



Jadłospis dekadowy od 24.05.2026 do 02.06.2026 r. **DIETA WEGETARIAŃSKA**

Data	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Kolacja nocna
24.05.2026 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Wege wędlina/1,6/(60g) Serek topiony lactima/7/(1szt) Papryka czerwona (100g) Kawa mleczna /7/G (250g)	Zupa kalafiorowa/1,7,9/ G (350g) Ryba z pieca/1,4/ <i>Miruna</i> P (90g) Ziemniaki G (200g) Sałata z sosem winegret/10/(1/8szt) Kompot G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/(60g) Dżem (1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Sok pomidorowy (1szt)
25.05.2026 PONIEDZIAŁEK	Kasza jaglana na ml /7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Twarożek z zieleniną/ 7/ (100g) Miód (1szt) Pomidor (150g) Herbata owocowa G (250g)	Zupa pomidorowa z ryżem/1,7,9/ G (350g) Faszerowana papryka/1/ P (250g) Ziemniaki G (200g) Surówka z marchwi i jabłka/7/(100g) Kompot G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne /7/(15g) Ryba po grecku/4,9/ <i>Miruna</i> G,D (200g) Kawa mleczna /7/ G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Wege wędlina/1,6/(60g) Mix sałat (1/10szt)
26.05.2026 WTOREK	Ryż na ml/7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/G (2szt); Majonez/3/(1szt) Ogórek kiszony (100g) Herbata G (250g)	Zupa brokułowa /1,7,9/ G (350g) Wegetariański sos spaghetti G (250g) Makaron jasny/1,3/ G (200g) Kiwi (1szt) Kompot G (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta hummus/11/(1szt) Serek twarogowy tartare/7/(1szt) Papryka (150g) Kawa mleczna /7/ G (250g)	Serek grani/7/ (1szt)
27.05.2026 ŚRODA	Makaron na ml/1,3,7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Tofu w plastrach/6/(60g) Miód (1szt); Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Botwinka/1,9/ G (350g) Kotlety sojowe a la schabowe/1,3,6/ S (80g) Ziemniaki G (200g) Mix sałat z sosem winegret/10/(1/8szt) Kompot G (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Kiełbaski wegetariańskie/1,6/ D (2szt) Serek twarogowy deliser/7/(1szt) Musztarda/10/ (1szt); Sałata rzymska (1/10szt); Mandarynki (1szt) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Pasta hummus/11/(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 24.05.2026 do 02.06.2026 r. DIETA WEGETARIAŃSKA

28.05.2026 CZWARTEK	Zacierka na ml/1,3,7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Ser topiony/7/(50g); Dżem (1szt) Ogórek świeży (100g) Herbata G (250g)	Zupa koperkowa/1,7,9/ G (350g) Bezmięсна fasolka po bretońsku S,D (250g) Ziemniaki G (200g) Jabłko (160g) Kompot G (250g)	Chleb pełnoziarnisty /1/(100g) Masło naturalne /7/(15g) Pasta z marchewki/1/ (1szt) Serek twarogowy tartare/7/(1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Serek homogenizowany naturalny/7/(1szt)
29.05.2026 PIĄTEK	Płatki owsiane na ml/1,7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Jaja/3/ G (2szt); Majonez/3/(1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Zupa z soczewicy/1,9/ G (350g) Kotlet rybny/1,3,4/ S Morszczuk (80g) Ziemniaki G (200g) Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki (100g) Kompot G (250g)	Kasza bulgur z cieciorką, marchewką i groszkiem/1/ G (200g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(50g) Twarożek/7/(100g) Mix sałat (1/10szt)
30.05.2026 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta humus/11/(1szt) Serek twarogowy deliser/7/(1szt) Sałata rzymska (1/10szt) Jabłko (160g) Kawa mleczna /7/ G (250g)	Kapuśniak z kapusty kiszzonej/1,9/ G (350g) Gulasz z tofu wędzonym/6/ D (250g) Ziemniaki G (200g) Surówka wielowarzywna/7,9,10/ (100g) Kompot G (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Ser żółty/7/(60g); Miód (1szt) Papryka czerwona (100g) Herbata G (250g)	Kefir/7/(1szt)
31.05.2026 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Ser topiony/7/(2szt) Miód (2szt) Papryka (100g) Kawa mleczna /7/ G (250g)	Zupa wiejska z makaronem/1,3,7,9/ G (350g) Fasola w sosie pomidorowym/1/ D (250g) Kasza jęczmienna/1/ G (200g) Surówka z kapusty i marchewki (100g) Kompot G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Ser żółty/7/(60g); Dżem (1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Sok wielowarzywny (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 24.05.2026 do 02.06.2026 r. **DIETA WEGETARIAŃSKA**

01.06.2026 PONIEDZIAŁEK	Kasza kukur. na ml/7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/ G (2szt); Majonez/3/(1szt) Pomidor (150g) Herbata owocowa G (250g)	Zupa szpinakowa/1,7,9/ G (350g) Bigos bezmięśny z suszonymi pomidorami D,S (250g) Ziemniaki G (200g) Banan (1szt) Kompot G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Wege wędlna/1,6/ (60g) Serek twarogowy deliser/7/(1szt) Ogórek kiszony (100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(50g) Sałatka rybna/1,4/ <i>Łosoś atlantycki</i> (125g)
02.06.2026 WTOREK	Makaron na ml/1,3,7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Ser topiony/7/(50g) Miód (1szt) Sałata karbowana (1/10szt) Jabłko (160g) Herbata G (250g)	Zupa fasolowa /1,9/ G (350g) Kalafior w panierce/1,3/ P (100g) Ziemniaki G (200g) Sałatka z buraczków G (100g) Kompot G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Twarożek z zieleciną/7/(100g) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Sałatka brokułowa z ryżem dzikim, marchewką, serem typu mozzarella, kukurydza i pomidorkami w sosie majonezowym/3,7/(200g)

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”.