



**Jadłospis dekadowy od 25.03.2026 r. Do 03.04.2026 r.\_**  
**DIETA WEGETARIAŃSKA**

<b>Data</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja nocna</b>
25.03.2026 ŚRODA	Płatki ryżowe na mleku/1,7/ <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/(60g); Dżem (15g) Serek twarogowy tartare/7/(1szt) Ogórek kiszony (100g) Herbata <b>G</b> (250g)	Krupnik/1,7,9/ <b>G</b> (350g) Śledź po kaszubsku/4,10/ <i>Śledź atlantycki</i> <b>S</b> (100/120g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Jabłko (160g) Kompot <b>G</b> (250g)	Salatka makaronowa z warzywami i cieciorką /1,3/ <b>G</b> (200g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Pasta hummus/11/(1szt) Pomidor (150g)
26.03.2026 CZWARTEK	Makaron na ml/1,3,7/ <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/ <b>G</b> (2szt); Majonez/3/(1szt) Pomidor (150g) Herbata <b>G</b> (250g)	Zupa porowa/1,7,9/ <b>G</b> (350g) Wegetariański strogonow z fasolą białą <b>D</b> (250g) Ryż brązowy <b>G</b> (200g) Brokuł <b>G</b> (100g) Kompot <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser topiony/7/(50g); Miód (1szt) Rzodkiew (80g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Jogurt naturalny/7/(1szt)
27.03.2026 PIĄTEK	Kasza kukur. na ml/1,7/ <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/(60g); Miód (1szt) Sałata rzymska (1/10szt); Jabłko (160g) Herbata <b>G</b> (250g)	Żurek/1,9/ <b>G</b> (350g) Ryba z pieca w panierce/1,4/ <b>P</b> <i>Miruna</i> (90g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Salatka z ogórka kiszzonego, cebuli i papryki/10/(100g) Kompot <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Twarożek z rzodkiewką i ze szczypiorkiem/7/(100g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(15g) Wege wędlina (50g) Pomidor (150g)
28.03.2026 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta hummus/11/ (1szt) Ogórek kiszony (100g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Zupa z soczewicy/1,9/ <b>G</b> (350g) Tofu w plastrach z pieczarkami z natką pietruszki/6/ <b>S,D</b> (100g) Kasza jęczmienna/1/ <b>G</b> (200g) Mieszanka królewska <b>G</b> (100g) Kompot <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/(40g); Dżem (1szt) Papryka czerwona (100g) Herbata <b>G</b> (250g)	Sok pomidorowy (1szt)

**LEGENDA : LISTA ALERGENÓW:** / 1/ - gluten / 2/ - skorupiaki / 3/ - jajka / 4/ - ryby / 5/ - orzeszki ziemne / 6/ - soja / 7/ - mleko i produkty pochodne(łącznie z laktozą) / 8/ - orzechy / 9/ - seler / 10/ - gorczyca / 11/ - nasiona sezamu / 12/ - siarczany / 13/ - łubin / 14/ - mięczaki  
**SPOSÓB OBRÓBKI TERMICZNEJ:** **G** -gotowanie **P** -pieczenie **S** -smażenie **D** - duszenie

**UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!**

**UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się na stronie internetowej w zakładce „Żywność dla zdrowia”.**



## Jadłospis dekadowy od 25.03.2026 r. Do 03.04.2026 r. DIETA WEGETARIAŃSKA

29.03.2026 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/ <b>G</b> (2szt); Majonez/3/(1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Zupa wiejska z makaronem/1,3,7,9/ <b>G</b> (350g) Kotlet z ciecierzycy/1/ <b>P</b> (80g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Sałata z sosem winegret/10/(1/8szt) Kompot <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Kiełbaski wegetariańskie/1/ (2szt) Serek twarogowy tartare/7/(1szt) Musztarda/10/(1szt); Ogórek świeży (100g) Herbata <b>G</b> (250g)	Serek homogenizowany naturalny /7/(1szt)
30.03.2026 PONIEDZIAŁEK	Płatki owsiane na ml/1,7/ <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/(60g); Miód (1szt) Pomidor (150g) Herbata owocowa <b>G</b> (250g)	Zupa grochowa/1,9/ <b>G</b> (350g) Faszerowane warzywo z kaszą jaglaną <b>P</b> (1szt.) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Surówka wielowarzywna/7,9,10/(100g) Kompot <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Leczo z ciecierzycą <b>S,D</b> (200g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(15g) Wege wędlina (50g) Pomidor (150g)
31.03.2026 WTOREK	Zacierka na mleku/1,3,7/ <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta meksykańska/9/(1szt) Serek topiony lactima/7/(1szt) Papryka czerwona (100g) Herbata <b>G</b> (250g)	Zupa brokułowa/1,7,9/ <b>G</b> (350g) Potrawka z tofu po chińsku/1,6/ <b>D</b> (250g) Ryż brązowy <b>G</b> (200g) Jabłko (160g) Kompot <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/(60g); Miód (1szt) Rzodkiewka (100g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(15g) Wege wędlina (50g) Mix sałat (1/10szt)
01.04.2026 ŚRODA	Kasza jaglana na mleku/7/ <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/ <b>G</b> (2szt); Majonez/3/(1szt) Sałata karbowana (1/10szt) Jabłko (160g) Herbata <b>G</b> (250g)	Zupa pomidorowa z makaronem/1,3,7,9/ <b>G</b> (350g) Nuggetsy roślinne/1/ <b>P</b> (80g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Surówka z czerwonej kapusty/10/(100g) Kompot <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser topiony/7/(50g); Miód (1szt) Serek twarogowy tartare/7/ (1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Sałatka jarzynowa/3,9,10/ (150g)

**LEGENDA : LISTA ALERGENÓW:** / 1/ - gluten / 2/ - skorupiaki / 3/ - jajka / 4/ - ryby / 5/ - orzeszki ziemne / 6/ - soja  
/ 7/ - mleko i produkty pochodne(łącznie z laktozą) / 8/ - orzechy / 9/ - seler / 10/ - gorczyca / 11/ - nasiona sezamu / 12/ - siarczany / 13/ - łubin / 14/ - mięczaki  
**SPOSÓB OBRÓBKII TERMICZNEJ:** **G** -gotowanie **P** – pieczenie **S** – smażenie **D** - duszenie

**UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!**

**UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się na stronie internetowej w zakładce „Żywnie dla zdrowia”.**



## Jadłospis dekadowy od 25.03.2026 r. Do 03.04.2026 r. DIETA WEGETARIAŃSKA

02.04.2026 CZWARTEK	Ryż na ml/7/ <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta hummus/11/(1szt) Serek twarogowy deliser/7/(1szt) Papryka czerwona (100g) Herbata <b>G</b> (250g)	Barszcz ukraiński/1,7,9/ <b>G</b> (350g) Gzik z roszką/7/(100g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Kompot <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser topiony/7/(50g); miód (1szt) Ogórek świeży (100g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów (50g)
03.04.2026 WIELKI PIĄTEK	Ryż na mleku /7/ <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/ <b>G</b> (2szt); Majonez/3/(1szt) Pomidor (150g) Herbata <b>G</b> (250g)	Zupa wiejska z makaronem/1,9/ <b>G</b> (350g) Pierogi ruskie/1,7/ <b>G</b> (300-6szt) Jabłko (1szt) Kompot <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta z ryby wędzonej i twarogu/4,7/ <i>Makrela wędzona</i> (100g) Papryka czerwona (100g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Salatka z makaronem orzo, groszkiem zielonym, serem typu feta, kukurydzą i koperkiem/1,3,7/ (70g)

**LEGENDA : LISTA ALERGENÓW:** / 1/ - gluten / 2/ - skorupiaki / 3/ - jajka / 4/ - ryby / 5/ - orzeszki ziemne / 6/ - soja / 7/ - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) / 8/ - orzechy / 9/ - seler / 10/ - gorczyca / 11/ - nasiona sezamu / 12/ - siarczany / 13/ - łubin / 14/ - mięczaki  
**SPOSÓB OBRÓBKII TERMICZNEJ:** **G** - gotowanie **P** - pieczenie **S** - smażenie **D** - duszenie

**UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!**

**UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się na stronie internetowej w zakładce „Żywność dla zdrowia”.**