



Jadłospis dekadowy od 01.10.2026 do 10.10.2026 r. (D04), DIETA WEGAŃSKA, DLA DOROSŁYCH

Data	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Kolacja nocna
01.10.2026 CZWARTEK	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Plastry vegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami/1,9/ S,G (350g) Cieciora w sosie pietruszkowym ze szpinakiem i suszonymi pomidorami D (250g) Ziemniaki G (200g) Fasolka szparagowa G (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Paszтет sojowy/6/(1szt) Ogórek kiszony (150g) Herbata G (250g)	Sok pomidorowy (1szt)
02.10.2026 PIĄTEK	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Tofu w plastrach/6/(60g) Dżem (1szt) Ogórek świeży (150g) Herbata G (250g)	Krupnik/1,9/ G (350g) Nuggetsy z kalafiora/1/ P (150g) Ziemniaki G (200g) Surówka wielowarzywna/9,10/ (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Twarożek buraczany z tofu/6/(100g) Sałata rzymska (10g); Jabłko (160g) Herbata G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Margaryna roślinna (10g) Plastry vegetariańskie/1,6/(60g) Pomidor (150g)
03.10.2026 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Pasta hummus/11/(1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Zupa brokułowa/1,9/ G (350g) Potrawka z fasoli czerwonej, groszku zielonego, kukurydzy, marchewki i brokuła/1/ D (250g) Kasza bulgur/1/ G (200g) Surówka z selera i jabłka/9/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Plastry vegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt) Papryka czerwona (150g) Herbata G (250g)	Mus jabłkowy (1szt)
04.10.2026 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Paszтет sojowy/6/(1szt) Ogórek świeży (150g) Herbata G (250g)	Zupa wiejska/1,9/ G 350g Tofu z warzywami z pieca/1,6/ P (150g) Ziemniaki G (200g) Brukselka G (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Kiełbaski vegetariańskie/1,6/ P (2szt-90g) Musztarda/10/(1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Napój owsiany/1/(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 01.10.2026 do 10.10.2026 r. (D04), DIETA WEGAŃSKA, DLA DOROSŁYCH

05.10.2026 PONIEDZIAŁEK	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Pasta meksykańska/6,9,10/(1szt) Pomidor (150g) Herbata owocowa G (250g)	Zupa grochowa/1,9/G/ 350g Tofu z warzywami/1,6/S,D (250g) Ziemniaki G (200g) Surówka z kapusty kiszanej i marchewki (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Pasta hummus/11/(1szt) Sałata masłowa (10g); Jabłko (160g) Herbata G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Margaryna roślinna (10g) Plastry wegetariańskie/1,6/(60g) Pomidor (150g)
06.10.2026 WTOREK	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Tofu w plasterach/6/(60g) Dżem (1szt) Papryka czerwona (150g) Herbata G (250g)	Żurek/1,9/ G (350g) Gołąbki jarskie/1/G (1szt) Sos pomidorowo-jarzynowy/1,9/G (150g) Ziemniaki G (200g) Surówka z marchewki i selera/7,9/ (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Paszтет sojowy/6/(1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Sok wielowarzywny(1szt)
07.10.2026 ŚRODA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Plastry wegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt) Ogórek świeży (150g) Herbata G (250g)	Zupa kalafiorowa/1,9/S,G/ 350g Wegetariański sos spaghetti z mielonym tofu/1/ D,S (250g) Ryż biały G (200g) Kiwi (1szt) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Paszтет sojowy/6/(1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Mix sałat z oliwkami, fasolką czerwoną i suszonymi pomidorami/3,7/ (200g)
08.10.2026 CZWARTEK	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Twarożek z tofu z suszonymi pomidorami i koprem/7/(100g) Ogórek kiszony (150g) Herbata G (250g)	Krupnik/1,9/ G (350g) Tofu z cebulą i jabłkiem z patelni/1,6/S,D (150g) Ziemniaki G (200g) Sałata z sosem winegret/10/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pełnoziarnisty/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Leczo z ciecierzycą D,S (200g) Jabłko (160g) Herbata G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Pasta hummus/11/(20g) Mix sałat (10g) Jabłko (160g)

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 „Żywnienie dla zdrowia”.

Jadłospis dekadowy od 01.10.2026 do 10.10.2026 r. (D04), DIETA WEGAŃSKA, DLA DOROSŁYCH

09.10.2026 PIĄTEK	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Plastry vegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt) Papryka czerwona (150g) Herbata G (250g)	Barszcz ukraiński/1,9/ G (350g) Kotlety sojowe/1,6/ S (120g) Ziemniaki G (200g) Surówka z selera, jabłka i marchwi/9/(100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Paszтет sojowy/6/(1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Margaryna roślinna (10g) Twarożek sojowy buraczany/6/(100g) Sałata rzymska (10g) Mandarynki (1szt)
10.10.2026 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Plastry vegetariańskie/1,6/(60g) Dżem (1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Zupa fasolowa/1,9/ G (350g) Kopytka w sosie pieczarkowym/1/ G,S (300g) Kasza jęczmienna/1/ G (200g) Sałatka z buraczków G (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Margaryna roślinna (15g) Pasta meksykańska/6,9,10/(1szt) Ogórek świeży (150g) Herbata G (250g)	Sok owocowy(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: 2026.09.30 14:12:49+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 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 „Żywnienie dla zdrowia”.