|--|--|--|---|
| Śniadanie | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Serek ziołowy ² 50g Szynka 30g | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Serek ziołowy ² 50g Szynka 30g | Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Serek ziołowy ² 50g Szynka 30g |
| OWOC | Gruszka 1szt. | Banan 1szt. | Gruszka 1szt. |
| 2 śniadanie | | | Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Serek topiony plaster ² 1szt. |
| Obiad | Barszcz z makaronem ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki 200g Gulasz drobiowo-wieprzowy ^{1,2} 200g Warzywa gotowane 120g | Barszcz z makaronem ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki 200g Gulasz drobiowo-wieprzowy lekki ^{1,2} 200g Warzywa gotowane 120g | Barszcz z makaronem ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki 200g Gulasz drobiowo-wieprzowy lekki ^{1,2} 200g Warzywa gotowane 120g |
| Podwieczorek | Mus owocowy 1szt. | Mus owocowy 1szt. | Wafle ryżowe 2szt. |
| Kolacja | Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser żółty ² 50g Szynka 30g | Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser topiony plaster ² 2szt. Szynka 30g | Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser żółty ² 50g Szynka 30g |

ALERGENY:

| | |
|------------|-----------------------------------|
| 1 – gluten | 7 – skorupiaki |
| 2 – mleko | 8 – orzechy |
| 3 – seler | 9 – gorczyca |
| 4 – jaja | 10 – dwutlenek siarki i siarczany |
| 5 – ryby | 11 – tulin |
| 6 – soja | 12 – mięczaki |

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.

