Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-24 do dnia 2026-09-06 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	2. kolacja	SUMA
2026-08-24 poniedziałek	MCTiPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (***MLEKO***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	POMARAŃCZA (150g) 1 szt	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) WIEPRZOWINA PO WĘGIERSKU DUSZONA (pokrojona w kostę) (łopatka wp., papryka konserwowa, cebula, mąka, koncentrat pomidorowy) 120 g (***GLUTEN***) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA b/cukru (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA ZIELONOGÓRSKA (szynka wp. parzona) 50 g (***SOJA, MLEKO, SELER***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	**Energia [kcal] 1 970,1** **Białko ogółem [g] 74,5** **Tłuszcz [g] 55,5** **Węglowodany ogółem [g] 309** **Sód [mg] 2 272,3** **Błonnik pokarmowy [g] 44** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,4** **suma cukrów prostych [g] 22,1**
	MCTiPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana)I 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWARÓŻEK (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%) 80 g (***MLEKO***) KIEŁKI 2 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, włoszczyzma, koperek, mąka, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) ŁOPATKA DUSZONA MIĘKKA W SOSIE (łopatka wp., mąka pszenna) 100 g (***GLUTEN***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	**Energia [kcal] 2 089,7** **Białko ogółem [g] 89,5** **Tłuszcz [g] 47,4** **Węglowodany ogółem [g] 335,1** **Sód [mg] 1 695,4** **Błonnik pokarmowy [g] 23,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,8** **suma cukrów prostych [g] 58,9**
2026-08-25 wtorek	MCTiPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA TWAROGOWO - RYBNA (ser biały, tuńczyk, zielona pietruszka) 80 g (***RYBA, MLEKO***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***MLEKO, SELER***) KOTLET MIELONY PIECZONY (łopatka wp., cebula, jajka kl.M, bułka tarta, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z MARCHWI I SELERA DROBNO TARTA b/cukru (marchew, seler, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 60 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 035,8** **Białko ogółem [g] 90,8** **Tłuszcz [g] 69** **Węglowodany ogółem [g] 283,4** **Sód [mg] 3 539,1** **Błonnik pokarmowy [g] 40,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,8** **suma cukrów prostych [g] 28,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-24 do dnia 2026-09-06 KUCHNIA OGÓLNA

2026-08-25 wtorek	MCTiPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANYMI (mleko 2%, płatki owsiane) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PASTA TWAROGOWO - RYBNA (ser biały, tuńczyk, zielona pietruszka) 80 g (***RYBA, MLEKO***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 10 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (marchew, seler, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (***GLUTEN***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt FILET ZAPIEKANY (dr.) 80 g (***JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 945,4** **Białko ogółem [g] 103** **Tłuszcz [g] 47,6** **Węglowodany ogółem [g] 296,5** **Sód [mg] 2 527,5** **Błonnik pokarmowy [g] 25,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,6** **suma cukrów prostych [g] 47,5**
2026-08-26 środa	MCTiPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 80 g (***SOJA, GORCZYCA***) POMIDOR 50 g RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	POMARAŃCZA (150g) 1 szt	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) SZARPANY UDZIEC WOLNO DUSZONY W PIECU PAROWYM (udziec z kurczaka b/k b/skóry, przyprawy) 100 g SOS PIETRUSZKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, zielona pietruszka) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWARÓŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zioła) 50 g (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI B/CUKRU (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 1 879,8** **Białko ogółem [g] 83,6** **Tłuszcz [g] 39** **Węglowodany ogółem [g] 300,1** **Sód [mg] 2 832,8** **Błonnik pokarmowy [g] 41,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,2** **suma cukrów prostych [g] 52,3**
	MCTiPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (***SOJA, GORCZYCA***) MARMOLADA 50 g SZPINAK BABY 2 g RUKOLA 2 g HERBATA (250ml) 1 szt		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (***GLUTEN***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWARÓŻEK Z ZIOŁAMI (ser biały półtłusty, jogurt naturalny 2%, zioła) 50 g (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 2 008,2** **Białko ogółem [g] 84,1** **Tłuszcz [g] 37,7** **Węglowodany ogółem [g] 348,5** **Sód [mg] 2 569,3** **Błonnik pokarmowy [g] 26,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14,1** **suma cukrów prostych [g] 83**
2026-08-27 czwartek	MCTiPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA Z CIECIERZYCY Z SUSZONYMI POMIDORAMI 50 g (***SELER, SO2***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA FASOLOWA Z ZIEMNIAKAMI (fasola Jaś, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,kiełbasa domow,mąka, cebula) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 120 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ Z OGÓRKIEM KISZONYM (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, olej rzepakowy) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 80 g (***SOJA***) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 120** **Białko ogółem [g] 77,6** **Tłuszcz [g] 67,2** **Węglowodany ogółem [g] 302,5** **Sód [mg] 2 760,8** **Błonnik pokarmowy [g] 45,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,6** **suma cukrów prostych [g] 22,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-24 do dnia 2026-09-06 KUCHNIA OGÓLNA

2026-08-27 czwartek	MCTiPZ - dieta latwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (mleko 2%, kasza manna) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZACIERKA NA WYWARZE JARZYNOWYM (marchew, seler, pietruszka, makaron zacierka, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS ZIOŁOWY (wywar warzywny, zioła, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna) 200 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA (dodatek wp., średnio rozdrobniony parzony, wędzony) 50 g (***SOJA***) SZPINAK BABY 2 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 181** **Białko ogółem [g] 80,3** **Tłuszcz [g] 54,8** **Węglowodany ogółem [g] 341,7** **Sód [mg] 2 585,4** **Błonnik pokarmowy [g] 31,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,6** **suma cukrów prostych [g] 64,3**
2026-08-28 piątek	MCTiPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 50 g (***JAJA, GORCZYCA***) SAŁATKA Z OGÓRKA KISZONEGO I PAPRYKI (ogórek kiszony, papryka konserwowa) 100 g (***GORCZYCA***) HERBATA (250ml) 1 szt SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***)	KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM (chleb graham 30g, ser żółty 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, MLEKO, SEZAM***)	ZUPA MINESTRONE (ziemniaki, włoszczyzna, kapusta biała, kalafior, fasolka, brokuł, przecier pomidorowy) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 100 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona, pietruszka, ksylitol) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 175,9** **Białko ogółem [g] 95,8** **Tłuszcz [g] 81,3** **Węglowodany ogółem [g] 279,9** **Sód [mg] 3 430,3** **Błonnik pokarmowy [g] 37,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,5** **suma cukrów prostych [g] 22,8**
	MCTiPZ - dieta latwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) SAŁATA LODOWA Z RUKOLĄ (sałata lodowa, rukola) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 100 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 50 g (***MLEKO***) MARMOLADA 30 g SAŁATA MIX (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio) 20 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 928,1** **Białko ogółem [g] 85,8** **Tłuszcz [g] 45,3** **Węglowodany ogółem [g] 302,6** **Sód [mg] 2 205,4** **Błonnik pokarmowy [g] 22,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18** **suma cukrów prostych [g] 57,1**
2026-08-29 sobota	MCTiPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL B/CUKRU (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI (buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola Jaś, marchew, pietruszka, seler, cebula, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY (łopatka wp., bułka tarta, jajka) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z MUSZTARDĄ (ogórek kiszony, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g (***GORCZYCA***)	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) BIAŁKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SELER, GORCZYCA***) OGÓREK ZIELONY TALARKI OBRANY 50 g SAŁATA LODOWA 10 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM***)	**Energia [kcal] 1 940,9** **Białko ogółem [g] 84,5** **Tłuszcz [g] 57,8** **Węglowodany ogółem [g] 276,5** **Sód [mg] 4 634,4** **Błonnik pokarmowy [g] 30,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,2** **suma cukrów prostych [g] 31,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-24 do dnia 2026-09-06 KUCHNIA OGÓLNA

2026-08-29 sobota	MCTiPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SEREK WIEJSKI GRANULOWANY 50 g (***MLEKO***) POLĘDWICA SOPOCKA (schab wp., wędzona, parzona) 30 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER***) ROSZPONKA 5 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM ZACIERKA (dynia, makaron zacierka, marchew, pietruszka, seler, mleko, mąka pszenna) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 80 g (***GLUTEN***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SELER, GORCZYCA***) SAŁATA LODOWA 10 g JABŁKO PARZONE (120g) 1 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (angielka 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 998,7** **Białko ogółem [g] 88,6** **Tłuszcz [g] 48,8** **Węglowodany ogółem [g] 316,4** **Sód [mg] 2 572** **Błonnik pokarmowy [g] 25,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,1** **suma cukrów prostych [g] 38**
2026-08-30 niedziela	MCTiPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 30 g (***SOJA***) SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt KETCHUP 20 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM***)	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 150 g (***GLUTEN***) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 80 g (***MLEKO***) POMIDOR 50 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 412,7** **Białko ogółem [g] 96,9** **Tłuszcz [g] 96,2** **Węglowodany ogółem [g] 279,6** **Sód [mg] 3 877,6** **Błonnik pokarmowy [g] 35,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,9** **suma cukrów prostych [g] 34,9**
	MCTiPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (***SOJA***) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g KAKAO WEEKEND (mleko 2%, kakao) 200 ml (***MLEKO***) KETCHUP 20 g		ZUPA GRYSIKOWA (marchew, seler, pietruszka, kasza manna, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE W SOSIE (udko z kurczaka, marchew, pietruszka, mąka pszenna, nartka pietruszki) 150 g (***GLUTEN***) MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (***MLEKO***) DŻEM OWOCOWY 25g 1 szt SZPINAK BABY 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 115,9** **Białko ogółem [g] 82,3** **Tłuszcz [g] 56,9** **Węglowodany ogółem [g] 313,5** **Sód [mg] 2 500** **Błonnik pokarmowy [g] 25,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,4** **suma cukrów prostych [g] 77,5**
2026-08-31 poniedziałek	MCTiPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 30 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (***MLEKO***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) SOS BOLOŃSKI Z WARZYWAMI DUSZONY (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, cebula, kon. pomidorowy, mąka pszenna, olej) 150 g (***GLUTEN***) MAKARON PEŁNOZIARNISTY PENNE GOTOWANY 200 g SURÓWKA COLESLAW DROBNO SIEKANA B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g (***JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SAŁATKA ZE STRĄCZKÓW Z OGÓRKIEM (ogórek kisz.,fasola czerwona,groszek zielony,ciecierzyca,ziel. pietruszka,olej rzepakowy) 80 g (***GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KISIEL B/CUKRU (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 2 125,6** **Białko ogółem [g] 97,4** **Tłuszcz [g] 60,2** **Węglowodany ogółem [g] 320,1** **Sód [mg] 2 458,2** **Błonnik pokarmowy [g] 52,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,7** **suma cukrów prostych [g] 34**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-24 do dnia 2026-09-06 KUCHNIA OGÓLNA

2026-08-31 poniedziałek	MCTiPZ - dieta latwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI OWSIANE (mleko 2%, płatki owsiane)I 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 50 g (***MLEKO***) BROKUŁ GOTOWANY Z WODY (brokuł, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka,fasolka szparagowa, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) GULASZ WIEPRZOWY DUSZONY (MIĘSO W KOSTKĘ) (łopatka wp. szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy) 150 g (***GLUTEN, SOJA***) MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY 200 g (***GLUTEN***) MARCHEW GOTOWANA (marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (Wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) MIÓD 25g 1 szt LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	KISIEL (kisiel owocowy, woda) (200ml) 1 Por	**Energia [kcal] 2 138,5** **Białko ogółem [g] 89,9** **Tłuszcz [g] 50,1** **Węglowodany ogółem [g] 346** **Sód [mg] 2 161,5** **Błonnik pokarmowy [g] 25,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,8** **suma cukrów prostych [g] 68,4**
2026-09-01 wtorek	MCTiPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 80 g (***RYBA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) HERBATA (250ml) 1 szt SAŁATA LODOWA 10 g	JABŁKO (120g) 1 szt	ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z MAKARONEM (buraki, marchew, pietruszka, seler, makaron, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA WIELOWARZYWNA (kapusta biała, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, musztarda) 200 g (***SELER, GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 50 g (***MLEKO***) PAPRYKA ŚWIEŻA 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 093,9** **Białko ogółem [g] 84,5** **Tłuszcz [g] 68,8** **Węglowodany ogółem [g] 300,4** **Sód [mg] 2 892,1** **Błonnik pokarmowy [g] 39,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29** **suma cukrów prostych [g] 39,5**
	MCTiPZ - dieta latwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (mleko 2%, płatki ryżowe) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POMIDOROWA PASTA RYBNA Z WARZYWAMI (filet z morszczuka, ryż, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 80 g (***RYBA***) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g SAŁATA LODOWA 10 g		ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, brokuł, marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) PIECZEŃ WIEPRZOWA - PIECZONA (łopatka b/k, jajka kl.M, bułka tarta, przyprawy, olej) 100 g (***GLUTEN, JAJA***) SOS POMIDOROWY (przecier pomidorowy, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) MIX WARZYW GOTOWANYCH (marchew, fasola romano, brokuł, olej rzepakowy) 200 g (***SELER***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 30 g (***GLUTEN, SOJA***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY KRAJANKA 80 g (***MLEKO***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 086,4** **Białko ogółem [g] 90,3** **Tłuszcz [g] 49,3** **Węglowodany ogółem [g] 345,4** **Sód [mg] 1 915,3** **Błonnik pokarmowy [g] 31,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,2** **suma cukrów prostych [g] 55,4**
2026-09-02 środa	MCTiPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) POLĘDWICA GAZDY (schab wp. parzony) 50 g (***SOJA, GORCZYCA***) CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 130 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z MARCHEWKI b/c drobnotarta (marchew, olej rzepakowy, sok z cytryny, ksylitol) 200 g KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 80 g (***MLEKO***) RZODKIEW BIAŁA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ 60 g HERBATA (250ml) 1 szt RUKOLA 2 g	KANAPKA Z WĘDLINĄ DROBIOWĄ (chleb graham 30g, wędlina drobiowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SEZAM***)	**Energia [kcal] 2 275** **Białko ogółem [g] 91,8** **Tłuszcz [g] 83,5** **Węglowodany ogółem [g] 283,5** **Sód [mg] 2 988,9** **Błonnik pokarmowy [g] 44** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,6** **suma cukrów prostych [g] 20,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-24 do dnia 2026-09-06 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-02 środa	MCTiPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUKURYDZIANĄ (mleko 2%, kasza kukurydziana) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt BIANKA PIERŚ GOTOWANA Z INDYKA (gotowana, w osłonce niejadalnej) 80 g (***SELER, GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt SZPINAK BABY 4 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM (marchew, seler, pietruszka, makaron, przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 120 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g WARZYWA GOTOWANE Z WODY (marchewka, seler, pietruszka, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN, SELER***) KOMPOT OWOCOWY (mieszanka owoców) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt TWAROŻEK Z KOPERKIEM (ser biały półtłusty, koperek) 100 g (***MLEKO***) BURAKI GOTOWANE PLASTRY 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	MUS OWOCOWY (100g) 1 szt	**Energia [kcal] 2 206,4** **Białko ogółem [g] 93** **Tłuszcz [g] 58,7** **Węglowodany ogółem [g] 324** **Sód [mg] 2 293,2** **Błonnik pokarmowy [g] 31,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,9** **suma cukrów prostych [g] 55,3**
2026-09-03 czwartek	MCTiPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SER TOPIONY 50g 0,5 szt (***MLEKO***) SAŁATKA ŚRÓDZIEMNOMORSKA (sałata lodowa, rukola, sałata radiccio, oliwki, ogórek zielony, oliwa z oliwek) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	WAFLE RYŻOWE 3SZT. 30 g	ZUPA KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY (ziemniaki,kapusta biała,kiełbasa wp.,marchew,seler,pietruszka,przecier pomidorowy) 400 ml (***GLUTEN, SOJA, SELER***) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 120 g (***GLUTEN, SELER***) RYŻ WIELOZIARNSTY GOTOWANY (ryż brazowy, ryż biały) 200 g SURÓWKA COLESLAW B/CUKRU (kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny, chrzan, ksylitol) 200 g (***JAJA, MLEKO, GORCZYCA, SO2***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (***SOJA***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 g (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 176,8** **Białko ogółem [g] 85,1** **Tłuszcz [g] 84,6** **Węglowodany ogółem [g] 282,3** **Sód [mg] 4 352** **Błonnik pokarmowy [g] 35,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,7** **suma cukrów prostych [g] 22**
	MCTiPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z ZACIERKAMI (mleko 2%, makaron zacierka) 300 ml (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA PIECZONA (wp.) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) MUS JABŁKOWY (jabłka, cukier) 100 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA ZIEMNIACZANA (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) SOS MIĘSNO-WARZYWNY DUSZONY - MIĘSO W KOSTKĘ (łopatka wp., marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna) 150 g (***GLUTEN, SELER***) RYŻ BIAŁY GOTOWANY 200 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA (fasolka szparagowa, olej) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA DĘBOWA (wp.) 50 g (***SOJA***) PIETRUSZKA GOTOWANA PLASTRY (pietruszka, olej rzepakowy) 100 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt	JOGURT OWOCOWY (100g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 089,9** **Białko ogółem [g] 78,9** **Tłuszcz [g] 54,9** **Węglowodany ogółem [g] 334,6** **Sód [mg] 2 655,5** **Błonnik pokarmowy [g] 31** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21** **suma cukrów prostych [g] 64**
2026-09-04 piątek	MCTiPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (jajka, szczypiorek, majonez) 80 g (***JAJA, GORCZYCA***) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (mix sałat, słonecznik) 10 g	ŚLIWKI 3 szt	ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 100 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ B/CUKRU (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, zielona, pietruszka, ksylitol) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (***MLEKO***) POMIDOR 60 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt	CIECIERZYCA Z SŁONECZNIKIEM (ciecierzyca, słonecznik, zielona pietruszka, olej rzepakowy) 100 g	**Energia [kcal] 2 168,1** **Białko ogółem [g] 91,7** **Tłuszcz [g] 75,1** **Węglowodany ogółem [g] 304,2** **Sód [mg] 2 536,6** **Błonnik pokarmowy [g] 51,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,3** **suma cukrów prostych [g] 20,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-24 do dnia 2026-09-06 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-04 piątek	MCTiPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (mleko 2%, płatki jęczmienne) 300 ml (***GLUTEN, MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt POLĘDWICA DROBIOWA Z PIETRUSZKĄ (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 80 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 10 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ (marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna) 400 ml (***GLUTEN, SELER***) FILET Z MORSZCZUKA GOTOWANY (filet z morszczuka, tymianek, sól) 100 g (***RYBA***) SOS KOPERKOWY (wywar warzywny, mąka pszenna, koperek) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g BUKIET WARZYW GOTOWANY (marchew, kalafior, brokuł, olej rzepakowy) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SER BIAŁY PÓŁTŁUSTY 80 g (***MLEKO***) MARCHEW GOTOWANA PLASTRY (marchew, olej rzepakowy) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g KIEŁKI 2 g	KISIEL Z TARTYMI JABŁKAMI DROBNO TARTE (jabłka, kisiel owocowy, woda) 200 ml	**Energia [kcal] 1 956,4** **Białko ogółem [g] 85,4** **Tłuszcz [g] 42,1** **Węglowodany ogółem [g] 332,8** **Sód [mg] 1 869,9** **Błonnik pokarmowy [g] 30,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15,5** **suma cukrów prostych [g] 65,3**
2026-09-05 sobota	MCTiPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	KANAPKA Z WĘDLINĄ WP. (chleb graham 30g, wędlina wieprzowa 30g, masło 10g) 1 Por (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SEZAM***)	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) STEK WP. Z CEBULKĄ PIECZONY (łopatka wp., cebula, mąka pszenna) 100 g (***JAJA***) KASZA PĘCZAK GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ DROBNO TARTA (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, musztarda, olej rzepakowy) 200 g (***GORCZYCA***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SER ŻÓŁTY (podpuszczkowy ser dojrzewający, typ holenderski tłusty) 50 g (***MLEKO***) OGÓREK KISZONY TALARKI 50 g (***GORCZYCA***) LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	KEFIR (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 978,9** **Białko ogółem [g] 82,1** **Tłuszcz [g] 70,3** **Węglowodany ogółem [g] 266,3** **Sód [mg] 3 569,2** **Błonnik pokarmowy [g] 36,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,4** **suma cukrów prostych [g] 19,9**
	MCTiPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (mleko 2%, ryż) 300 ml (***MLEKO***) ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA POLĘDWICOWA DROBIOWA (wędlina dr. parzona z dodatkiem mięsa wp.) 50 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO***) PASTA WARZYWNA (marchew, pietruszka, seler, zielona pietruszka) 50 g (***SELER***) KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g		ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (ziemniaki, kalafior, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, mleko) 400 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER***) FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY W SOSIE (pierś z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 g (***GLUTEN***) KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA 200 g (***GLUTEN***) SZPINAK GOTOWANY (szpinak, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA W SIATCE (wp. parzona, wędzona, w siatce niejadalnej) 50 g (***GLUTEN, SOJA***) KETCHUP 20 g LIŚĆ SAŁATY MASŁOWEJ 0,06 szt HERBATA (250ml) 1 szt	CIASTKA Belvita 50g 1 Por (***GLUTEN, MLEKO***)	**Energia [kcal] 1 933,4** **Białko ogółem [g] 82,5** **Tłuszcz [g] 44,7** **Węglowodany ogółem [g] 307,6** **Sód [mg] 2 944,2** **Błonnik pokarmowy [g] 25,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14,7** **suma cukrów prostych [g] 38,6**
2026-09-06 niedziela	MCTiPZ - dieta z ogr. łatw. przysw. węgl.	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 30 g (***GLUTEN, SOJA***) JAJKO GOTOWANE klasy M (55g) 1 szt (***JAJA***) POMIDOR 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	SOK NFC POMIDOROWY 195ml 1 szt	ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA PIECZONE (udko z kurczaka, olej, przyprawy) 150 g ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g SAŁATKA Z BURACZKA B/CUKRU (burak, jabłko, olej rzepakowy, ksylitol) 200 g KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	CHLEB GRAHAM 100 g (***GLUTEN, SEZAM***) MASŁO EKSTRA 82% TŁUSZCZU 10g=1szt. 1 szt (***MLEKO***) SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) DWA RODZAJE RZODKIEWKI (rzodkiewka, rzodkiew biała) 50 g HERBATA (250ml) 1 szt	SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY 150G 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 067,1** **Białko ogółem [g] 91,1** **Tłuszcz [g] 67,9** **Węglowodany ogółem [g] 264,7** **Sód [mg] 3 311,9** **Błonnik pokarmowy [g] 34,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,9** **suma cukrów prostych [g] 30,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-09-06 niedziela	MCTiPZ - dieta łatwostrawna niskotłuszczowa	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt PŁAT SZYNKOWY (wieprzowy wędzony, parzony) 80 g (***GLUTEN, SOJA***) POMIDOR 50 g GRUSZKA PARZONA Z CYNAMONEM (145g) 1 szt KAWA MLECZNA (mleko 2%, kawa zbożowa)I 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, marchew, pietruszka, seler, por, makaron, zielona pietruszka) 400 ml (***GLUTEN, JAJA, SELER***) UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE (udko z kurczaka, majeranek) 150 g SOS POTRAWKOWY (marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna) 100 ml (***GLUTEN, SELER***) ZIEMNIAKI GOTOWANE Z WODY 200 g BURACZKI GOTOWANE (buraki, mąka pszenna, olej rzepakowy) 200 g (***GLUTEN***) KOMPOT Z JABŁEK (jabłka) 250 ml	ANGIELKA 100 g (***GLUTEN, JAJA***) MARGARYNA SŁONECZNA 81% TŁUSZCZU ROŚLINNEGO 10g 1 szt SZYNKA Z PIERSIĄ INDYCZĄ (z indyka i kurczaka grub rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJA, SELER, GORCZYCA***) SER TWAROGOWY TOPIONY Lactima 17G 1 Por (***MLEKO***) SAŁATA MIX ZE SŁONECZNIKIEM (sałata lodowa, rukola, sałata radicchio, słonecznik) 15 g KIEŁKI 2 g HERBATA (250ml) 1 szt CUKIER 5 g	SEREK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY (150g) 1 szt (***MLEKO***)	**Energia [kcal] 2 231,1** **Białko ogółem [g] 93,8** **Tłuszcz [g] 57,6** **Węglowodany ogółem [g] 330,5** **Sód [mg] 2 932,2** **Błonnik pokarmowy [g] 27,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,7** **suma cukrów prostych [g] 70,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone