

## Uwaga! Zmiana w jadłospisie 15 czerwca 2026r. (poniedziałek)

Z przyczyny braku towaru u dostawcy nastąpiła zmiana w posiłku śniadanie w diecie podstawowej, łatwostrawnej i łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu (D01, D02, C01, P02/1, P02/2, P02/3, D05) w dniu 15.06.2026. Śniadanie składnik – serek naturalny homogenizowany, został zmieniony na serek śmietankowy almette i miód mini.

Dietetyk  
mgr Ewa Gierlicka

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II SN	Obiad	Kolacja	PN	SUMA
15.06.2026	Podstawowa D01	makaron na mleku 350 ml ( <u>pszenica, mleko,</u> ) chalka 100 g ( <u>pszenica, jaja, soja,</u> ) masło śmietankowe 60% 10 g ( <u>mleko,</u> ) serek almette śmietankowy 30 g ( <u>mleko,</u> ) miód 25 g kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien,</u> )	gruszka 150 g	barszcz ukraiński z fasolą białą 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> ) kasztotto miesno-warzywne gotowane 350 g ( <u>mleko,</u> ) surówka z pora 100 g ( <u>jaja, gorczyca,</u> ) kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml	chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto,</u> ) masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> ) parówki 140 g ( <u>soja,</u> ) ogórek świeży 100 g napar z herbaty czarnej z cytryną b/c 200 ml	jogurt naturalny 150 g ( <u>mleko,</u> )	<b>Wartosc energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 449,5 <b>Bialko ogółem [g]</b> 96,9 <b>Tluszcz [g]</b> 88,9 <b>Weglowodany ogółem [g]</b> 312,2 <b>Blonnik pokarmowy [g]</b> 26,6 <b>Kwasy tluszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 66,6 <b>Sód [mg]</b> 1 503,6
	Latwo strawna D02	makaron na mleku 350 ml ( <u>pszenica, mleko,</u> ) chalka 100 g ( <u>pszenica, jaja, soja,</u> ) masło śmietankowe 60% 10 g ( <u>mleko,</u> ) serek almette śmietankowy 30 g ( <u>mleko,</u> ) miód 25 g kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien,</u> )	jabłko 150 g	barszcz ukraiński 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> ) ryż z sosem waniliowym gotowany 350 g ( <u>pszenica, jaja, mleko,</u> ) kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml	chleb pszenny 100 g ( <u>pszenica,</u> ) masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> ) parówki 140 g ( <u>soja,</u> ) pomidor 100 g napar z herbaty czarnej z cytryną b/c 200 ml	jogurt naturalny 150 g ( <u>mleko,</u> )	<b>Wartosc energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 677,5 <b>Bialko ogółem [g]</b> 80,6 <b>Tluszcz [g]</b> 82,6 <b>Weglowodany ogółem [g]</b> 409,7 <b>Blonnik pokarmowy [g]</b> 17,8 <b>Kwasy tluszczowe nasycone ogółem [g]</b> 33 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 116,3 <b>Sód [mg]</b> 1 980,2
	Podstawowa C01	makaron na mleku 350 ml ( <u>pszenica, mleko,</u> ) chalka 100 g ( <u>pszenica, jaja, soja,</u> ) masło śmietankowe 60% 10 g ( <u>mleko,</u> ) serek almette śmietankowy 30 g ( <u>mleko,</u> ) miód 25 g kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>mleko, żyto, jęczmien,</u> )	gruszka 150 g	barszcz ukraiński z fasolą białą 300 g ( <u>pszenica, mleko, seler,</u> ) kasztotto miesno-warzywne gotowane 350 g ( <u>mleko,</u> ) surówka z pora 100 g ( <u>jaja, gorczyca,</u> ) kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml	chleb razowy wiejski 100 g ( <u>pszenica, żyto,</u> ) masło ekstra 82% 10 g ( <u>mleko,</u> ) parówki 140 g ( <u>soja,</u> ) ogórek świeży 100 g napar z herbaty czarnej z cytryną b/c 200 ml	jogurt naturalny 150 g ( <u>mleko,</u> ) kanapka z serem i warzywami 120 g ( <u>pszenica, soja, mleko, jęczmien,</u> )	<b>Wartosc energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 807 <b>Bialko ogółem [g]</b> 112,3 <b>Tluszcz [g]</b> 105,9 <b>Weglowodany ogółem [g]</b> 348,5 <b>Blonnik pokarmowy [g]</b> 27,8 <b>Kwasy tluszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 67,6 <b>Sód [mg]</b> 2 005,8

Latwostrawna P02/1	makaron na mleku 0,5 [Por] x 350 ml ( <b>pszenica, mleko,</b> ) chalka 0,5 [Por] x 100 g ( <b>pszenica, jaja, soja,</b> ) masło smietankowe 60% 0,5 [Por] x 10 g ( <b>mleko,</b> ) serek almette smietankowy 30 g ( <b>mleko,</b> ) miód 25 g kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,5 [Por] x 200 ml ( <b>mleko, zyto, jeczmien,</b> )	jablko 150 g	barszcz ukraiński 0,5 [Por] x 300 g ( <b>pszenica, mleko, seler,</b> ) ryz z sosem waniliowym gotowany 0,5 [Por] x 350 g ( <b>pszenica, jaja, mleko,</b> ) kompot wieloowocowy z cukrem 0,5 [Por] x 200 ml	bulka pszenna 0,5 [Por] x 100 g ( <b>pszenica,</b> ) masło ekstra 82% 0,5 [Por] x 10 g ( <b>mleko,</b> ) parówki 0,5 [Por] x 140 g ( <b>soja,</b> ) pomidor 0,5 [Por] x 100 g napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml	jogurt naturalny 150 g ( <b>mleko,</b> )	Wartosc energetyczna[kcal] [kcal] 1 488,4 Bialko ogółem [g] 44,9 Tluszcz [g] 46,5 Weglowodany ogółem [g] 227,8 Blonnik pokarmowy [g] 10,1 Kwasy tluszczowe nasycone ogółem [g] 17,4 suma cukrów prostych [g] 68,8 Sód [mg] 1 002,8
Latwostrawna P02/2	makaron na mleku 0,7 [Por] x 350 ml ( <b>pszenica, mleko,</b> ) chalka 0,7 [Por] x 100 g ( <b>pszenica, jaja, soja,</b> ) masło smietankowe 60% 0,7 [Por] x 10 g ( <b>mleko,</b> ) serek almette smietankowy 30 g ( <b>mleko,</b> ) miód 25 g kawa zbozowa z mlekiem b/c 0,7 [Por] x 200 ml ( <b>mleko, zyto, jeczmien,</b> )	jablko 150 g	barszcz ukraiński 0,7 [Por] x 300 g ( <b>pszenica, mleko, seler,</b> ) ryz z sosem waniliowym gotowany 0,7 [Por] x 350 g ( <b>pszenica, jaja, mleko,</b> ) kompot wieloowocowy z cukrem 0,7 [Por] x 200 ml	bulka pszenna 0,7 [Por] x 100 g ( <b>pszenica,</b> ) masło ekstra 82% 0,7 [Por] x 10 g ( <b>mleko,</b> ) parówki 140 g ( <b>soja,</b> ) pomidor 0,7 [Por] x 100 g napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml	jogurt naturalny 150 g ( <b>mleko,</b> )	Wartosc energetyczna[kcal] [kcal] 2 064,7 Bialko ogółem [g] 63,4 Tluszcz [g] 70,4 Weglowodany ogółem [g] 301,4 Blonnik pokarmowy [g] 13,1 Kwasy tluszczowe nasycone ogółem [g] 26,8 suma cukrów prostych [g] 88,2 Sód [mg] 1 589,7
Latwostrawna P02/3	makaron na mleku 350 ml ( <b>pszenica, mleko,</b> ) chalka 100 g ( <b>pszenica, jaja, soja,</b> ) masło smietankowe 60% 10 g ( <b>mleko,</b> ) serek almette smietankowy 30 g ( <b>mleko,</b> ) miód 25 g kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <b>mleko, zyto, jeczmien,</b> )	jablko 150 g	barszcz ukraiński 300 g ( <b>pszenica, mleko, seler,</b> ) ryz z sosem waniliowym gotowany 350 g ( <b>pszenica, jaja, mleko,</b> ) kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml	bulka pszenna 100 g ( <b>pszenica,</b> ) masło ekstra 82% 10 g ( <b>mleko,</b> ) parówki 140 g ( <b>soja,</b> ) pomidor 100 g napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml	jogurt naturalny 150 g ( <b>mleko,</b> )	Wartosc energetyczna[kcal] [kcal] 2 660,5 Bialko ogółem [g] 80,2 Tluszcz [g] 83 Weglowodany ogółem [g] 407,4 Blonnik pokarmowy [g] 17,4 Kwasy tluszczowe nasycone ogółem [g] 33 suma cukrów prostych [g] 117,3 Sód [mg] 1 906,2
Latwostrawna z ograniczeniem tluszczu D05	makaron na mleku 350 ml ( <b>pszenica, mleko,</b> ) chalka 100 g ( <b>pszenica, jaja, soja,</b> ) serek almette smietankowy 30 g ( <b>mleko,</b> ) miód 25 g kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml ( <b>mleko, zyto, jeczmien,</b> )	jablko 150 g	barszcz ukraiński 300 g ( <b>pszenica, mleko, seler,</b> ) ryz z sosem waniliowym gotowany 350 g ( <b>pszenica, jaja, mleko,</b> ) kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml	chleb pszenny 100 g ( <b>pszenica,</b> ) parówki 140 g ( <b>soja,</b> ) pomidor 100 g napar z herbaty czarnej z cytryna b/c 200 ml	jogurt naturalny 150 g ( <b>mleko,</b> )	Wartosc energetyczna[kcal] [kcal] 2 547,5 Bialko ogółem [g] 80,4 Tluszcz [g] 68,3 Weglowodany ogółem [g] 409,6 Blonnik pokarmowy [g] 17,8 Kwasy tluszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 suma cukrów prostych [g] 116,2 Sód [mg] 1 979,3