



Jadłospis dekadowy od 13.06.2026 do 22.06.2026 r. DIETA WEGETARIAŃSKA

Data	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Kolacja nocna
13.06.2026 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta meksykańska/6,9,10/(1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Krupnik/1,7,9/ G (350g) Pulpet z soczewicy w sosie pomidorowym/1,3/ G (80g/120g) Ziemniaki G (200g) Fasolka szparagowa G (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/(60g); Miód (1szt) Sałata karbowana (10g); Jablko (160g) Herbata G (250g)	Serek grani/7/(1szt)
14.06.2026 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/(60g); Dżem (1szt) Ogórek świeży (100g) Kawa mleczna /7/ G (250g)	Zupa z soczewicy/1,9/ G (350g) Kotlety sojowe w sosie pieczarkowym/1,6,7/ G (80g/120g) Kasza gryczana G (200g) Sałata z sosem winegret/10/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne /7/(15g) Kiełbaski wegetariańskie/1,6/ P (90g – 2szt); Musztarda/10/(1szt); Serek twarogowy deliser/7/(1szt) Rzodkiew (80g) Herbata G (250g)	Serek homogenizowany naturalny/7/ (1szt)
15.06.2026 PONIEDZIAŁEK	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 owocowa G (250g)	Zupa pomidorowa z ryżem /1,9/ G (350g) Kotlety sojowe a la schabowe/1,7/ G,D (250g) Ziemniaki G (200g) Sałatka szwedzka (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ryba po grecku/4,9/ <i>Miruna</i> D (200g) Kawa mleczna /7/ G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(50g) Pasta hummus/11/(1szt) Mix sałat (10g)
16.06.2026 WTOREK	Ryż na ml/7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/(60g); Miód (1szt) Ogórek świeży (100g) Herbata G (250g)	Zupa porowa/1,7,9/ G (350g) Bouef Strogonow z fasolą czerwoną/1/ S,D (250g) Makaron razowy/1,3/ G (200g) Brokuł G (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Twarożek z zieleniną i suszonymi pomidorami /7/(100g) Sałata rzymska (10g); Jablko (160g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(15g) Ser topiony/7/(50g) 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 13.06.2026 do 22.06.2026 r. DIETA WEGETARIAŃSKA

17.06.2026 ŚRODA	Zacierka na ml/1,3,7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Plastry wegetariańskie/1,6/ (60g) Dżem (1szt); Papryka (100g) Herbata G (250g)	Barszcz ukraiński/1,7,9/ G (350g) Ryba na parze/1,4/ <i>Miruna</i> G (100g) Sos jarzynowy/1,9/ G (150g) Ziemniaki G (200g) Surówka z marchewki, selera i jabłka/7,9/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Makaron jasny z serem na słodko/1,3,7/ G (200g) Jabłko (160g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/(60g) Pomidor (150g)
18.06.2026 CZWARTEK	Kasza manna 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 ogórkowa z ziemniakami/1,9/ G (350g) Brokuł z cieciorką z pieca/1/ P (150g) Ryż biały G (200g) Sałata ze śmietaną/7/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty /1/(100g) Masło naturalne /7/(15g) Tofu wędzone w plastrach/6/(60g) Miód (1szt) Rzodkiew (80g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Sok pomidorowy (1szt)
19.06.2026 PIĄTEK	Kasza jaglana na ml /7/G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser topiony/7/(50g); Dżem (1szt) Ogórek świeży (100g) Herbata G (250g)	Kapuśniak z młodej kapusty/1,9/ G (350g) Rumszyk rybny w sosie pomidorowym /1,3,4/ G <i>Morszczuk</i> (80g/120g) Ziemniaki G (200g) Surówka wielowarzywna/9,10/ (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Plastry wegetariańskie/1,6/(60g) Serek twarogowy deliser/7/(1szt) Mix sałat (10g); Jabłko (160g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Maślanka/7/(1szt)
20.06.2026 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Pasta hummus/11/(1szt) Papryka (100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Zupa po kaszubsku/1,9/ G (350g) Kotlety sojowe w sosie pieczarkowym/1,7/ G,D (250g) Ziemniaki G (200g) Brukselka G (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Sałatka rybna/1,4/ <i>Losoś atlantycki</i> (125g) Jabłko (160g) Herbata G (250g)	Sok wielowarzywny (1szt)
21.06.2026 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/(60g) Serek topiony deliser/7/(1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Zupa szpinakowa/1,7,9/ G (350g) Klopsiki warzywno-strączkowe w sosie pomidorowym/1,7/ D (250g) Ziemniaki G (200g) Mieszanka królewska G (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Jaja/3/G (2szt); Majonez/3/(1szt) Sałata (10g); Mandarynki (70g) Herbata G (250g)	Serek grani/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”.



Jadłospis dekadowy od 13.06.2026 do 22.06.2026 r. DIETA WEGETARIAŃSKA

22.06.2026 PONIEDZIAŁEK	Płatki ryżowe na ml/1,7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Ser topiony/7/(50g); dżem (1szt) Ogórek kiszony (100g) Herbata owocowa G (250g)	Zupa wiejska z zacierką /1,3,7,9/ G (350g) Kotlet ryżowy z serem typu feta/1,3,7/ S (80g) Kasza jęczmienna/1/ G (200g) Sałata z sosem winegret/10/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Leczo z cieciorką S,D (200g) 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 „Żywnie dla zdrowia”.