

<b>Dzień 11.07.2026 SOBOTA</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta cukrzyca</b>
<b>Śniadanie</b>	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt  Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek topiony kremowy <sup>2</sup> 1szt	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt  Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek topiony kremowy <sup>2</sup> 1szt	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt naturalny <sup>2</sup> 1szt  Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek topiony kremowy <sup>2</sup> 1szt
<b>OWOC</b>	Gruszka 1szt.	Banan 1szt.	Gruszka 1szt.
<b>2 śniadanie</b>			Chleb razowy <sup>1</sup> 50g, masło <sup>2</sup> 10g Serek topiony trójkąt <sup>2</sup> 1szt.
<b>Obiad</b>	Zupa hiszpańska <sup>1,3</sup> 350ml  Ziemniaki <sup>2</sup> 200g Shoarma smażona 120g Sos pieczeniowy lekki <sup>1,2</sup> 120g Kalafior 120g	Zupa hiszpańska <sup>1,3</sup> 350ml  Ziemniaki <sup>2</sup> 200g Shoarma gotowana 100g Sos pieczeniowy lekki <sup>1,2</sup> 120g Kalafior 120g	Zupa hiszpańska <sup>1,3</sup> 350ml  Ziemniaki <sup>2</sup> 200g Shoarma gotowana 100g Sos pieczeniowy lekki <sup>1,2</sup> 120g Kalafior 120g
<b>Podwieczorek</b>	Mini rogalik <sup>1,2,4</sup> 1szt.	Mini rogalik <sup>1,2,4</sup> 1szt.	Wafle ryżowe 2szt.
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Szynka 50g Serek śmietankowy <sup>2</sup> 1szt.	Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Szynka 50g Serek śmietankowy <sup>2</sup> 1szt.	Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Szynka 50g Serek śmietankowy <sup>2</sup> 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.



<b>Dzień 12.07.2026 NIEDZIELA</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta cukrzyca</b>
<b>Śniadanie</b>	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt  Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zieleńina) 50g Parówka 1szt. Ketchup 1szt. Serek topiony trójkąt <sup>2</sup> 1szt.	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt  Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Parówka 1szt. Ketchup 1szt. Serek topiony trójkąt <sup>2</sup> 1szt.	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt naturalny <sup>2</sup> 1szt  Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zieleńina) 50g Parówka 1szt. Ketchup 1szt. Serek topiony trójkąt <sup>2</sup> 1szt.
<b>OWOC</b>	Gruszka 1szt.	Banan 1szt.	Gruszka 1szt.
<b>2 śniadanie</b>			Chleb razowy <sup>1</sup> 50g, masło <sup>2</sup> 10g Serek topiony plaster <sup>2</sup> 1szt.
<b>Obiad</b>	Rosół z makaronem <sup>1,2,3</sup> 350ml  Ziemniaki <sup>2</sup> 200g Szyńka pieczona 120g Sos pieczeniowy <sup>1,2</sup> 120g Bukiet warzyw 120g	Rosół z makaronem <sup>1,2,3</sup> 350ml  Ziemniaki <sup>2</sup> 200g Szyńka gotowana 120g Sos pieczeniowy <sup>1,2</sup> 120g Bukiet warzyw 120g	Rosół z makaronem <sup>1,2,3</sup> 350ml Ziemniaki <sup>2</sup> 200g Szyńka gotowana 120g Sos pieczeniowy <sup>1,2</sup> 120g Bukiet warzyw 120g
<b>Podwieczorek</b>	Ciasto drożdżowe z owocami <sup>1,2,4</sup> 1szt.	Ciasto drożdżowe z owocami <sup>1,2,4</sup> 1szt.	Sok warzywny 1szt.
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser żółty <sup>2</sup> 50g Szyńka 30g	Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser topiony plaster <sup>2</sup> 2szt. Szyńka 30g	Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser żółty <sup>2</sup> 50g Szyńka 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 13.07.2026 PONIEDZIAŁEK	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt  Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Metka 50g Serek topiony kremowy <sup>2</sup> 1szt.	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt  Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek topiony kremowy <sup>2</sup> 1szt.	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt naturalny <sup>2</sup> 1szt  Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek topiony kremowy <sup>2</sup> 1szt.
OWOC	Gruszka 1szt.	Banan 1szt.	Gruszka 1szt.
2 śniadanie			Chleb razowy <sup>1</sup> 50g, masło <sup>2</sup> 10g Serek topiony trójkąt <sup>2</sup> 1szt.
Obiad	Zupa tajska <sup>1,2,3</sup> 350ml  Makaron <sup>1</sup> 200g Sos al'a carbonara <sup>1,2,4</sup> 200g	Zupa tajska <sup>1,2,3</sup> 350ml  Makaron <sup>1</sup> 200g Sos al'a carbonara <sup>1,2,4</sup> 200g	Zupa tajska <sup>1,2,3</sup> 350ml  Makaron <b>RAZOWY</b> <sup>1</sup> 200g Sos al'a carbonara <sup>1,2,4</sup> 200g
Podwieczorek	Baton zbożowy <sup>1,2</sup> 1szt.	Baton zbożowy <sup>1,2</sup> 1szt.	Sok pomidorowy 1szt.
Kolacja	Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Pasta z wędliny <sup>2</sup> 50g Serek topiony plaster <sup>2</sup> 1szt.	Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Pasta z wędliny <sup>2</sup> 50g Serek topiony plaster <sup>2</sup> 1szt.	Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Pasta z wędliny <sup>2</sup> 50g Serek topiony plaster <sup>2</sup> 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.



<b>Dzień 14.07.2026 WTOREK</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta cukrzyca</b>
<b>Śniadanie</b>	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt  Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paszтет lekki <sup>1,2,6</sup> 50g Serek śmietankowy <sup>2</sup> 1szt	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt  Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paszтет lekki <sup>1,2,6</sup> 50g Serek śmietankowy <sup>2</sup> 1szt	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt naturalny <sup>2</sup> 1szt  Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paszтет lekki <sup>1,2,6</sup> 50g Serek śmietankowy <sup>2</sup> 1szt
<b>OWOC</b>	Mandarynka 1szt.	Jabłko pieczone 1szt.	Mandarynka 1szt.
<b>2 śniadanie</b>			Chleb razowy <sup>1</sup> 50g, masło <sup>2</sup> 10g Serek ziołowy <sup>2</sup> 1szt.
<b>Obiad</b>	Żurek lekki <sup>1,2,3</sup> 350ml  Ziemniaki <sup>2</sup> 200g Imperial smażony <sup>1,2,4</sup> 120g Bukiet warzyw 120g	Żurek lekki <sup>1,2,3</sup> 350ml Ziemniaki <sup>2</sup> 200g Imperial gotowany 120g Sos koperkowy <sup>1,2,3</sup> 120g Bukiet warzyw 120g	Żurek lekki <sup>1,2,3</sup> 350ml Ziemniaki <sup>2</sup> 200g Imperial gotowany 120g Sos koperkowy <sup>1,2,3</sup> 120g Bukiet warzyw 120g
<b>Podwieczorek</b>	Kaszka manna z owocami <sup>1,2</sup> 1szt.	Kaszka manna z owocami <sup>1,2</sup> 1szt.	Koktajl mleczny kakaowy b/c 200ml
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Sałatka makaronowa <sup>1,2,4</sup> 150g Serek topiony trójkąt <sup>2</sup> 1szt.	Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Sałatka makaronowa <sup>1,2,4</sup> 150g Serek topiony trójkąt <sup>2</sup> 1szt.	Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Sałatka makaronowa <sup>1,2,4</sup> 150g Serek topiony trójkąt <sup>2</sup> 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.



<b>Dzień 15.07.2026 ŚRODA</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta cukrzyca</b>
<b>Śniadanie</b>	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt  Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek topiony plaster <sup>2</sup> 1szt.	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt  Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek topiony plaster <sup>2</sup> 1szt.	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt naturalny <sup>2</sup> 1szt Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek topiony plaster <sup>2</sup> 1szt.
<b>OWOC</b>	Gruszka 1szt.	Banan 1szt.	Gruszka 1szt.
<b>2 śniadanie</b>			Chleb razowy <sup>1</sup> 50g, masło <sup>2</sup> 10g Ser żółty 25g
<b>Obiad</b>	Zupa koperkowa <sup>1,2,3</sup> 350ml  Kasza <sup>1</sup> 200g Strogonow <sup>1,2</sup> 200g Buraczki 120g	Zupa koperkowa <sup>1,2,3</sup> 350ml  Kasza <sup>1</sup> 200g Strogonow lekki <sup>1,2</sup> 200g Buraczki 120g	Zupa koperkowa <sup>1,2,3</sup> 350ml  Kasza <sup>1</sup> 200g Strogonow lekki <sup>1,2</sup> 200g Buraczki 120g
<b>Podwieczorek</b>	Mus owocowy 1szt.	Mus owocowy 1szt.	Wafle ryżowe 2szt.
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta z pieczonej ryby <sup>2,3,4,5</sup> 50g Serek topiony kremowy <sup>2</sup> 1szt.	Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta z pieczonej ryby <sup>2,3,4,5</sup> 50g Serek topiony kremowy <sup>2</sup> 1szt.	Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta z pieczonej ryby <sup>2,3,4,5</sup> 50g Serek topiony kremowy <sup>2</sup> 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.



<b>Dzień 16.07.2026 CZWARTEK</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta cukrzyca</b>
<b>Śniadanie</b>	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt  Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Metka 50g Serek śmietankowy <sup>2</sup> 1szt.	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt  Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek śmietankowy <sup>2</sup> 1szt.	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt naturalny <sup>2</sup> 1szt  Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek śmietankowy <sup>2</sup> 1szt.
<b>OWOC</b>	Jabłko 1szt.	Jabłko 1szt.	Kiwi 1szt.
<b>2 śniadanie</b>			Chleb razowy <sup>1</sup> 50g, masło <sup>2</sup> 10g Serek topiony trójkąt <sup>2</sup> 1szt.
<b>Obiad</b>	Krem pieczarkowy <sup>1,2,3</sup> 350ml  Ziemniaki <sup>2</sup> 200g Gyros 100g Surówka z ogórka i pora 120g	Krem pieczarkowy <sup>1,2,3</sup> 350ml  Ziemniaki <sup>2</sup> 200g Gyros gotowany 100g Sos ziołowy <sup>1,2,3</sup> 120g Kalafior 120g	Krem pieczarkowy <sup>1,2,3</sup> 350ml  Ziemniaki <sup>2</sup> 200g Gyros gotowany 100g Sos ziołowy <sup>1,2,3</sup> 120g Surówka z ogórka i pora 120g
<b>Podwieczorek</b>	Mini rogalik 1szt.	Mini rogalik 1szt.	Sok warzywny 1szt.
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser żółty <sup>2</sup> 50g Szynka 30g	Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser topiony plaster <sup>2</sup> 2szt. Szynka 30g	Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser żółty <sup>2</sup> 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.



<b>Dzień 17.07.2026 PIĄTEK</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta cukrzyca</b>
<b>Śniadanie</b>	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt.  Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Jajo gotowane 1szt. Serek topiony plaster <sup>2</sup> 1szt.	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt.  Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Jajo gotowane 1szt. Serek topiony plaster <sup>2</sup> 1szt.	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt naturalny <sup>2</sup> 1szt.  Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Jajo gotowane 1szt. Serek topiony plaster <sup>2</sup> 1szt.
<b>OWOC</b>	Gruszka 1szt.	Banan 1szt.	Gruszka 1szt.
<b>2 śniadanie</b>			Chleb razowy <sup>1</sup> 50g, masło <sup>2</sup> 10g Serek topiony kremowy <sup>2</sup> 1szt.
<b>Obiad</b>	Krem z batatów i marchewki <sup>1,2,3</sup> 350ml  Pierogi na słodko z serem i truskawkami 8szt.	Krem z batatów i marchewki <sup>1,2,3</sup> 350ml  Pierogi na słodko z serem i truskawkami 8szt.	Krem z batatów i marchewki <sup>1,2,3</sup> 350ml  Pierogi ruskie 8szt.
<b>Podwieczorek</b>	Baton zbożowy <sup>1,2</sup> 1szt.	Baton zbożowy <sup>1,2</sup> 1szt.	Sok pomidorowy 1szt.
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta z tuńczyka <sup>2,3,4,5</sup> 50g Serek topiony trójkąt <sup>2</sup> 1szt.	Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta z tuńczyka <sup>2,3,4,5</sup> 50g Serek topiony trójkąt <sup>2</sup> 1szt.	Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta z tuńczyka <sup>2,3,4,5</sup> 50g Serek topiony trójkąt <sup>2</sup> 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.



<b>Dzień 18.07.2026 SOBOTA</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta cukrzyca</b>
<b>Śniadanie</b>	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt.  Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Metka 50g Serek topiony plaster <sup>2</sup> 1szt.	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt.  Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek topiony plaster <sup>2</sup> 1szt.	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt naturalny <sup>2</sup> 1szt.  Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek topiony plaster <sup>2</sup> 1szt.
<b>OWOC</b>	Gruszka 1szt.	Banan 1szt.	Gruszka 1szt.
<b>2 śniadanie</b>			Chleb razowy <sup>1</sup> 50g, masło <sup>2</sup> 10g Serek topiony kremowy <sup>2</sup> 1szt.
<b>Obiad</b>	Krem brokułowo-selerowy <sup>1,2,3</sup> 350ml Ziemniaki <sup>2</sup> 200g Kotlet mielony gotowany <sup>1</sup> 120g Sos koperkowy 120g Buraczki 120g	Krem brokułowo-selerowy <sup>1,2,3</sup> 350ml Ziemniaki <sup>2</sup> 200g Kotlet mielony gotowany <sup>1</sup> 120g Sos koperkowy 120g Buraczki 120g	Krem brokułowo-selerowy <sup>1,2,3</sup> 350ml Ziemniaki <sup>2</sup> 200g Kotlet mielony gotowany <sup>1</sup> 120g Sos koperkowy 120g Buraczki 120g
<b>Podwieczorek</b>	Baton zbożowy <sup>1,2</sup> 1szt.	Baton zbożowy <sup>1,2</sup> 1szt.	Sok pomidorowy 1szt.
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Sałatka ryżowa <sup>1,2,4</sup> 150g Serek topiony trójkąt <sup>2</sup> 1szt.	Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Sałatka ryżowa <sup>1,2,4</sup> 150g Serek topiony trójkąt <sup>2</sup> 1szt.	Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Sałatka ryżowa <sup>1,2,4</sup> 150g Serek topiony trójkąt <sup>2</sup> 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.



<b>Dzień 19.07.2026 NIEDZIELA</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta cukrzyca</b>
<b>Śniadanie</b>	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt  Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Parówka 1szt. Ketchup 1szt. Serek topiony trójkąt <sup>2</sup> 1szt.	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt  Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Parówka 1szt. Ketchup 1szt. Serek topiony trójkąt <sup>2</sup> 1szt.	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt naturalny <sup>2</sup> 1szt  Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Parówka 1szt. Ketchup 1szt. Serek topiony trójkąt <sup>2</sup> 1szt.
<b>OWOC</b>	Jabłko 1szt.	Jabłko 1szt.	Kiwi 1szt.
<b>2 śniadanie</b>			Chleb razowy <sup>1</sup> 50g, masło <sup>2</sup> 10g Szynka 25g
<b>Obiad</b>	Rosół z makaronem <sup>1,3</sup> 350ml  Ziemniaki <sup>2</sup> 200g Kotlet schabowy <sup>1,2,4</sup> 120g Bukiet warzyw 120g	Rosół z makaronem <sup>1,3</sup> 350ml  Ziemniaki <sup>2</sup> 200g Kotlet schabowy got. 120g Sos chrzanowy <sup>1,2,3</sup> 120g Bukiet warzyw 120g	Rosół z makaronem <sup>1,3</sup> 350ml  Ziemniaki <sup>2</sup> 200g Kotlet schabowy got. 120g Sos chrzanowy <sup>1,2,3</sup> 120g Bukiet warzyw 120g
<b>Podwieczorek</b>	Ciasto drożdżowe z owocami <sup>1,2,4</sup> 1szt.	Ciasto drożdżowe z owocami <sup>1,2,4</sup> 1szt.	Sok warzywny 1szt.
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Ogórek 50g Szynka 50g Serek topiony kremowy <sup>2</sup> 1szt.	Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Ogórek 50g Szynka 50g Serek topiony kremowy <sup>2</sup> 1szt.	Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Ogórek 50g Szynka 50g Serek topiony kremowy <sup>2</sup> 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.



<b>Dzień 20.07.2026 PONIEDZIAŁEK</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwostrawna</b>	<b>Dieta cukrzyca</b>
<b>Śniadanie</b>	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt  Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Serek czosnkowy 50g Szynka 30g	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt owocowy <sup>2</sup> 1szt  Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Serek czosnkowy 50g Szynka 30g	Kawa zbożowa <sup>1</sup> 300ml Jogurt naturalny <sup>2</sup> 1szt  Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Serek czosnkowy 50g Szynka 30g
<b>OWOC</b>	Mandarynka 1szt.	Jabłko pieczone 1szt.	Mandarynka 1szt.
<b>2 śniadanie</b>			Chleb razowy <sup>1</sup> 50g, masło <sup>2</sup> 10g Paszтет lekki 25g
<b>Obiad</b>	Kapuśniak <sup>1,2,3</sup> 350ml  Makaron <sup>1</sup> 200g Sos meksykański <sup>1,2,3</sup> 200g	Kapuśniak <sup>1,2,3</sup> 350ml  Makaron <sup>1</sup> 200g Sos meksykański <sup>1,2,3</sup> 200g	Kapuśniak <sup>1,2,3</sup> 350ml  Makaron <sup>1</sup> 200g Sos meksykański <sup>1,2,3</sup> 200g
<b>Podwieczorek</b>	Babka piaskowa <sup>1,2,4</sup> 50g	Babka piaskowa <sup>1,2,4</sup> 50g	Sok pomidorowy 1szt.
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenno-żytni <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser żółty <sup>2</sup> 50g Szynka 30g	Chleb pszenny <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser topiony plaster <sup>2</sup> 2szt. Szynka 30g	Chleb razowy <sup>1</sup> 100g, masło <sup>2</sup> 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser żółty <sup>2</sup> 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.

