



**Jadłospis dekadowy od 12.08.2026 do 21.08.2026 r.**  
**D05 DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU**

| <i>Data</i>            | <i>Śniadanie</i>                                                                                                                                                                                                  | <i>Obiad</i>                                                                                                                                                                                                                                                          | <i>Kolacja</i>                                                                                                                                                       | <i>Kolacja nocna</i>                                                                          |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 12.08.2026<br>ŚRODA    | Kasza jaglana na mleku/7/ <b>G</b> (350g)<br>Bułka paryska/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Polędwica dr (60g); Ogórek kisz(150g)<br>Serek twarogowy tartare/7/(1szt)<br>Herbata <b>G</b> (250g)            | Zupa jarzynowa/1,7,9/ <b>G</b> (350g)<br>Gulasz drobiowy/1/ <b>D</b> (250g)<br>Ziemniaki <b>G</b> (200g)<br>Brokuł <b>G</b> (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g)                                                                         | Bułka paryska 1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Szynkowa z indyka (60g)<br>Miód (1szt)<br>Pomidor czerwony (150g)<br>Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)            | Bułka paryska/1/ (50g)<br>Pasta z cukini/1/(1szt)                                             |
| 13.08.2026<br>CZWARTEK | Makaron na ml/1,3,7/ <b>G</b> (350g)<br>Bułka paryska/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Szynka konserwona drobiowa (60g)<br>Dżemik (1szt)<br>Salata karbowana (10g); Banan (150g)<br>Herbata <b>G</b> (250g) | Zupa kalafiorowa/1,7,9/ <b>G</b> (350g)<br>Pulpet mięsno-ryżowy/1,3/ <b>G</b> (80g)<br>Sos pomidorowo-jarzynowy/1,9/ <b>G</b> (150g)<br>Ziemniaki <b>G</b> (200g)<br>Surówka z selera i jabłka/7,9/ (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g) | Bułka paryska /1/(100g)<br>Masło naturalne /7/(15g)<br>Pasta twarogowa/7/(100g)<br>Pomidor żółty śliwkowy (150g - 2szt)<br>Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)           | Bułka paryska/1/(50g)<br>Masło naturalne/7/(10g)<br>Szynkowa wieprzowa (60g)<br>Jabłko (160g) |
| 14.08.2026<br>PIĄTEK   | Ryż na mleku/7/ <b>G</b> (350g)<br>Bułka paryska/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Schab faszerowany (60g)<br>Serek twarogowy tartare/7/(1szt)<br>Pomidor (150g)<br>Herbata <b>G</b> (250g)                  | Zupa ziemniaczana z koprem/1,9/ <b>G</b> (350g)<br>Pulpet rybny w sosie pietruszkowym/1,3,4,7/ <b>G</b><br><i>Morszczuk</i> (80g/120g)<br>Ziemniaki <b>G</b> (200g)<br>Sałatka z buraczków <b>G</b> (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g) | Bułka paryska/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Polędwica sopocka (60g); Dżem (1szt)<br>Pomidor śliwkowy żółty (150g - 2szt)<br>Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g) | Jogurt naturalny/7/(1szt)                                                                     |
| 15.08.2026<br>SOBOTA   | Bułka paryska/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Filet z indyka (60g)<br>Serek twarogowy haga/7/(1szt)<br>Pomidor żółty śliwkowy (2szt- 150g)<br>Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)                              | Zupa brokułowa/1,7,9/ <b>G</b> /350g<br>Schab w sosie pieczeniowym/1/ <b>D</b> (70g/100g)<br>Ziemniaki <b>G</b> 200g<br>Surówka z selera, marchwi i jabłka/7,9/(100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g)                                      | Bułka paryska/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Twaróg/7/(100g); Miód (1szt)<br>Sałata rzymska (10g); Pomarańcza (200g)<br>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 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 „Żywność dla zdrowia”.**



**Jadłospis dekadowy od 12.08.2026 do 21.08.2026 r.**  
**D05 DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU**

|                            |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                  |                                                             |
|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| 16.08.2026<br>NIEDZIELA    | Bułka paryska /1/(100g)<br>Masło naturalne/7/ (15g)<br>Polędwica sopocka (60g)<br>Serek twarogowy tartare/7/(1szt)<br>Ogórek kiszony (150g)<br>Kawa mleczna/7/ G (250g)                | Barszcz czerwony/1,7,9/ G (350g)<br>Zraz w sosie własnym/1,3/D (80/100g)<br>Ziemniaki G (200g)<br>Marchewka mini G (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)                                   | Bułka paryska/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Schab w ziołowej otoczce (60g)<br>Serek twarogowy haga/7/(1szt)<br>Pomidor (150g)<br>Herbata G (250g)                       | Serek grani/7/(1szt)<br>Nektarynka (100g)                   |
| 17.08.2026<br>PONIEDZIAŁEK | Ryż na ml/7/G (350g)<br>Bułka paryska/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/ (15g)<br>Twaróg/7/(100g); Miód (1szt)<br>Pomidor (150g)<br>Herbata owocowa G (250g)                               | Zupa z soczewicy/1,9/ G (350g)<br>Polędwiczki wieprzowe w sosie pieczeniowym/1/D (70g/100g)<br>Ziemniaki G (200g)<br>Sałata z sosem winegret/10/(100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)      | Bułka paryska/1/(100g)<br>Masło naturalne /7/(15g)<br>Kiełbasa śląska G (100g)<br>Kecup (1szt)<br>Serek twarogowy tartare/7/(1szt)<br>Pomidor (150g)<br>Kawa mleczna/7/ G (250g) | Sok wielowarzywny (1szt)                                    |
| 18.08.2026<br>WTOREK       | Płatki owsiane na ml/1,7/G (350g)<br>Bułka paryska/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Szynkowa wieprzowa (60g);<br>Dżem (1szt); Pomidor żółty (150g)<br>Herbata G (250g)           | Zupa koperkowa/1,7,9/ G (350g)<br>Gulasz z szynki krojony ręcznie/1/ D (250g)<br>Ziemniaki G (200g)<br>Brokuł G (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)                                      | Bułka paryska/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/ (15g)<br>Polędwica sopocka (60g)<br>Serek twarogowy haga/7/(1szt)<br>Pomidor (150g)<br>Kawa mleczna/7/ G (250g)                     | Jogurt wysokobiałkowy typu skyr/7/(1szt)                    |
| 19.08.2026<br>ŚRODA        | Kasza manna na ml/1,7/G (350g)<br>Bułka paryska/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/ (15g)<br>Szynkowa z indyka (60g)<br>Serek twarogowy haga/7/(1szt)<br>Pomidor (150g)<br>Herbata G (250g) | Krupnik z kaszą jęczmienną/1,9/ G (350g)<br>Rumsztyk drobiowy w sosie pietruszkowym/1,3,7/ G (80/120g)<br>Ziemniaki G (200g)<br>Fasolka szparagowa G (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g) | Bułka paryska/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/ (15g)<br>Ryba po grecku/4,9/Miruna D (200g)<br>Kawa mleczna/7/ G (250g)                                                             | Bułka paryska/1/(50g)<br>Twaróg/7/(100g)<br>Mix sałat (10g) |

**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 „Żywność dla zdrowia”.**



**Jadłospis dekadowy od 12.08.2026 do 21.08.2026 r.**  
**D05 DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU**

|                        |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                    |                                                                                                                       |
|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 20.08.2026<br>CZWARTEK | Kasza manna na ml/1,7/ <b>G</b> (350g)<br>Bułka paryska/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Szynkowa wieprzowa (60g);<br>Serek twarogowy tartare/7/ (1szt)<br>Pomidor (150g)<br>Herbata <b>G</b> (250g) | Zupa pomidorowa z makaronem/1,3,7,9/ <b>G</b> (350g)<br>Udko z kurczaka duszone/1/ <b>D</b> (150g/100g)<br>Ziemniaki <b>G</b> (200g)<br>Marchewka z groszkiem <b>G</b> (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g)                | Bułka paryska/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/ (15g)<br>Filet z indyka (60g); Dżem (1szt)<br>Pomidor żółty (150g)<br>Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g) | Mix sałat z kurczakiem, serem typu feta, uprażonym słonecznikiem, pomidorkami koktajlowymi z oliwą z oliwek/7/ (200g) |
| 21.08.2026<br>PIĄTEK   | Płatki owsiane na ml/1,7/ <b>G</b> (350g)<br>Bułka paryska/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/ (15g)<br>Szynkowa drobiowa (60g)<br>Miód (1szt); Pomidor (150g)<br>Herbata <b>G</b> (250g)                       | Zupa szpinakowa /1,7,9/ <b>G</b> (350g)<br>Pulpet rybny w sosie pomidorowym /1,3,4/ <i>Morszczuk</i> <b>G</b> (80g/100g)<br>Ziemniaki <b>G</b> (200g)<br>Mieszanka królewska <b>G</b> (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g) | Ryż z jabłkami i cynamonem <b>D</b> (200g)<br>Jogurt naturalny/7/(1szt)<br>Kawa mleczna/7/ <b>G</b> (250g)                                         | Bułka paryska/1/(50g)<br>Pasta z marchewki/<br>cukini/1/(1szt)<br>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 „Żywnie dla zdrowia”.**