

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	POD	Kolacja	Nocny
2025-06-30 poniedziałek	Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	Zupa barszcz biał z ziemniakami 400 g Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g Sos pieczarkowy 100 g Kasza gryczana 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Rzodkiewka 80 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g
	Dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biał z ziemniakami 400 g Żrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g
	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g Żrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g
	wątrobowa/trzustkowa	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g Żrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g
	Dieta płynna wzmocniona	Kasza manna na mleku 350 g żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa ziemniaczana 400 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Marchew gotowana opruszana 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Mus z jabłka płynny z biskopciem 120 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Herbata bez cukru 250 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-30 poniedziałek	Dieta cukrzycowa	Serek wiejski lekki 150 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza gryczana 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Szyńka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Rzodkiewka 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por
	Dieta dziecięca podstawowa	Kasza manna na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g Sos pieczarkowy 100 g Kasza gryczana 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Szyńka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Rzodkiewka 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Chrupki kukurydziane 30 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Szyńka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g
	Dieta dziecięca cukrzycowa	Serek wiejski lekki 150 g Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza gryczana 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Wafle ryżowe 10 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Szyńka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Rzodkiewka 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por
	Dieta bogatobiałkowa	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 80 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza gryczana 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szyńka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-30 poniedziałek	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Marchew gotowana opruszana 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Pasta z wędliny 50 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Marchew gotowana opruszana 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g
	Dieta papkowata	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szyńka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g
	Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Kasza manna na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g Sos pieczarkowy 100 g Kasza gryczana 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Szyńka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Rzodkiewka 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g
	Dieta łatwostrawna ciąży/laktacja	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szyńka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g
	Dieta cukrzycowa ciąży/laktacja	Serek wiejski lekki 150 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza gryczana 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Szyńka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Rzodkiewka 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-30 poniedziałek	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g Żrązik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Szyńka szkolna wp. 40 g Ryba mintaj gotowana z warzywami 100 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g
2025-07-01 wtorek	Dieta podstawowa	Platki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 10 g Szyńka zielonogórska wp 50 g ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g Kapusta biała zasmażana z kielbasą 200 g Kluski kładzione 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieloną 80 g Szyńka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g
	Dieta łatwostrawna	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Szyńka zielonogórska wp 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieloną 80 g Szyńka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g
	Dieta wrzodowa/żółdkowa	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Szyńka zielonogórska wp 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Ryż biały na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieloną 80 g Szyńka wiśniowa wp 40 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g
	wątrobowa/trzustkowa	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Szyńka zielonogórska wp 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Ryż biały na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieloną 80 g Szyńka wiśniowa wp 40 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-01 wtorek	Dieta płynna wzmacniająca	Płatki owsiane na mleku 350 g żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Marchew gotowana opruszana 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Herbata bez cukru 250 g	
	Dieta cukrzycowa	Maślanka 330 ml Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por
	Dieta dziecięca podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g
	Dieta dziecięca cukrzycowa	Maślanka 330 ml Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-01 wtorek	Dieta bogatobiałkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 80 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g
	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 400 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g Marchew gotowana opruszana 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz warzywny 350 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g pasta drobiowo-jarzynowa 50 g Marchew gotowana opruszana 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g
	Dieta papkowata	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Ryż biały na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g
	Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Arbuz 120 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g
	Dieta łatwostrawna ciąży/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Arbuz 120 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-01 wtorek	Dieta cukrzycowa ciężalaktacja	Maślanka 330 ml Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Mus owocowy 1 szt
2025-07-02 środa	Dieta podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Sałatka jarzynowa 80 Por Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 20 g Szynka konserwowa premium 40 g Ser żółty 40 g ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g
	Dieta łatwostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Sałatka jarzynowa 80 Por Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Szynka konserwowa premium 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-02 środa	Dieta wrzodowa/żółdkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szyнка z liściem wp 40 g Szyнка konserwowa premium 40 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g
	wątrobowa/łzusiakowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szyнка z liściem wp 40 g Szyнка konserwowa premium 40 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g
	Dieta płynna wzmocniona	Kasza kukurudziana na mleku 350 g żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa ryżanka 400 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Marchew gotowana opruszana 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Herbata bez cukru 250 g	
	Dieta cukrzycowa	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 20 g Szyнка z liściem wp 40 g Szyнка konserwowa premium 40 g ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por
	Dieta dziecięca podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Szyнка konserwowa premium 40 g Ser żółty 40 g ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-02 środa	Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Szynka z liściem wp 40 g Szynka konserwowa premium 40 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g
	Dieta dziecięca cukrzycowa	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Szynka z liściem wp 40 g Szynka konserwowa premium 40 g ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por
	Dieta bogatobiałkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 80 g Sałatka jarzynowa 80 Por Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Szynka konserwowa premium 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g
	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 400 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g Marchew gotowana opruszana 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 20 g pasta drobiowo-jarzynowa 50 g Marchew gotowana opruszana 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g
	Dieta papkowata	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Sałatka jarzynowa 80 Por Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Szynka konserwowa premium 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-02 środa	Dieta podstawowa ciąża/laktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Szynka konserwowa premium 40 g Ser żółty 40 g ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g
	Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Szynka konserwowa premium 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g
	Dieta cukrzycowa ciąża/laktacja	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Szynka konserwowa premium 40 g ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Szynka z liściem wp 40 g Szynka konserwowa premium 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-03 czwartek	Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Powidła śliwkowe 30 g Rzodkiewka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g
	Dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Powidła śliwkowe 30 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g
	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Powidła śliwkowe 30 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g
	wątrobowalitzustkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Powidła śliwkowe 30 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g
	Dieta płynna wzmocniona	Płatki owsiane na mleku 350 g żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g		Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Mięso drobiowe mielone 90 g Marchew gotowana opruszana 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g Mięso drobiowe mielone 90 g Herbata bez cukru 250 g	
	Dieta cukrzycowa	Serek homogenizowany naturalny 150 g Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Sałatka wiosenna z makaronem 150 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Szynka gotowana extra wp 20 g Rzodkiewka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-03 czwartek	Dieta dziecięca podstawowa	Platki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Twarożek 80 g Powidła śliwkowe 30 g Rzodkiewka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Twarożek 80 g Powidła śliwkowe 30 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g
	Dieta dziecięca cukrzycowa	Serek homogenizowany 150 g Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Twarożek 80 g Szynga gotowana extra wp 20 g Rzodkiewka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por
	Dieta bogatobiałkowa	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 80 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml		Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Powidła śliwkowe 30 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g
	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa ryżanka 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g Marchew gotowana opruszana 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 20 g Powidła śliwkowe 60 g Marchew gotowana opruszana 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-03 czwartek	Dieta papkowata	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Powidła śliwkowe 30 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g
	Dieta podstawowa ciąża/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Powidła śliwkowe 30 g Rzodkiewka 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g
	Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Powidła śliwkowe 30 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g
	Dieta cukrzycowa ciąża/laktacja	Serek homogenizowany 150 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Salatka wiosenna z makaronem 150 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Szyńka gotowana extra wp 20 g Rzodkiewka 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-03 czwartek	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g Sos pomidorowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Twarożek 80 g Powidla śliwkowe 30 g Rzodkiewka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany 150 g
		Ryż na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa krupnik 400 g Ryba miruna panierowana. 120 g Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g Ser biały półtłusty 50 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml
		Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g Sałata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa krupnik 400 g Ryba miruna gotowana na parze. 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g Ser biały półtłusty 50 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml
		Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g Sałata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	jablko gotowane 130 g	Zupa krupnik 400 g Ryba miruna gotowana na parze. 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g Ser biały półtłusty 50 g Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml
		Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g Sałata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	jablko gotowane 130 g	Zupa krupnik 400 g Ryba miruna gotowana na parze. 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g Ser biały półtłusty 50 g Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-04 piątek	Dieta płynna wzmacniająca	Ryż na mleku 350 g żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa krupnik 400 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Marchew gotowana opruszana 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Herbata bez cukru 250 g	
	Dieta cukrzycowa	Maślanka 330 ml Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa krupnik 400 g Ryba miruna gotowana na parze. 130 g Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g Ser biały półtłusty 50 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por
	Dieta dziecięca podstawowa	Ryż na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 10 g Filet zapiekany dr 50 g Salata roszponka 10 g ogórek świeży 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa krupnik 400 g Ryba miruna gotowana na parze. 130 g Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Chrupki kukurydziane 30 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g ogonówka wp. 40 g Ser biały półtłusty 50 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Filet zapiekany dr 50 g Salata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa krupnik 400 g Ryba miruna gotowana na parze. 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Chrupki kukurydziane 30 g	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g ogonówka wp. 40 g Ser biały półtłusty 50 g Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g
	Dieta dziecięca cukrzycowa	Maślanka 330 ml Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Filet zapiekany dr 50 g ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa krupnik 400 g Ryba miruna gotowana na parze. 130 g Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Wafle ryżowe 10 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g ogonówka wp. 40 g Ser biały półtłusty 50 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-04 piątek	Dieta bogatobiałkowa	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 80 g Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa krupnik 400 g Ryba miruna gotowana na parze. 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g Ser biały półtłusty 50 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml
	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa ryżanka 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g Marchew gotowana opruszana 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa krupnik 400 g Ryba miruna gotowana na parze. 130 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 20 g Dżem niskosłodzony 60 g Salata masłowa 20 g Marchew gotowana opruszana 70 g Herbata bez cukru 250 g	Herbatniki 2 szt
	Dieta papkowata	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	jabłko gotowane 130 g	Zupa krupnik 400 g Ryba miruna gotowana na parze. 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g Ser biały półtłusty 50 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml
	Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Ryż na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g ogórek świeży 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa krupnik 400 g Ryba miruna gotowana na parze. 130 g Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g Ser biały półtłusty 50 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml
	Dieta łatwostrawna ciąży/laktacja	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa krupnik 400 g Ryba miruna gotowana na parze. 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g Ser biały półtłusty 50 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-04 piątek	Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Maślanka 330 ml Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa krupnik 400 g Ryba miruna gotowana na parze. 130 g Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Filet zapiekany dr 50 g Sałata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa krupnik 400 g Ryba miruna gotowana na parze. 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Chrupki kukurydziane 30 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g ogonówka wp. 40 g Ser biały półtłusty 50 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g
2025-07-05 sobota	Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo żytnie 50 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Sałatka jarzynowa 80 Por Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Makaron razowy gotowany 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Sałata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 20 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g ogórek świeży 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g
	Dieta łatwostrawna	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Sałatka jarzynowa 80 Por Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Makaron gotowany 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Sałata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-05 sobota	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Makaron gotowany 200 g Gulasz drobiowo-jarzynowy 150 g Sałata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g
	wątrobowa/lrzusikowa	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Makaron gotowany 200 g Gulasz drobiowo-jarzynowy 150 g Sałata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g
	Dieta płynna wzmocniona	Kasza manna na mleku 350 g żółtko jaj kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Warzywa gotowane 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Herbata bez cukru 250 g	
	Dieta cukrzycowa	Jogurt naturalny kubek 150 g Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Sałatka jarzynowa 80 Por Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Makaron razowy gotowany 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Sałata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g ogórek świeży 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por
	Dieta dziecięca podstawowa	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo razowe 50 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Masło 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Makaron razowy gotowany 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Sałata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g ogórek świeży 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-05 sobota	Dieta dziecięca lekkostrawna	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Makaron gotowany 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Sałata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g
	Dieta dziecięca cukrzycowa	Jogurt naturalny kubek 150 g Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Makaron razowy gotowany 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Sałata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g ogórek świeży 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por
	Dieta bogatobiałkowa	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 40 g Sałatka jarzynowa 80 Por Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Makaron gotowany 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Sałata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g
	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 350 g Pieczywo żytnie 50 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 50 g Marchew gotowana opruszana 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Makaron razowy gotowany 200 g Gulasz warzywny 350 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 20 g pasta drobiowo-jarzynowa 50 g Marchew gotowana opruszana 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g
	Dieta papkowata	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Sałatka jarzynowa 80 Por Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Makaron gotowany 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-05 sobota	Dieta podstawowa ciąża/laktacja	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo żytnie 50 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g Szynka krucha z pieca 20 g	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Makaron razowy gotowany 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Salata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 20 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g
	Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Makaron gotowany 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Salata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g
	Dieta cukrzycowa ciąża/laktacja	Jogurt naturalny kubek 150 g Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Makaron razowy gotowany 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Salata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Makaron gotowany 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g Salata z maślanką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-06 niedziela	Dieta podstawowa	Platki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 50 g Rzodkiewka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Kurczak gotowany 40 g Sałata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g
	Dieta łatwostrawna	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Kurczak gotowany 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g
	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Kurczak gotowany 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g
	wątrobowalitzustkowa	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Kurczak gotowany 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g
	Dieta płynna wzmocniona	Platki owsiane na mleku 350 g żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa grysikowa 400 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Marchew gotowana opruszana 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Herbata bez cukru 250 g	
	Dieta cukrzycowa	Jogurt naturalny 150 g Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 50 g Rzodkiewka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Kurczak gotowany 40 g ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-06 niedziela	Dieta dziecięca podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 10 g Południca wiśniowa wp 50 g Rzodkiewka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka pieczone 1 szt Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Ser biały półtłusty 50 g Kurczak gotowany 40 g Sałata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Południca wiśniowa wp 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Ser biały półtłusty 50 g Kurczak gotowany 40 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g
	Dieta dziecięca cukrzycowa	Jogurt naturalny 150 g Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Południca wiśniowa wp 50 g Rzodkiewka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Ser biały półtłusty 50 g Kurczak gotowany 40 g ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por
	Dieta bogatobiałkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Południca wiśniowa wp 80 g Rzodkiewka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Kurczak gotowany 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g
	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa ryżanka 400 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g Marchew gotowana opruszana 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka pieczone 1 szt Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 20 g pasta drobiowo-jarzynowa 50 g Sałata masłowa 20 g Marchew gotowana opruszana 70 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-06 niedziela	Dieta papkowata	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Polędwica wiśniowa wp 50 g Pomidor bez skóry 70 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Kurczak gotowany 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g
	Dieta podstawowa ciąża/laktacja	Platki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 10 g Polędwica wiśniowa wp 50 g Rzodkiewka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo żytnie 50 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Kurczak gotowany 40 g Salata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g
	Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Polędwica wiśniowa wp 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Arbuz 120 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Kurczak gotowany 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g
	Dieta cukrzycowa ciąża/laktacja	Jogurt naturalny 150 g Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 10 g Polędwica wiśniowa wp 50 g Rzodkiewka 80 g Herbata bez cukru 250 g Salata roszponka 10 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo żytnie 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Kurczak gotowany 40 g ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-06 KUCHNIA OGÓLNA

2025-07-06 niedziela	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Polędwica wieśniowa wp 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Ser biały półtłusty 50 g Kurczak gotowany 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g
----------------------	---	---	-------------	--	--------------------------------	---	--------------------------