

Jadłospis dekadowy od 13.07.2026 do 22.07.2026 r.
(P04) DIETA WEGAŃSKA, DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

<i>Data</i>	<i>Śniadanie</i>	<i>Obiad</i>	<i>Podwieczorek</i>	<i>Kolacja</i>	<i>Kolacja nocna</i>
13.07.2026 PONIEDZIAŁEK	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Pasta hummus/11/(1szt) Dżem (1szt); Pomidor (150g) Herbata owocowa G (250g)	Zupa koperkowa/1,9/ G (350g) Leczo z ciecierzycą S,D (250g) Ryż brązowy G (200g) Brzoskwinia (90g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Mus owocowo-warzywny (1szt)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Plastry wegetariańskie/1,6/(60g) Pasta hummus/11/(20g) Papryka czerwona (150g) Herbata G (250g)	Jogurt wegański/6/(1szt)
14.07.2026 WTOREK	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Plastry wegetariańskie/1,6/(60g) Paszтет sojowy/6/(1/2szt) Ogórek kiszony (100g) Herbata G (250g)	Zupa z soczewicy/1,9/ G (350g) Gulasz z tofu wędzonego, pieczarek, papryki kolorowej, cebuli i kukurydzy/1,6/ G (250g) Ziemniaki G (200g) Surówka z marchwi i pora (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Napój owsiany/1/(1szt) Gorzka czekolada/6/(20g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Twarożek z tofu z suszonymi pomidorami i koperkiem/6/(100g) Sałata karbowana (10g) Nektarynka (120g) Herbata G (250g)	Sok pomidorowy (1szt)
15.07.2026 ŚRODA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Plastry wegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt) Papryka czerwona (150g) Herbata G (250g)	Rosół z ryżem/1,9/ G (350g) Kotlet z soczewicy/1/ S (90g) Ziemniaki G (200g) Surówka z kapusty białej, ogórka i zieleniny (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Sok owocowy (1szt)	Ryż z jabłkami i cynamonem G (200g) Jogurt wegański kokosowy (1szt) Brzoskwinia (100g) Herbata G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Pasta hummus/11/(1szt) 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”.



Jadłospis dekadowy od 13.07.2026 do 22.07.2026 r. (P04) DIETA WEGAŃSKA, DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

16.07.2026 CZWARTEK	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Paszтет sojowy/6/(1szt) Ogórek świeży (150g) Herbata G (250g)	Zupa ziemniaczana z bobem, marchewką i groszkiem/1,9/G/350g Tofu wędzone w plastrach z papryką, pieczarkami i cebulą z pieca z oliwą z oliwek/1,6/ P (250g) Ziemniaki G 200g Surówka z kapusty pekińskiej ze słonecznikiem (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Orzechy włoskie/8/(20g) Mandarynka (1szt)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Plastry wegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt) Sałata rzymska (10g); Pomarańcza (240g) Herbata G (250g)	Mix sałat z fasolką białą, uprażonym słonecznikiem, pomidorkami koktajlowymi z oliwą z oliwek/7/(100g)
17.07.2026 PIĄTEK	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Pasta z fasoli białej ze szczypiorkiem (100g) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Zupa ogórkowa z ryżem/1,9/ G (350g) Kotlety sojowe/1,6/ G,S (120g-4szt) Ziemniaki G (200g) Sałatka z ogórka kiszzonego, cebuli i papryki/10/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Mus jabłkowy (1szt)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Tofu w plastrach/6/(60g) Dżem (1szt) Ogórek świeży (150g) Herbata G (250g)	Napój owsiany/1/(1szt)
18.07.2026 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Pasta hummus/11/(60g) Dżem (1szt) Sałata rzymska (10g) Nektarynka (100g) Herbata G (250g)	Zupa jarzynowa /1,9/ G (350g) Klopsiki warzywno-strączkowe w sosie pomidorowym/1,6/ P (80g/120g) Kasza jęczmień/1/ G (200g) Surówka z marchewki, selera i jabłka z oliwą/9/ (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Jogurt kokosowy (1szt) Granola orzechami, owocami suszonymi i cynamonem/8/(30g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Plastry wegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt) Papryka czerwona (150g) Herbata G (250g)	Sok wielowarzywny (1szt)
19.07.2026 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Twarożek z tofu z koperkiem/6/ (100g) Dżem (1szt); Sałata masłowa (10g) Nektarynka (160g) Herbata G (250g)	Krupnik z kaszą jęczmienną/1,9/ G (350g) Faszerowana papryka/1,3/ P (300g) Ziemniaki G (200g) Fasolka szparagowa/G/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Maliny (100g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Twarożek ze słonecznika (100g) Ogórek kiszony (150g) Herbata G (250g)	Mus jabłkowy (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 13.07.2026 do 22.07.2026 r.
(P04) DIETA WEGAŃSKA, DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

20.07.2026 PONIEDZIAŁEK	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Plastry vegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt) Pomidor (150g) Herbata owocowa G (250g)	Zupa z soczewicy z pomidorami/1,9/ G (350g) Kotlety sojowe w sosie szpinakowym/1,6/ G (80/120g) Kasza bulgur/1/ G (200g) Surówka z marchewki z olejem (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Ryż z jabłkami, cynamonem G (200g) Jogurt sojowy/6/(1szt)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Tofu po grecku/6,9/Miruna/ D/200g Herbata G (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(50g) Pasta hummus/11/(20g) Sałata karbowana (10g) Brzoskwinia (100g)
21.07.2026 WTOREK	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Plastry vegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt) Ogórek świeży (150g) Herbata G (250g)	Zupa kalafiorowa z koperkiem/1,9/G (350g) Kotlet ryżowy/1/ S (80g) Ziemniaki G (200g) Sałatka z buraczków G (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Koktajl malinowo- owsiany bez cukru/1/(1szt)	Kasza jagłana na słodko z tofu/6/ G (200g) Herbata G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Paszтет sojowy/6/(1szt) Mix sałat (10g)
22.07.2026 ŚRODA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Tofu w plastrach/6/(60g) Pasta meksykańska/6,9,10/(20g) Papryka czerwona (150g) Herbata G (250g)	Zupa po kaszubsku/1,9/ G (350g) Dynia z cieciorą z pieca P (250g) Ziemniaki G (200g) Sałata z sosem winegret/10/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Sok owocowy (1szt)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Kiełbaski vegetariańskie/1,6/ P (90g - 2szt) Musztarda/10/(1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Mus jabłkowy (1szt)

Oliwia
Sobucka

Podpis cyfrowy: Oliwia Sobucka
DN: DC=LOCAL, DC=SZPITAL, OU=
Organizacja, OU=Dekerta, OU=Działy,
OU=Dział Żywnienia - 334, CN=Oliwia
Sobucka
Powód: Jestem autorem tego dokumentu
Lokalizacja:
Data: 2026.10.08 15:02:27+02'00'
WSzW w Gorzowie Wlkp. Wersja: 2025.2.0

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”.