



Jadłospis dekadowy od 01.09.2026 do 10.09.2026 r.
MODYFIKACJA DIET – WEGETARIAŃSKA (D01/WE)

<i>Data</i>	<i>Śniadanie</i>	<i>Obiad</i>	<i>Kolacja</i>	<i>Kolacja nocna</i>
01.09.2026 WTOREK	Kasza manna na mleku/1,7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Plastry vegetariańskie/1,6/(60g) Serek twarogowy tartare/7/(1szt) Papryka (150g) Herbata G (250g)	Zupa ogórkowa z ryżem/1,9/ G (350g) Kotlet mielony z tofu/1,6/ S (80g) Ziemniaki G (200g) Surówka meksykańska (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/ G (2szt); Majonez/3/(1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Serek topiony lactima/7/(2szt) Mix sałat (10g)
02.09.2026 ŚRODA	Ryż na mleku/7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta z marchewki/1/(90g) Dżem (1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Zupa pomidorowa z makaronem/1,3,7,9/ G (350g) Ryba z pieca/1,4/ P Miruna (100g) Ziemniaki G (200g) Sałatka z ogórka kiszzonego, cebuli i papryki /10/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne /7/(15g) Ser żółty/7/(60g); Miód (1szt) Sałata karbowana (10g); Jabłko (160g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Sok wielowarzywny (1szt)
03.09.2026 CZWARTEK	Płatki owsiane na mleku/1,7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta hummus/11/(1szt) Serek twarogowy haga/7/(1szt) Ogórek świeży (150g) Herbata G (250g)	Zupa brokułowa/1,9/ G (350g) Tofu z patelni z pieczarkami, papryką czerwoną i cebulą /1,6/ S,D (150g) Ziemniaki G (200g) Surówka z selera z jabłkiem i rodzynkami/7,9/ (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Plastry vegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Maślanka/7/(1szt)
04.09.2026 PIĄTEK	Kasza jaglana na ml/7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/ G (2szt); Majonez/3/(1szt) Papryka czerwona (100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Zupa koperkowa/1,7,9/ G / 350g Jarskie gołąbki/1/ G (1szt) Ziemniaki G (200g) Sos pomidorowo-jarzynowy/1,9/ G (150g) Surówka z selera, marchwi i jabłka/7,9/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/(60g); Miód (1szt) Sałata rzymska (10g); Pomarańcza (200g) 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 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 01.09.2026 do 10.09.2026 r. **MODYFIKACJA DIET – WEGETARIAŃSKA (D01/WE)**

05.09.2026 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Twarożek buraczany/7/(100g) Sałata rzymska (10g) Pomarańcza (200g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Zupa Solferino/1,7,9/ G / 350g Gulasz warzywny z tofu/1,6/ D (250g) Kasza jęczmienna/1/ G (200g) Fasolka szparagowa G (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Kiełbaski wegetariańskie/1,6/ P (2szt-90g) Musztarda/10/(1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Sok pomidorowy (1szt)
06.09.2026 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta meksykańska/6,9,10/ (1szt) Dżem (1szt) Ogórek świeży (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Zupa z soczewicy/1,9/ G (350g) Kopytka w sosie pieczarkowym/1,3,7/ G,S (300g) Ziemniaki G (200g) Sałata ze śmietaną/7/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty /1/(100g) Masło naturalne /7/(15g) Jajko/3/ G (2szt) Papryka czerwona (150g) Herbata G (250g)	Jogurt naturalny/7/ (1szt)
07.09.2026 PONIEDZIAŁEK	Kasza kukur. na ml/7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Ser żółty/7/(60g); Miód (1szt) Pomidor (150g) Herbata owocowa G (250g)	Zupa koperkowa/1,7,9/ G (350g) Bigos wegetariański z ciecierzycą i suszonymi pomidorami S,D (250g) Ziemniaki G (200g) Mandarynki (70g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Paszтет sojowy/6/ (1szt) Serek twarogowy haga/7/(1szt) Ogórki kiszane (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Mix sałat z cieciorą, serem typu mozzarella, ogórkiem konserwowym w sosie majonezowym /3,7/ (200g)
08.09.2026 WTOREK	Kasza manna na ml/1,7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Jaja/3/ G (2szt); Majonez/3/(1szt) Ogórek świeży (150g) Herbata G (250g)	Krupnik z kaszą jęczmienną/1,9/ G (350g) Śledź po łowicku/3,4,7/ G <i>Śledź atlantycki</i> (100g/120g) Ziemniaki G (200g) Gruszka (200g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Pasta z marchewki/1/ (1szt) Serek topiony lactima/7/(1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (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 01.09.2026 do 10.09.2026 r.
MODYFIKACJA DIET – WEGETARIAŃSKA (D01/WE)

09.09.2026 ŚRODA	Płatki ryżowe na ml/1,7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser mozzarella/7/(30g); Miód (1szt) Papryka czerwona (150g) Herbata G (250g)	Zupa kalafiorowa/1,7,9/ G (350g) Gulasz po węgiersku z fasolą białą S,D (250g) Kasza gryczana G (200g) Surówka z kapusty i ogórka świeżego (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Pasta meksykańska/6,9,10/(1szt) Serek twarogowy haga/7/ (1szt) Ogórki kiszone (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Serek grani /7/(1szt)
10.09.2026 CZWARTEK	Zacierka na ml/1,3,7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Paszтет sojowy/6/(1szt) Miód (1szt); Ogórek świeży (150g) Herbata G (250g)	Kapuśniak z młodej kapusty/1,9/ G (350g) Kotlety sojowe w sosie z suszonymi pomidorami/1,6/ G (100g/120g) Ziemniaki G (200g) Sałatka z buraczków G (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty 1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Paprykarz/4,9/ <i>Makrela wędzona</i> G (100g) Jabłko (160g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Serek twarogowy tartare/7/(2szt) 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 „Żywnienie dla zdrowia”.