



Jadłospis dekadowy od 02.08.2026 do 11.08.2026 r._
(D07) Dieta bogatobiałkowa

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek Dzieci	Kolacja	Kolacja nocna
02.08.2026 NIEDZIELA	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Twaróg/7/(100g); Dżem (1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Zupa pomidorowa z makaronem/1,3,7,9/ G (350g) Zraz w sosie własnym/1,3/ D (80g/100g) Ziemniaki G (200g) Mix sałat ze śmietaną/7/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Pestki dyni (20g)	Bułka paryska 1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa drobiowa (60g) Serek twarogowy haga/7/(1szt) Ogórek kiszony (150g) Herbata G (250g)	Kefir/7/(1szt)
03.08.2026 PONIEDZIAŁEK	Makaron na mleku/1,3,7/ G (350g) Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Polędwica sopoc(60g) Serek twarogowy tartare/7/(1szt) Pomidor(150g) Herbata owocowa G (250g)	Krupnik z kaszą jęczmienną/1,9/ G (350g) Gulasz drobiowy z natką pietruszki/1/ D (250g) Ziemniaki G (200g) Marchewka z groszkiem/1/ G (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Skrynik z malinami bez cukru/1,3,7/ (150g)	Bułka paryska /1/(100g) Masło naturalne /7/(15g) Filet z indyka (60g); Dżem (1szt) Pomidor czerwony (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Serek homogenizowany naturalny/7/(1szt)
04.08.2026 WTOREK	Ryż na ml/7/ G (350g) Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa drobiowa (60g) Serek twarogowy haga/7/(1szt) Pomidor żółty (150g) Herbata G (250g)	Barszcz czerwony/1,9/ G (350g) Filet z indyka w sosie pieczeniowym/1/ D (70g/100g) Kasza bulgur G (200g) Brokuł z marchewką G (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Bułka grahamka/1/(1szt) Twarożek z masłem orzechowym/7,8/ (100g)	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta z jaj i kiełbasy/3/ (100g) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Bułka paryska/1/(50g) Serek twarogowy tartare/7/(2szt) Sałata masłowa (10g) Mandarynki (80g)
05.08.2026 ŚRODA	Płatki owsiane na ml/1,7/ G (350g) Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynka drobiowa konserwowa (60g) Miód (1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Zupa wiejska z makaronem/1,3,7,9/ G /350g Pulpet rybny w sosie z pomidorów/1,3,4/ Morszczuk / G /80g/120g Ziemniaki G 200g Sałata z sosem winegret/10/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Jogurt owocowy/7/(1szt)	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Twarożek buraczany/7/(100g) Sałata rzymska (10g); Kiwi (90g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Bułka paryska/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Szynkowa wieprzowa (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 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 „Żywnienie dla zdrowia”.



Jadłospis dekadowy od 02.08.2026 do 11.08.2026 r. (D07) Dieta bogatobiałkowa

06.08.2026 CZWARTEK	Kasza manna na mleku/1,7/G (350g) Bułka paryska /1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Jaja/3/G (2szt); Majonez/3/(1szt) Ogórek kiszony (150g) Herbata G (250g)	Rosół/1,9/ G (350g) Udko z kurczaka duszone/1/D (150g/100g) Ryż biały G (200g) Marchewka z groszkiem/1/ G (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Rogał maślany z pastą z awokado, czosnku i soku z cytryny/1,3,7/ (200g)	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Filet z indyka (60g) Serek twarogowy haga/7/(1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Serek grani/7/(1szt) Kiwi (90g)
07.08.2026 PIĄTEK	Zacierka na ml/1,3,7/G (350g) Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Twaróg/7/(100g); Miód (1szt) Pomidor śliwkowy (150g) Herbata G (250g)	Zupa ziemniaczana z koprem/1,9/G (350g) Gulasz z szynki ręcznie krojony/1/ D (250g) Ziemniaki G (200g) Sałatka z buraczków i ogórka kiszzonego (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Kefir/7/(1szt) Granola orzechowa z owocami suszonymi, miodem i cynamonem/1,8/ (30g)	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne /7/(15g) Polędwica drobiowa (60g) Serek twarogowy tartare/7/(1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Sałatka gyros w wersji lekkiej/3/(200g) Mandarynki (70g)
08.08.2026 SOBOTA	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa wieprzowa ; Dżem (1szt) Pomidor żółty (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Zupa ogórkowa z ryżem/1,7,9/ G (350g) Filet z indyka w sosie własnym/1/D (70/100g) Kasza bulgur/1/ G (200g) Surówka z marchewki i jabłka/7/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Sałatka z makaronem z sałatą lodową, kurczakiem i sosem majonezowym/1,3,7/ (200g)	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Szynkowa z indyka (60g) Serek twarogowy haga/7/(1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Jogurt naturalny/7/(1szt)
09.08.2026 NIEDZIELA	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Polędwica sopocka (60g); Miód (1szt) Sałata rzymska (10g); Kiwi (100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Zupa po kaszubsku/1,9/ G (350g) Polędwiczki wieprzowe w sosie pieczeniowym/1/D (70g/100g) Ziemniaki G (200g) Fasolka szparagowa G (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Maślanka /7/(1szt)	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Twarożek z koperkiem/7/(100g) Pomidor żółty(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 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 02.08.2026 do 11.08.2026 r._
(D07) Dieta bogatobiałkowa

10.08.2026 PONIEDZIAŁEK	Płatki owsiane na ml/1,7/ G (350g) Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/ G (2szt); Majonez/3/(1szt) Pomidor śliwkowy (150g) Herbata owocowa G (250g)	Zupa z soczewicy /1,9/ G (350g) Schab w sosie pieczeniowym/1/ D (70g/100g) Ziemniaki G (200g) Surówka wielowarzywna z olejem/9/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Drożdżówka z budyniem/1,3,7/ (1szt) Jogurt naturalny/7/ (1szt)	Mix sałat z oliwkami, mozzarellą, kurczakiem i suszonymi pomidorami/7/ (200g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Bułka paryska/1/(50g) Pasta z cukini/1/(90g) Pomidor (150g)
11.08.2026 WTOREK	Kasza kukur na ml/7/ G (350g) Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Szynkowa wieprzowa (60g) Dżem (1szt) Pomidor żółty (150g) Herbata G (250g)	Zupa ziemniaczana z koprem/1,9/ G (350g) Pulpet mięsny w sosie pieczeniowym/1,3/ G (80g/100g) Kasza jęczmienna/1/ G (200g) Buraczki z ogórkiem kiszonym G (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Pianka proteinowa na bazie jogurtu greckiego i galaretki/1,7/(200g)	Bułka paryska/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Ryba po grecku/4,9/ <i>Miruna</i> / D /200g Nektarynka (120g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Bułka paryska/1/(50g) Twarożek z koperkiem/7/(100g) 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 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 „Żywnienie dla zdrowia”.