



**Jadłospis dekadowy od 23.07.2026 do 01.08.2026 r.
(P04), DIETA WEGAŃSKA, DLA DZIECI I MŁODZIEŻY**

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja nocna
23.07.2026 CZWARTEK	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Pasta hummus/11/(1szt) Dżem (1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Zupa ogórkowa/1,9/ G (350g) Gulasz z tofu z sosem sojowym, koncentratem i warzywami/1,6/ D (250g) Kasza gryczana G (200g) Surówka z kapusty czerwonej i marchewki/10/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo- truskawkowy G (250g)	Mus jabłkowy (1szt)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów (100g) Ogórek kiszony (150g) Herbata G (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(50g) Margaryna (10g) Plastry roślinne/1,6/(60g) Rozszponka (10g)
24.07.2026 PIĄTEK	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Plastry wegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt) Papryka czerwona (150g) Herbata G (250g)	Żurek/1,9/ G (350g) Kotlety siekane z tofu z pieczarkami/1,6/ S (100g) Sos pomidorowo-jarzynowy/1,9/G (150g) Ziemniaki G (200g) Surówka z selera i jabłka/9/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo- truskawkowy G (250g)	Granola orzechowa/1,8/(40g) Jogurt roślinny (150g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Pasta z zielonego groszku z uprażonym słonecznikiem (100g) Sałata rzymska (10g) Nektarynka (120g) Herbata G (250g)	Mix sałat z ciecierzycą i warzywami/1/100g
25.07.2026 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Plastry wegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt) Ogórek świeży (150g) Herbata G (250g)	Zupa koperkowa/1,9/ G (350g) Kotlety sojowe a la schabowe/1,6/ S (120g) Ziemniaki G (200g) Brukselka G (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo- truskawkowy G (250g)	Sok owocowy (1szt)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Plastry wegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(50g) Pasta z cukinii/1/(90g)

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

LEGENDA: D – duszone S - smażone G – gotowane **UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!**

UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się na stronie internetowej w zakładce „Żywność dla zdrowia”.



**Jadłospis dekadowy od 23.07.2026 do 01.08.2026 r.
(P04), DIETA WEGAŃSKA, DLA DZIECI I MŁODZIEŻY**

26.07.2026 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Pasta z marchewki/1/ (90g) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Zupa z soczewicy/1,9/ G (350g) Tofu wędzone z papryką, pieczarkami i cebulą z pieca/1,6/ P (250g) Kasza jęczmienna/1/ G (200g) Sałata z sosem winegret/10/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo- truskawkowy G (250g)	Koktajl malinowo- owsiany bez cukru/1/ 200g	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Kiełbaski wegetariańskie/1,6/ G (90g- 2szt) Musztarda/10/(1szt) Papryka czerwona (150g) Herbata G (250g)	Sok pomidorowy (1szt)
27.07.2026 PONIEDZIAŁEK	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Plastry wegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt) Pomidor (150g) Herbata owocowa G (250g)	Zupa szpinakowa/1,9/ G (350g) Pieczona cieciora z warzywami P (300g) Ziemniaki G (200g) Sałatka z ogórka kiszzonego, cebuli i papryki/10/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo- truskawkowy G (250g)	Brzoskwinia (1szt)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Leczo wegetariańskie S,D (200g) Brzoskwinia (90g) Herbata G (250g)	Sok owocowy (1szt)
28.07.2026 WTOREK	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Pasta hummus/11/(1szt) Papryka czerwona (150g) Herbata G (250g)	Kapuśniak ze świeżej kapusty/1,9/ G (350g) Klopsiki warzywno-strączkowe w sosie pomidorowym/1,6/ P (250g) Ziemniaki G (200g) Sałata z cukinią, pomidorem, sosem winegret/ 10/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo- truskawkowy G (250g)	Mus jabłkowy (1szt)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Plastry wegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Napój owsiany/1/(1szt)
29.07.2026 ŚRODA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Plastry wegetariańskie/1,6/(60g) Sałata (10g) jabłko (160g) Herbata G (250g)	Krupnik z kasza bulgur/1,9/ G (350g) Tofu wędzone z jabłkiem i cebulą/1,6/ D,S (250g) Ziemniaki G (200g) Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo- truskawkowy G (250g)	Orzechy włoskie/8/(20g) Mandarynki (70g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Pasta hummus/11/(1szt) Ogórek kiszony (100g) Herbata G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Margaryna roślinna (10g) Plastry wegetariańskie (60g) Pomidor (150g)

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

LEGENDA: **D** – duszone **S** - smażone **G** – gotowane **UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!**

UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się na stronie internetowej w zakładce „Żywność dla zdrowia”.



**Jadłospis dekadowy od 23.07.2026 do 01.08.2026 r.
(P04), DIETA WEGAŃSKA, DLA DZIECI I MŁODZIEŻY**

30.07.2026 CZWARTEK	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Pasta hummus pomidorowa/11/(30g) Plastry wegetariańskie/1,6/ (60g) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Zupa kalafiorowa/1,9/ G (350g) Spaghetti z fasolą czerwoną S,D (250g) Ryż biały G (200g) Nektarynka (120g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Ryż z jabłkami i cynamonem G,D (200g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Pasta meksykańska/6,9,10/(1szt) Papryka czerwona (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Sok owocowy (1szt)
31.07.2026 PIĄTEK	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Plastry wegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt) Ogórek świeży (150g) Herbata G (250g)	Zupa poroes/1,9/ G (350g) Nuggetsy roślinne/1/P (80g) Ziemniaki G (200g) Sałata z sosem winegret/10/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Bułka razowa z pastą z awokado, czosnku i soku z cytryny/1/ (1szt)	Mix sałat z ciecierzycą i pomidorkami (200g) Jabłko (160g) Herbata G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Pasta hummus/11/(1szt) Pomidor (150g)
01.08.2026 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Pasta z cukinii/1/(90g) Sałata rzymska (10g) Jabłko (160g) Herbata G (250g)	Zupa fasolowa/1,9/ G (350g) Klopsiki warzywno-strączkowe w sosie chrzanowym/1/D (250g) Kasza jęczmienna/1/ G (200g) Buraczki z cebulką i ogórkiem kiszonym G (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Mix sałat z ciecierzycą, tofu i pomidorkami/6/ (200g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Kiełbaski wegetariańskie/1,6/ G (90g-2szt) Musztarda/10/(1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Napój owsiany/1/(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: 2026.10.05 11:09:47+02'00'
WSzW w Gorzowie Wlkp. Wersja:
2025.2.0

LISTA ALERGENÓW: / 1/ - gluten / 2/ - skorupiaki / 3/ - jajka / 4/ - ryby / 5/ - orzeszki ziemne / 6/ - soja
/ 7/ - mleko i produkty pochodne(łącznie z laktazą) / 8/ - orzechy / 9/ - seler / 10/ - gorczyca / 11/ - nasiona sezamu / 12/ - siarczany / 13/ - łubin / 14/ - mięczaki

LEGENDA: D – duszone S - smażone G – gotowane **UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!**

UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się na stronie internetowej w zakładce „Żywnienie dla zdrowia”.