



## Jadłospis dekadowy od 14.05.2026 do 23.05.2026 r. Dieta wegetariańska

Data	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Kolacja nocna
14.05.2026 CZWARTEK	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) Ogórek świeży (100g) Herbata <b>G</b> (250g)	Zupa koperkowa/1,7,9/ <b>G</b> (350g) Tofu z patelni po chińsku/1,6/ <b>S,D</b> Ziemniaki <b>G</b> (200g) Surówka z pora i marchewki/7/(100g) Kompot <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Paszтет sojowy/6/(1szt); Pomidor (150g) Ser twarogowy tartare 7/(1szt) Kawa mleczna /7/ <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(50g) Pasta hummus/11/(1szt) Sałata rzymska (1/10szt)
15.05.2026 PIĄTEK	Kasza manna na ml /1,7/ <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser topiony/7/(50g) Miód (1szt) Papryka czerwona (100g) Herbata <b>G</b> (250g)	Zupa kalafiorowa/1,7,9/ <b>G</b> (350g) Kaszotto z tofu, cukinią i kukurydzą w sosie pomidorowym/6/ <b>D</b> (250g) Kasza bulgur/1/ <b>G</b> (200g) Fasolka szparagowa <b>G</b> (100g) Kompot <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne /7/(15g) Twarożek buraczany z koperkiem/ 7/ (100g) Dżem (1szt) Sałata (1/10szt); Jabłko (1szt) Kawa mleczna /7/ <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Wędlina wegetariańska (60g) Pomidor (150g)
16.05.2026 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/ <b>G</b> (2szt); Majonez/3/(1szt) Ogórek świeży (100g) Kawa mleczna /7/ <b>G</b> (250g)	Zupa wiejska z makaronem /1,3,7,9/ <b>G</b> (350g) Kotlet sojowy w sosie pomidorowym /1/ (80/120g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Buraczki <b>G</b> (100g) Kompot <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser topiony/7/(50g);Miód (1szt) Mix salat (1/10szt); Mandarynki (1szt) Herbata <b>G</b> (250g)	Jogurt naturalny/7/ (1szt.)
17.05.2026 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Tofu w plastrach/6/(60g) Papryka (150g) Kawa mleczna /7/ <b>G</b> (250g)	Zupa grochowa/1,9/ <b>G</b> (350g) Kotlet sojowy w sosie pietruszkowym/1,7/ (80/120g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Surówka z selera i marchewki z oliwą (100g) Kompot <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Kiełbaski wegetariańskie/1,6/ <b>D</b> (2szt) Serek twarogowy deliser/7/(1szt) Musztarda/10/ (1szt); Pomidor (150g) 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 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 14.05.2026 do 23.05.2026 r. Dieta wegetariańska

<b>18.05.2026</b> <b>PONIEDZIAŁEK</b>	Zacierka na ml/1,3,7/ <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Ser topiony/7/(50g); Dżem (1szt) Ogórek kiszony (100g) Herbata owocowa <b>G</b> (250g)	Zupa koperkowa/1,7,9/ <b>G</b> (350g) Leczo z ciecierzycą <b>S,D</b> (250g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Jabłko (160g) Kompot <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty /1/(100g) Masło naturalne /7/(15g) Pasta z marchewki/1/ (1szt) Serek twarogowy tartare/7/(1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Ryz z jabłkami <b>G</b> (100g)
<b>19.05.2026</b> <b>WTOREK</b>	Kasza jaglana na ml/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 wiosenna/1,7,9/ <b>G</b> (350g) Kaszotto z fasolą czerwoną, papryką, kukurydzą, groszkiem i suszonymi pomidorami/1/ <b>G,D</b> (250g) Surówka z kapusty i ogórka świeżego (100g) Kompot <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Ryba po grecku/4,9/ <i>Miruna</i> <b>D</b> (200g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Jogurt naturalny/7/(1szt)
<b>20.05.2026</b> <b>ŚRODA</b>	Płatki owsiane na ml/1,7/ <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta humus/11/(1szt) Miód (1szt); Ogórek świeży (100g) Herbata <b>G</b> (250g)	Żurek/1,9/ <b>G</b> (350g) Kotlet ryżowy/1,3/ <b>S</b> (80g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Sos pomidorowy/1/ <b>G</b> (120g) Surówka z selera i jabłka/7,9/ (100g) Kompot <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Twarożek z rzodkiewką i ze szczypiorkiem/7/(100g) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Sok wielowarzywny (1szt)
<b>21.05.2026</b> <b>CZWARTEK</b>	Kasza kukur. na ml/7/ <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Serek topiony lactima/7/(2szt) Dżem (2szt); Papryka (100g) Herbata <b>G</b> (250g)	Kapuśniak z młodej kapusty/1,9/ <b>G</b> (350g) Gulasz paprykowy z fasolą czerwoną, białą, brokułem, kukurydzą <b>G,D</b> (250g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Buraczki <b>G</b> (100g) Kompot <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Pasta z jaj i twarogu/3,7/(100g) Mix sałat (1/10szt); Kiwi (1szt) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Wędlina wegetariańska (60g) Pomidor (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 14.05.2026 do 23.05.2026 r. Dieta wegetariańska

22.05.2026 PIĄTEK	Makaron na ml/1,3,7/ <b>G</b> (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser topiony/7/(50g); Miód (1szt) Ogórek świeży (100g) Herbata <b>G</b> (250g)	Zupa z soczewicy/1,9/ <b>G</b> (350g) Tofu w sosie pieczarkowym/1,6,7/ (80g) Ziemniaki <b>G</b> (200g) Mix sałat z cukinią, pomidorkami koktajlowymi w sosie winegret/10/(100g) Kompot <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Kiełbaski wegetariańskie/1,9,10,11/ (2szt) Musztarda/10/ (1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(50g) Sałatka rybna/1,4/ <i>Łosoś atlantycki</i> (125g)
23.05.2026 SOBOTA	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 ogórkowa z ziemniakami /1,9/ <b>G</b> (350g) Risotto z ciecierzycą, papryką, pieczarkami i szczypiorkiem z serem typu parmezan/7/ <b>D</b> (250g) Mieszanka królewska <b>G</b> (100g) Kompot <b>G</b> (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Paszтет sojowy/6/(1szt) Serek twarogowy tartare/7/(1szt) Sałata rzymska (1/10szt) Jabłko (160g) Herbata <b>G</b> (250g)	Maślanka/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 „Żywnienie dla zdrowia”.**