



**Jadłospis dekadowy od 01.09.2026 do 10.09.2026 r.\_**  
**D04 – DIETA WEGAŃSKA**

| <b>Data</b>            | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                         | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                 | <b>Kolacja nocna</b>                                                            |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 01.09.2026<br>WTOREK   | Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Plastry vegetariańskie/1,6/(60g)<br>Dżem (1szt)<br>Papryka (150g)<br>Herbata <b>G</b> (250g) | Zupa ogórkowa z ryżem/1,9/ <b>G</b> (350g)<br>Kotlet mielony z tofu/1,6/ <b>S</b> (80g)<br>Ziemniaki <b>G</b> (200g)<br>Surówka meksykańska (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g)                                                           | Chleb pełnoziarnisty 1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Tofu w plastrach/6/(60g)<br>Pomidor (150g)<br>Herbata <b>G</b> (250g)                                             | Chleb pszenno-żytni/1/(50g)<br>Paszтет sojowy/6/(1/2szt 50g)<br>Mix sałat (10g) |
| 02.09.2026<br>ŚRODA    | Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Pasta z marchewki/1/(90g)<br>Dżem (1szt)<br>Pomidor (150g)<br>Herbata <b>G</b> (250g)        | Zupa pomidorowa z ryżem/9/ <b>G</b> (350g)<br>Kotlety sojowe/1,6/ <b>G,S</b> (100g)<br>Ziemniaki <b>G</b> (200g)<br>Sałatka z ogórka kiszzonego, cebuli i papryki<br>/10/(100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g)                              | Chleb pełnoziarnisty 1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Plastry vegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt)<br>Sałata karbowana (10g); Jabłko (160g)<br>Herbata <b>G</b> (250g)  | Sok wielowarzywny (1szt)                                                        |
| 03.09.2026<br>CZWARTEK | Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Pasta hummus/11/(1szt)<br>Dżem (1szt)<br>Ogórek świeży (150g)<br>Herbata <b>G</b> (250g)     | Zupa brokułowa/1,9/ <b>G</b> (350g)<br>Tofu z patelni z pieczarkami, papryką czerwoną i cebulą<br>/1,6/ <b>S,D</b> (150g)<br>Ziemniaki <b>G</b> (200g)<br>Surówka z selera z jabłkiem i rodzynkami/9/ (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g) | Chleb pełnoziarnisty/1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Plastry vegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt)<br>Pomidor (150g)<br>Herbata <b>G</b> (250g)                         | Napój owsiany naturalny/1/(1szt)                                                |
| 04.09.2026<br>PIĄTEK   | Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Paszтет sojowy/6/(1/2szt 55g)<br>Papryka czerwona (100g)<br>Herbata <b>G</b> (250g)          | Zupa koperkowa/1,9/ <b>G</b> / 350g<br>Jarskie gołąbki/1/ <b>G</b> (1szt)<br>Ziemniaki <b>G</b> (200g)<br>Sos pomidorowo-jarzynowy/1,9/ <b>G</b> (150g)<br>Surówka z selera, marchwi i jabłka/9/(100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g)       | Chleb pełnoziarnisty/1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Plastry vegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt)<br>Sałata rzymska (10g);Pomarańcza (200g)<br>Herbata <b>G</b> (250g) | Sok owocowy (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 01.09.2026 do 10.09.2026 r. D04 – DIETA WEGAŃSKA

|                            |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                    |                                                                              |
|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 05.09.2026<br>SOBOTA       | Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Paszтет sojowy/6/(1/2szt 55g)<br>Sałata rzymska (10g)<br>Pomarańcza (200g)<br>Herbata <b>G</b> (250g) | Zupa Solferino/1,9/ <b>G</b> / 350g<br>Gulasz warzywny z tofu/1,6/ <b>D</b> (250g)<br>Kasza jęczmienna/1/ <b>G</b> (200g)<br>Fasolka szparagowa <b>G</b> (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g)                                 | Chleb pełnoziarnisty/1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Kiełbaski wegetariańskie/1,6/ <b>P</b> (2szt-90g)<br>Musztarda/10/(1szt)<br>Pomidor (150g)<br>Herbata <b>G</b> (250g) | Sok pomidorowy (1szt)                                                        |
| 06.09.2026<br>NIEDZIELA    | Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Pasta meksykańska/6,9,10/ (1szt)<br>Dżem (1szt)<br>Ogórek świeży (150g)<br>Herbata <b>G</b> (250g)    | Zupa z soczewicy/1,9/ <b>G</b> (350g)<br>Kopytka w sosie pieczarkowym/1/ <b>G,S</b> (300g)<br>Sałata z sosem winegret/10/(100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g)                                                                 | Chleb pełnoziarnisty /1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Plastry wegetariańskie/1,6/(60g)<br>Papryka czerwona (150g)<br>Herbata <b>G</b> (250g)                               | Napój owsiany czekoladowy/1/(1szt)                                           |
| 07.09.2026<br>PONIEDZIAŁEK | Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Pasta hummus/11/(1/2szt 55g)<br>Dżem (1szt)<br>Pomidor (150g)<br>Herbata owocowa <b>G</b> (250g)      | Zupa koperkowa/1,9/ <b>G</b> (350g)<br>Bigos wegetariański z ciecierzycą i suszonymi pomidorami <b>S,D</b> (250g)<br>Ziemniaki <b>G</b> (200g)<br>Mandarynki (70g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g)                              | Chleb pełnoziarnisty/1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Pasta z marchewki/1/ (1szt)<br>Ogórki kiszane (150g)<br>Herbata <b>G</b> (250g)                                       | Mix sałat z ciecierzycą, tofu , ogórkiem konserwowym z oliwą z oliwek (200g) |
| 08.09.2026<br>WTOREK       | Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Plastry wegetariańskie/1,6/(60g)<br>Ogórek świeży (150g)<br>Herbata <b>G</b> (250g)                   | Krupnik z kaszą jęczmienną/1,9/ <b>G</b> (350g)<br>Potrawka z fasolki czerwonej, kukurdy, groszku, papryki i passaty pomidorowej <b>D</b> (250g)<br>Ziemniaki <b>G</b> (200g)<br>Gruszka (200g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g) | Chleb pełnoziarnisty/1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Pasta z marchewki/1/ (1szt)<br>Pomidor (150g)<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 „Żywnie dla zdrowia”.**



**Jadłospis dekadowy od 01.09.2026 do 10.09.2026 r.\_**  
**D04 – DIETA WEGAŃSKA**

|                        |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                   |                                                                                   |
|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 09.09.2026<br>ŚRODA    | Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Plastry wegetariańskie/1,6/(60g)<br>Papryka czerwona (150g)<br>Herbata <b>G</b> (250g)  | Zupa kalafiorowa/1,9/ <b>G</b> (350g)<br>Gulasz po węgiersku z fasolą białą <b>S,D</b> (250g)<br>Kasza gryczana <b>G</b> (200g)<br>Surówka z kapusty i ogórka świeżego (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g)                  | Chleb pełnoziarnisty/1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Pasta meksykańska/6,9,10/(1szt)<br>Ogórki kiszone (150g)<br>Herbata <b>G</b> (250g)  | Napój owsiany waniliowy/1/(1szt)                                                  |
| 10.09.2026<br>CZWARTEK | Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Paszтет sojowy/6/(1szt)<br>Dżem (1szt); Ogórek świeży (150g)<br>Herbata <b>G</b> (250g) | Kapuśniak z młodej kapusty/1,9/ <b>G</b> (350g)<br>Kotlety sojowe w sosie z suszonymi pomidorami/1,6/ <b>G</b> (100g/120g)<br>Ziemniaki <b>G</b> (200g)<br>Sałatka z buraczków <b>G</b> (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy <b>G</b> (250g) | Chleb pełnoziarnisty 1/(100g)<br>Margaryna roślinna (15g)<br>Paprykarz z soczewicą/9/ <b>G</b> (100g)<br>Jabłko (160g)<br>Herbata <b>G</b> (250g) | Chleb pszenno-żytni/1/(50g)<br>Pasta z marchewki/1/(1/2szt 45g)<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”.**