

Jadłospis dekadowy od 04.05.2026 do 13.05.2026 r. DIETA WEGETARIAŃSKA

Data	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Kolacja nocna
04.05.2026 PONIEDZIAŁEK	Płatki ryżowe na ml/1,7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/ (60g) Dżem (1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Zupa kalafiorowa/1,7,9/ G (350g) Wegetariański sos myśliwski z fasolą S,D/9/(250g) Makaron razowy/1,3/ G (200g) Kiwi (1szt) Kompot G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne 7/(15g) Twarożek ze szczypiorkiem / 7/(100g) Dżem (1szt);Sałata (1/10szt); Jabłko (1szt) Kawa mleczna /7/G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Wędlina wegetariańska (60g) Ogórek świeży (100g)
05.05.2026 WTOREK	Kasza jaglana na ml /7/G (350g) Bułka wrocławska/1/(2szt) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/G (2szt); Majonez/3/(1szt) Rzodkiew (80g) Herbata G (250g)	Zupa fasolowa/1,9/ G (350g) Kaszotto gryczane z tofu/6/ D (250g) Surówka z ogórka kiszzonego, cebuli i marchwi/10/ (100g) Kompot G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne /7/(15g) Pasta z ryby wędzonej i twarogu/ 4,7/ Makreła wędzona (100g) Papryka (100g) Kawa mleczna /7/ G (250g)	Sok pomidorowy (1szt.)
06.05.2026 ŚRODA	Makaron na ml/1,3,7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta hummus/11/(1szt) Serek twarogowy deliser/7/(1szt) Ogórek świeży (100g) Herbata G (250g)	Zupa wiejska z zacierką /1,3,9/ G (350g) Ryba z pieca /1,4/ P <i>Miruna</i> (90g) Ziemniaki G (200g) Sałata z sosem winegret /10/ (1/10szt) Kompot G (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser topiony/7/(50g);Miód (1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna /7/ G (250g)	Ryż dziki z pomidorkami kockt, kukurydzą i ogórkiem kiszonym w sosie majonezowym /3/ (100g)
07.05.2026 CZWARTEK	Zacierka na ml/1,3,7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Tofu w plastrach/6/(60g) Serek twarogowy tartare/7/(1szt) Papryka(150g) Herbata G (250g)	Zupa ogórkowa z ziemniakami/1,9/ G (350g) Kotlet sojowy w sosie pomidorowym /1/ (80/120g) Ziemniaki G (200g) Surówka z marchwi i selera/9/(100g) Kompot G (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser topiony/7/(50g);Miód (1szt) Serek twarogowy deliser/7/(1szt) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Jogurt pinty owocowy/7/ (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 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 04.05.2026 do 13.05.2026 r. DIETA WEGETARIAŃSKA

08.05.2026 PIĄTEK	Płatki owsiane na ml/1,7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Ser żółty/7/(60g); Dżem (1szt) Mandarynka (1 szt) Sałata masłowa (1/10szt) Herbata G (250g)	Rosół z makaronem /1,3,9/ (350g) Nuggety roślinne/1/ P (80g) Ziemniaki G (200g) Buraczki G (100g) Kompot G (250g)	Chleb pełnoziarnisty /1/(100g) Masło naturalne /7/(15g) Paszтет sojowy/6/ (1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Sałatka gyros bez kurczaka/3/ (100g)
09.05.2026 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Ser żółty/7/(60g); Dżem (1szt) Ogórek świeży (100g) Herbata G (250g)	Zupa z soczewicy/1,9/ G (350g) Kotlety sojowe a la schabowe/1,3/ S (4szt) Ziemniaki G (200g) Sałata ze śmietaną/7/(1/8szt) Kompot G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Jaja/3/ G (2szt); Majonez/3/(1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Serek grani/7/(1szt)
10.05.2026 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta humus/11/(1szt) Musztarda/10/ (1szt) Ogórek kiszony (100g) Herbata G (250g)	Barszcz czerwony/1,9/ G (350g) Potrawka chińska z fasolą białą/1,9/ D (250g) Kasza jęczmienna/1/ G (200g) Surówka z marchwi i pietruszki/7/ (100g) Kompot G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Ser żółty/7/(60g); Miód (1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Sok wielowarzywny (1szt)
11.05.2026 PONIEDZIAŁEK	Ryż na ml/7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Ser żółty/7/(60g); Dżem (1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Zupa szpinakowa/1,7,9/ G (350g) Gulasz z fasoli czerwonej z papryką i cukinią w sosie pomidorowym/1/ D (250g) Ziemniaki G (200g) Surówka z kapusty kiszanej (100g) Kompot G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Tofu pokrojone w plastry/6/(60g) Serek twarogowy deliser/7/(1szt) Ogórek świeży (100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Jogurt naturalny/7/(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 OBRÓBKİ 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 04.05.2026 do 13.05.2026 r. DIETA WEGETARIAŃSKA

12.05.2026 WTOREK	Makaron na ml/1,3,7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Wege wędlina (50g) Miód (1szt); Rzodkiew (80g) Herbata G (250g)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami/1,7,9/ G (350g) Tofu w sosie orzechowo-sojowym/6,8/(80g) Ziemniaki G (200g) Surówka z kapusty białej i marchewki (100g) Kompot G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Jaja/3/ G (2szt); Majonez/3/(1szt) Papryka czerwona (100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Mix sałat z kurczakiem, ogórkiem kiszonym, pomidorkami koktajlowymi, kukurydzą i oliwkami (100g)
13.05.2026 ŚRODA	Kasza kukur. na ml/7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Ser topiony/7/(50g) Dżem (1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Zupa pomidorowa z ryżem/1,7,9/ G (350g) Kotlet rybny/1,3,4/ S <i>Morszczuk</i> (80g) Ziemniaki G (200g) Sałatka z ogórka kiszzonego, cebuli i papryki/10/(100g) Kompot G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Leczo z ciecierzycą D (200g) Jabłko (160g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Serek homogenizowany naturalny/7/(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”.