



Jadłospis dekadowy od 14.04.2026 r. Do 23.04.2026 r. DIETA BOGATOBIAŁKOWA

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja nocna
14.04.2026 WTOREK	Zacierka na ml/1,3,7/ G (350g) Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa wieprzowa (50g) Serek twarogowy deliser/7/(1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Krupnik/1,7,9/ G (350g) Filet drobiowy w sosie/1/ D (70g/100g) Ziemniaki G (200g) Brokuł G (100g) Kompot G (250g)	Kasza manna z sokiem owocowym/1,7/ G (200g)	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Połudwica sopocka (50g) Miód (1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Serek grani/7/(1szt)
15.04.2026 ŚRODA	Kasza manna na ml/1,7/ G (350g) Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Filet z indyka (50g) Serek twarogowy deliser/7/(1szt) Ogórek kiszony (100g) Herbata G (250g)	Zupa z soczewicy/1,7,9/ G (350g) Ryba gotowana na parze z sosem koperkowym/ 1,4,7/ G <i>Miruna</i> (100g/120g) Ziemniaki G (200g) Sałata z sosem winegret/10/(1/8szt) Kompot G (250g)	Skyr/7/(1szt); Kiwi (1szt)	Ryż z jabłkami G (200g) Jogurt naturalny/7/(1szt) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Bułka paryska/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Szynka drobiowa konserwowa (50g) Pomidor (150g)
16.04.2026 CZWARTEK	Makaron na ml/1,3,7/ G (350g) Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Twaróg/7/(100g); Dżem (1szt) Sałata rzymska (1/10szt); Pomarańcza (1szt) Herbata G (250g)	Zupa ogórkowa z ziemniakami/1,7,9/ G (350g) Połudwiczki wieprzowe w sosie własnym/1/ D (70g/100g) Ziemniaki G (200g) Buraczki G (100g) Kompot G (250g)	Naleśniki z serkiem z sosem malinowym/1,3,7/ S (1szt)	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/ G (2szt); Majonez/3/(1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Mix sałat z serem mozzarella, uprażonym słonecznikiem, pomidorkami koktajlowymi z oliwą z oliwek/7/(100g)

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”.



Jadłospis dekadowy od 14.04.2026 r. Do 23.04.2026 r. DIETA BOGATOBIAŁKOWA

17.04.2026 PIĄTEK	Kasza kukurydziana na ml/7/ G (350g) Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta mięsna/9/ G (100g); Miód (1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Barszcz czerwony/1,7,9/ G (350g) Pulpet mięsny w sosie własnym/1,3/ G (80/100g) Ziemniaki G (200g) Surówka wielowarzywna/7,9,10/(100g) Kompot G (250g)	Sałátka gyros z kurczakiem/1/ (250g)	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Parówka z szynki G (100g) Ketchup (1szt) Serek twarogowy deliser/7/(1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Sok pomidorowy (1szt)
18.04.2026 SOBOTA	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Twarożek z zieleniną/7/(100g) Miód (1szt); Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Zupa ziemniaczana/1,9/ G (350g) Gulasz z indyka w sosie pomidorowym/1/ D (25g) Ziemniaki G (200g) Fasolka szparagowa G (100g) Kompot G (250g)	Koktajl z jogurtu greckiego bananów i truskawek/7/ (200g)	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Połędwica sopocka (50g) Serek twarogowy tartare/7/(1szt) Herbata G (250g)	Jogurt wysokobiałkowy typu skyr/7/(1szt)
19.04.2026 NIEDZIELA	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Schab kruchy (50g) Serek twarogowy deliser/7/(1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Zupa wiejska z makaronem/1,3,7,9/ G (350g) Zraz w sosie/1,3/ D (80/100g) Ziemniaki G (200g) Sałata z sosem winegret/10/(1/8szt) Kompot G (250g)	Serek homogenizowany/7/(1szt) Granola orzechowo-cynamonowa z miodem (płatki owsiane, orzechy włoskie, rodzynki, słonecznik, miód, cynamon)/1,8/(40g)	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Sałátka rybna/1,4/ <i>Łosoś atlantycki</i> (125g) Herbata G (250g)	Bułka paryska/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Szynekowa z indyka (50g) Pomidor (150g)
20.4.2026 PONIEDZIAŁEK	Ryż na mleku/7/ G (350g) Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/ G (2szt); Majonez/3/(1szt) Pomidor (150g) Herbata owocowa G (250g)	Zupa koperkowa/1,9/ G (350g) Szynka w sosie/1/ D (70/100g) Ziemniaki G (200g) Surówka z marchwi/7/(100g) Kompot G (250g)	Bułka grahamka/1/(1szt) Twarożek z suszonymi pomidorami, koperkiem i nasionami słonecznika/7/(100g)	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynka gotowana (50g) Serek twarogowy tartare/7/(1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Mix sałat z kurczakiem, serem typu feta, pomidorkami koktajlowymi i oliwą z oliwek/7/(100g)

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 „Żywnie dla zdrowia”.



Jadłospis dekadowy od 14.04.2026 r. Do 23.04.2026 r. DIETA BOGATOBIAŁKOWA

21.04.2026 WTOREK	Makaron na ml/1,3,7/ G (350g) Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa wieprzowa (50g) Dżem (1szt) Sałata (1/10szt); Mandarynka (1szt) Herbata G (250g)	Zupa brokułowa/1,7,9/ G (350g) Filet drobiowy w sosie koperkowym/1,7/ D (70g/120g) Ziemniaki G (200g) Marchewka z groszkiem G (100g) Kompot G (250g)	Sałatka z pszennego makaronu z serem typu mozzarella, kukurydza, czerwoną fasolą, szpinakiem świeżym, ciecierzycą, oliwkami z pesto/1,3,7/ G (200g)	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Twaróg/7/(100g) Ogórek kiszony (100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Bułka paryska/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Filet z ind (50g) Mix sałat (1/10szt)
22.04.2026 ŚRODA	Płatki owsiane na ml/1,3,7/ G (350g) Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Schab kruchy (50g); Pomidor (150g) Serek twarogowy tartare/7/(1szt) Herbata G (250g)	Żurek/1,7,9/ G (350g) Bitka ze schabu/1/ D (80g/100g) Ziemniaki G (200g) Surówka z selera, marchwi i jabłka/7,9/(100g) Kompot G (250g)	Skyrnik bez cukru z jagodami i gorzką czekoladą/1,3,7/ P (200g)	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/ G (2szt); Majonez/3/(1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Sok wielowarzywny (1szt) Hemo, dzieci: Napój owsiany/1/(1szt)
23.04.2026 CZWARTEK	Kasza kukurydziana na ml/7/ G (350g) Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Polędwica drobiowa (50g) Dżem (1szt) Pomidor (150g) Herbata owocowa G (250g)	Zupa pomidorowa z ryżem/1,7,9/ G (350g) Pulpet rybny w sosie pietruszkowym/1,3,4,7/ G <i>Morszczuk</i> (80/120g) Ziemniaki G (200g) Sałata ze śmietaną/7/(1/8szt) Kompot G (250g)	Bułka wrocławska/1,3/ (1szt) Pasta z jajka i awokado z dodatkiem czosnku, soku z cytryny/7/ (50g)	Sałatka makaronowa z szynką, mieszanką królewską, pesto i pomidorkami koktajlowymi/1,3/ G (200g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Bułka paryska/1/(50g) Twarożek z zieleciną/7/(50g)

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”.