

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-06-02 do dnia 2026-06-11 KUCHNIA EŁK

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2026-06-02	2026-06-03	2026-06-04	2026-06-05	2026-06-06	2026-06-07	2026-06-08
	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)
Śniadanie	połędwica drobiowa 50g Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml ( <b>1, 3, 7</b> ) chleb zwykły 100 g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>1, 7</b> ) chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 5g połędwica sopocka 50g. Herbata z cukrem 250ml sałata 15g. Twaróg krojony 70 g ( <b>7</b> ) jabłko 150g.	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>1, 7</b> ) chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g Herbata z cukrem 250 ml Pasta z wędliny, nat. pietruszki i koper 100 g Ogórek kiszony 30 g Papryka 50g.	chleb zwykły 80g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g Herbata z cukrem 250 ml Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) Pasta z jaj gotowanych z papr. i szczypiorkiem 100g. ( <b>3</b> ) Pomidor 40g	Szynka konserwowa 50 g chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g Herbata z cukrem 250 ml Zacierka na mleku(zupa gotowana) 200 ml ( <b>1, 7</b> ) sałata 15g. Papryka konserwowa 40 g	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g połędwica drobiowa 50g Herbata z cukrem 250 ml Pomidor 40 g	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g połędwica sopocka 50g. Herbata z cukrem 250 ml sałata 15g ser żółty 40g ( <b>7</b> )
Obiad	Zurek 500 ml ( <b>1, 7, 9</b> ) Udko z kurczaka pieczone 100g Kompot 250 ml Sałatka wiosenna z olejem 80 g Ziemniaki gotowane 150g	Indyk z warzywami (gotowany) 170 g ( <b>1, 7, 9</b> ) Ryż brązowy gotowany 200 g Kompot 250 ml Kapuśniak z kiszanej kapusty (gotowany) 400ml.( <b>1, 9</b> )	Zupa pomidorowa z ryżem (gotowana) 400 ml ( <b>7, 9</b> ) Kotlet z piersi kurczaka panierowany smażony 100 g ( <b>1, 3</b> ) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200g Surówka z sałaty, rzodk, szczypiorku 120 g	Zupa szczawiowa gotowana 400 ml ( <b>1, 3, 7, 9</b> ) Ryba smażona 100 g ( <b>1, 3, 4</b> ) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150g Surówka z kapusty kiszonej 120g.	Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml ( <b>1, 3, 9</b> ) Befszyk wieprzowy z cebulą 120 g ( <b>1</b> ) Kompot 250 ml Ryż brązowy gotowany 150 Fasolka szparagowa gotowana 110g ( <b>1</b> )	Barszcz ukraiński (zupa gotowana) 400 ml ( <b>1, 7, 9</b> ) Sztuka mięsa duszona w sosie własnym 120 g ( <b>1</b> ) Kisiel bez cukru 250ml Ziemniaki gotowane 200g Surówka mizeria z jogurtem 100 g ( <b>7</b> )	Roladka drobiowa ze szpinakiem gotowana 120 g ( <b>1</b> ) Zupa ogórkowa gotowana 400ml ( <b>1, 7, 9</b> ) Kompot 250 ml Kasza gryczana (gotowana) 140 g Surówka z marchwi i jabłka cukrzyca 100 g ( <b>7</b> )
Podwieczorek	Kefir 250g 250 g ( <b>7</b> )	Sok pomidorowy M 200 ml	Galaretką z brzoskwiniami 150 g 150 g	Serek wiejski 150 M 150 g	Serek waniliowy 150 M 140 g	herbatniki 16g. 16 g ( <b>1, 7</b> )	drożdżówka 70g 70 g
Kolacja	Rzodkiewka 30 g Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>1, 7</b> ) Herbata 250ml 250 ml połędwica sopocka 50g. sałata 15g chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g	Kasza kukurydziana na mleku zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) Masło roślinne 10g chleb zwykły 80g( <b>1</b> ) Ogórek świeży - plasterki 30g szynkowa 60 g Kawa zbożowa 250 ml	połędwica drobiowa 50g chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g Kawa zbożowa 250 ml Kasza jaglana na mleku 200g M (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) Fasolka szparagowa gotowana 110g ( <b>1</b> ) Pomidor 40g	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) Herbata z cukrem 250 ml chleb zwykły 80g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g Ogórek świeży - plasterki 30g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 100 g ( <b>7</b> )	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>1, 7</b> ) Pomidor 40 g chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 5 g Herbata z cukrem 250 ml połędwica sopocka 50 g	sałata 15g. Herbata z cukrem 250 ml Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) Szynka konserwowa 50 g chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g Rzodkiewka 30 g	Herbata 250ml szynka drobiowa 50g Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>1, 7</b> ) chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g Warzywa kol (gotowane) 100 g

	wtorek	środa	czwartek
	2026-06-09	2026-06-10	2026-06-11
	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)
Śniadanie	Szynka konserwowa 50 g Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g Rzodkiewka 30 g	Płatki ryżowe na mleku- 200 ml ( <b>7</b> ) chleb zwykły 100 g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml połudwica drobiowa 50g Papryka 50g. sałata 15g.	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g Pasta z wędliny z warzywami 100 g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g Jabłko 150g.
Obiad	Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml ( <b>1, 7, 9</b> ) Wątróbka z jabłkiem i cebulą 130g ( <b>1</b> ) Kompot 250 ml Surówka Colesław . 150 g ( <b>3, 10</b> ) Ziemniaki gotowane 150g	Zupa jarzynowa (gotowana)400 ml ( <b>1</b> ) Klops pieczony w sosie 120 g ( <b>1, 3, 7</b> ) Kompot 250 ml Kasza gryczana (gotowana) 140 g Surówka z selera, jabłek, marchwi b/c 100 g ( <b>7, 9</b> )	Zupa pieczarkowa gotowana 400ml. ( <b>1, 7, 9</b> ) Kompot 250 ml Kotlet pożarski (smażony) 100 g ( <b>1</b> ) Ziemniaki gotowane 150g Surówka z pomidora i ogórka 80 g
Podwieczorek	Sałátka owocowa 150 g	Jogurt naturalny 200 g ( <b>7</b> )	Kasza manna ugotowana z sokiem 150 ml ( <b>1, 7</b> )
Kolacja	Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>1, 7</b> ) Herbata 250ml połudwica sopocka 50g. pomidor 50g chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) sałata 15g.	szynka drobiowa 50g chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g Herbata 250 ml Kasza jaglana na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) Ogórek świeży - plasterki 30g	Herbata z cukrem 250 ml Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>1, 7</b> ) Makaron razowy (gotowany) z wędliną i warzywami 250 g ( <b>1, 3</b> )

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2026-06-02	2026-06-03	2026-06-04	2026-06-05	2026-06-06	2026-06-07	2026-06-08
	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)
Pos. wiecz.	Sok pomidorowy 200 ml	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)	Sok pomidorowy 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g	Kefir 250 g (7)

	wtorek	środa	czwartek
	2026-06-09	2026-06-10	2026-06-11
	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)	Podstawowa (ogólna)
Pos.wiecz.	Salátka jarzynowa z warzyw gotowanych -100 g ( <b>7, 9</b> )	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200g ( <b>7</b> )

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-06-02 do dnia 2026-06-11 KUCHNIA EŁK

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2026-06-02	2026-06-03	2026-06-04	2026-06-05	2026-06-06	2026-06-07	2026-06-08
	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna
Śniadanie	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml ( <b>1, 3, 7</b> ) chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g połędwica drobiowa 50g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>1, 7</b> ) chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 5 g połędwica sopocka 50g. Herbata z cukrem 250 ml sałata 15g. Twaróg krojony 70 g ( <b>7</b> )	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>1, 7</b> ) Chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g Pasta z wędliny, nat. pietruszki i koper 100 g	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) chleb zwykły 100 g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10 g Pomidor 40 g Pasta z jajka gotowanego z natką i koper 100 g ( <b>3</b> )	Szynka konserwowa 40 g chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g Herbata z cukrem 250 ml Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>1, 7</b> ) sałata 15g. Ogórek świeży - plasterki 30 g	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) chleb zwykły 100 g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10 g połędwica drobiowa 50g Herbata z cukrem 250 ml Pomidor 40 g	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g połędwica sopocka 50 g Herbata z cukrem 250 ml pomidor 50g Twaróg krojony 70 g ( <b>7</b> )
2. śniadanie	Banan 120g	Jabłko 150 g	Sok pomidorowy 200 ml	Salatka owocowa 150g ( <b>7</b> )	Sok owocowy 200ml (litry)	Jogurt owocowy 150g ( <b>7</b> )	Serek wiejski 200 g
Obiad	Ryżowa z zieleńką (zupa gotowana) 400 g ( <b>9</b> ) Udko z kurczaka gotowane w sosie jogurtowym 120 g ( <b>1, 7, 9</b> ) Kompot 250 ml Sałatka wiosenna z olejem 80 g Ziemniaki gotowane 150g	Zupa krem z marchwii gotowana 400 ml ( <b>9</b> ) Kompot 250 ml Indyk z warzywami (gotowany) 170 g ( <b>1, 7, 9</b> ) Ziemniaki gotowane 200g	Zupa pomidorowa z ryżem (gotowana) 400 ml ( <b>7, 9</b> ) Pierś z kurczaka gotowana w sosie 150 g ( <b>1, 7, 9</b> ) Ziemniaki gotowane 150g Kompot 250 ml Sałata z cytryną i olejem 80 g	Zupa grysikowa gotowana 400ml. ( <b>1, 9</b> ) Ryba gotowana na parze w sosie greckim 200g. ( <b>1, 4, 9</b> ) Kompot 250 ml Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Ziemniaki gotowane 200g	Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml ( <b>1, 3, 9</b> ) Kompot 250 ml Zraz mielony drobiowy w sosie na parze 120 g ( <b>1, 3, 9</b> ) Ziemniaki gotowane 200g Fasolka szparagowa gotowana 100 g	Barszcz czerwony (zupa gotowana) 400 ml. 400 ml ( <b>1, 7, 9</b> ) Sztuka mięsa duszona w sosie własnym 120 120 g ( <b>1</b> ) Kisiel bez cukru 250ml 250 ml Surówka mizeria z jogurtem 100g 100 g ( <b>7</b> ) Ziemniaki gotowane 200g	Roladka drobiowa ze szpinakiem gotowana 120 g ( <b>1</b> ) Kompot 250 M 250 ml Ziemniaki gotowane 150g Rosół z makaronem (zupa gotowana) 400 ml ( <b>1, 3, 9</b> ) Surówka z marchwi i jabłka cukrzyca 100 g ( <b>7</b> )
Podwieczorek	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Sok pomidorowy 200 ml	Galaretka z brzoskwiniami 150 g	Serek wiejski 150 g	Serek waniliowy 150g	herbatniki 16g. ( <b>1, 7</b> )	Jogurt naturalny 200 g ( <b>7</b> )

	wtorek	środa	czwartek
	2026-06-09	2026-06-10	2026-06-11
	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna
Śniadanie	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g Szynka konserwowa 50g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30g	Płatki ryżowe na mleku- 200 ml ( <b>7</b> ) chleb zwykły 100g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10g połudwica drobiowa 50g Herbata z cukrem 250 ml pomidor 50g	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) chleb zwykły 80 g ( <b>1</b> ) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Pasta z wędliny, nat. pietruszki i koper 100 g Ogórek świeży - plasterki 30g
2. śniadanie	serek homogenizowany 140 g	Sok owocowy 200ml (litry)	Jabłko 150 g
Obiad	Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml ( <b>1, 7, 9</b> ) Bitka wieprzow w sosie zioł 120g 120 g ( <b>1, 9</b> ) Kompot 250 M 250 ml Fasolka szparagowa gotowana 110g 110 g ( <b>1</b> ) Ziemniaki gotowane 200g	Zupa jarzynowa (gotowana) 400 ml ( <b>1</b> ) Klops drobiowy na parze w sosie 120 g ( <b>1, 9</b> ) Kasza jęczmienna (gotowana) 170g. ( <b>1</b> ) Kompot 250 ml Surówka z selera, jabłek, marchwi b/c 100 g ( <b>7, 9</b> )	Kotlet napoleoński 100 g ( <b>1, 3</b> ) Ziemniaki gotowane 150g Barszcz biały z ziemniakami z białą kiełbasą ( zupa gotowana) 400 ml ( <b>1, 7, 9</b> ) Kompot 250 ml Surówka z pomidora i ogórka 80 g
Podwieczorek	Salatka owocowa 150 g	Jogurt naturalny 200 g ( <b>7</b> )	Kasza manna ugotowana z sokiem 1 150 ml ( <b>1, 7</b> )

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2026-06-02	2026-06-03	2026-06-04	2026-06-05	2026-06-06	2026-06-07	2026-06-08
	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna
Kolacja	Herbata 250 ml połędwica sopocka 50 g Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(1, 7)</b> sałata 15g. chleb zwykły 100g <b>(1)</b> Masło roślinne 10g	Masło roślinne 10g Kawa zbożowa 250 ml Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(7)</b> chleb zwykły 80 g <b>(1)</b> szynkowa 60 Ogórek świeży - plasterki 30g	Serdelki na gorąco z ketchupem 120 g Kasza jaglana na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(7)</b> Kawa zbożowa 250 ml Chleb zwykły 100g <b>(1)</b> Masło roślinne 10g	Twarożek z koperkiem 100 g <b>(7)</b> Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(7)</b> Herbata z cukrem 250 ml Masło roślinne 10g chleb zwykły 100 g <b>(1)</b> Ogórek świeży - plasterki 30g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(1, 7)</b> Pomidor 40 g Masło roślinne 10g chleb zwykły 100g <b>(1)</b> Herbata z cukrem 250 ml połędwica drobiowa 40 g	Herbata z cukrem 250 ml Szynka konserwowa 50 g Kasza kukurydziana na mleku M (zupa gotowana) 200 ml <b>(7)</b> chleb zwykły 100g <b>(1)</b> sałata 15g. Masło roślinne 10g	Herbata 250 ml Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(1, 7)</b> Warzywa kol (gotowane) 100 g Chleb zwykły 100g <b>(1)</b> Masło roślinne 10g Szynka drobiowa 50 g
Pos. wiecz.	Sok jabłkowy 200 ml	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g <b>(7)</b>	Soczek marchewkowy 330ml	Kanapka z jajkiem 65g <b>(1, 3)</b>	Serek wiejski 200 g	Kefir 250 g <b>(7)</b>

	wtorek	środa	czwartek
	2026-06-09	2026-06-10	2026-06-11
	łatwostrawna	łatwostrawna	łatwostrawna
Kolacja	Herbata 250ml połudwica sopocka 50g. Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(1, 7)</b> pomidor 50g chleb zwykły 100 g <b>(1)</b> Masło roślinne 10 g sałata 15g	szynka drobiowa 50g chleb zwykły 100g <b>(1)</b> Masło roślinne 10g Kasza jaglana na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(7)</b> Herbata 250ml Ogórek świeży - plasterki 30g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(1, 7)</b> Herbata z cukrem 250 ml Makaron (gotowany) z wędliną i warzywami 250 g <b>(1, 3)</b>
Pos.wiecz.	Sałatka jarzynowa z warzyw gotowanych -100 g Dieta <b>(7, 9)</b>	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g <b>(7)</b>

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-06-02 do dnia 2026-06-11 KUCHNIA EŁK

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2026-06-02	2026-06-03	2026-06-04	2026-06-05	2026-06-06	2026-06-07	2026-06-08
	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca
Śniadanie	Zupa mleczna z makaronem 200ml (gotowana) 200 ml <b>(1, 3, 7)</b> bułka bagietka 50g <b>(1)</b> masło śmietankowe 10g <b>(7)</b> połędwica drobiowa 50g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(1, 7)</b> bułka bagietka 50 g <b>(1)</b> masło śmietankowe 10g <b>(7)</b> połędwica sopocka 40 g sałata 15g. Herbata z cukrem 250 ml Twaróg krojony 30g <b>(7)</b> Dżem 25g	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(1, 7)</b> bułka bagietka 50 g <b>(1)</b> masło śmietankowe 17g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30g Pastą z wędliny 50g	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(7)</b> bułka bagietka 50 g <b>(1)</b> masło śmietankowe 10g <b>(7)</b> Herbata z cukrem 250ml M 250 ml Pomidor 40g Pasta z jajka gotowanego 100g <b>(3)</b>	bułka bagietka 50 g <b>(1)</b> masło śmietankowe 17g Herbata z cukrem 250 ml Szynka konserwowa 40 g sałata 15g. Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(1, 7)</b> Ogórek świeży - plasterki 30g	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(7)</b> bułka bagietka 50 g <b>(1)</b> masło śmietankowe 10 g <b>(7)</b> połędwica drobiowa 50g Herbata z cukrem 250 ml Pomidor 40 g	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(7)</b> bułka bagietka 50 g <b>(1)</b> masło śmietankowe 17g 1 Połędwica sopocka 40 g Pomidor 40g Herbata z cukrem 250 ml Ser żółty 30 g <b>(7)</b>
2. śniadanie	Banan 120g	Jabłko 150g	serek homogenizowany 140 g	Salatka owocowa 150g <b>(7)</b>	Sok owocowy 200ml (litry)	Chrupki kukurydziane 30 g	Mandarynka 80 g
Obiad	Ryżowa z zieleciną (zupa gotowana) 400 g <b>(9)</b> Udko gotowane 70g Kompot 250 ml Marchewka gotowana 150 g <b>(1)</b> Ziemniaki gotowane 150g	Zupa krem z marchwii gotowana 400 ml <b>(9)</b> Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200g Indyk z warzywami 100 g <b>(1, 9)</b>	Kotlet z piersi kurczaka panierowany smażony 100g. <b>(1, 3)</b> Kompot 250 ml Zupa pomidorowa z ryżem (gotowana) 300 ml <b>(7, 9)</b> Ziemniaki gotowane 150g Jarzynka Gotowana 100 Por <b>(1, 9)</b>	Zupa grysikowa gotowana 400ml. 400 g <b>(1, 9)</b> Kompot 250 M 250 ml Placki z jabłkami i cynamonem 250 g <b>(1, 3, 7)</b>	Zraz mielony drobiowy w sosie na parze 120 g <b>(1, 3, 9)</b> Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml <b>(1, 3, 9)</b> Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150g Brokuły gotowane 100g	Barszcz czerwony (zupa gotowana) 00 ml <b>(1, 7, 9)</b> Sztuka mięsa duszona w sosie własnym 120 g <b>(1)</b> Kisiel z cukrem 250 ml Ziemniaki gotowane 150g Kalafior gotowany 100 g	Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150g Roladka drobiowa z marchewką gotowana 130g. <b>(1, 7, 9)</b> Rosół z makaronem (zupa gotowana) 400 ml <b>(1, 3, 9)</b> Jarzynka Gotowana 100g <b>(1, 9)</b>
Podwieczorek	Kisiel z jabłkiem 200 ml	herbatniki 16 g <b>(1, 7)</b>	Galaretką z brzoskwiniami 150 g	Jogurt owocowy 125 g <b>(7)</b>	Serek waniliowy 150 g	herbatniki 16g. <b>(1, 7)</b>	drożdżówka 70g

	wtorek	środa	czwartek
	2026-06-09	2026-06-10	2026-06-11
	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca
Śniadanie	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(7)</b> bułka bagietka 50g <b>(1)</b> masło śmietankowe 10g <b>(7)</b> Szynka konserwowa 40 g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30g	Płatki ryżowe na mleku- 200 ml <b>(7)</b> bułka bagietka 50 g <b>(1)</b> masło śmietankowe 17g połędwica drobiowa 50g Herbata z cukrem 250 ml Pomidor 40 g	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(7)</b> bułka bagietka 50g <b>(1)</b> masło śmietankowe 10g <b>(7)</b> Pasta z wędliny 100 g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30 g
2. śniadanie	serek homogenizowany 140g	Sok owocowy 200ml (litry)	Jabłko 150 g
Obiad	Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml <b>(1, 7, 9)</b> Bitka wieprzowa w sosie 120g <b>(1, 9)</b> Kompot 250 ml Fasolka szparagowa gotowana 110g <b>(1)</b> Ziemniaki gotowane 150g	Klops drobiowy na parze w sosie 120 g <b>(1, 9)</b> Kompot 250 ml Zupa jarzynowa (gotowana 300 ml <b>(1, 7)</b> Ziemniaki gotowane 150g Marchewka z groszkiem (gotowana) 120 g <b>(1)</b>	Kotlet napoleoński 100 g <b>(1, 3)</b> Barszcz biały z ziemniakami z białą kiełbasą ( zupa gotowana) 400 ml <b>(1, 7, 9)</b> Kompot 250 ml Buraczki gotowane 120 g <b>(1, 7)</b>
Podwieczorek	Sałatka owocowa 150 g	Ciasto drożdżowe 50 g	Kasza manna ugotowana z sokiem 150 ml <b>(1, 7)</b>

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2026-06-02	2026-06-03	2026-06-04	2026-06-05	2026-06-06	2026-06-07	2026-06-08
	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca
Kolacja	<p>Polędwica sopocka 40 g Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(1, 7)</b> Pomidor 40 g masło śmietankowe 17g bułka bagietka 50 g <b>(1)</b> Herbata z cukrem 250 ml</p>	<p>bułka bagietka 50 g <b>(1)</b> Herbata z cukrem 250 ml masło śmietankowe 10g <b>(7)</b> Szynkowa 50 g Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(7)</b> Ogórek świeży - plasterki 30g</p>	<p>Serdelki na gorąco z ketchupem 120 g Herbata z cukrem 250 ml Kasza jaglana na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(7)</b> bułka bagietka 100 g <b>(1)</b> masło śmietankowe 10g <b>(7)</b></p>	<p>Twarożek z brzoskwiniami 100 g <b>(7)</b> bułka bagietka 50 g <b>(1)</b> Herbata z cukrem 250 ml masło śmietankowe 10g <b>(7)</b> Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(7)</b> Ogórek świeży - plasterki 30g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(1, 7)</b> Pomidor 40 g bułka bagietka 50 g <b>(1)</b> masło śmietankowe 17g Polędwica sopocka 40 g Herbata z cukrem 250 ml</p>	<p>bułka bagietka 50 g <b>(1)</b> Herbata z cukrem 250ml masło śmietankowe 10g <b>(7)</b> Szynka konserwowa 50 g Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(7)</b> Ogórek świeży - plasterki 30 g</p>	<p>Herbata z cukrem 250 ml Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(1, 7)</b> Ryż gotowany z jabłkiem, jogurtem i cynam. 150 g <b>(7)</b></p>
Pos.wiecz.	Sok jabłkowy 200 ml	Sok owocowy 200ml (litry)	Jogurt owocowy-125 g <b>(7)</b>	Soczek marchewkowy 330ml	Kanapka z jajkiem 65 g <b>(1, 3)</b>	Jogurt owocowy 125 g <b>(7)</b>	Serek waniliowy 150g

	wtorek	środa	czwartek
	2026-06-09	2026-06-10	2026-06-11
	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna dziecięca
Kolacja	<p>Poledwica sopocka 40 g</p> <p>Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(1, 7)</b></p> <p>Pomidor 40g</p> <p>masło śmietankowe 10g <b>(7)</b></p> <p>bułka bagietka 50 g <b>(1)</b></p> <p>Herbata z cukrem 250ml</p>	<p>Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Kasza jaglana na mleku(zupa gotowana) 200 ml <b>(7)</b></p> <p>Naleśniki z dżemem 180 g <b>(1, 3, 7)</b></p>	<p>pomidor 50g</p> <p>Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml <b>(1, 7)</b></p> <p>Szynkowa 50</p> <p>bułka bagietka 50 g <b>(1)</b></p> <p>masło śmietankowe 10 g <b>(7)</b></p> <p>Herbata z cukrem 250 ml</p>
Pos.wiecz.	<p>Jogurt owocowy 150g/szt <b>(7)</b></p>	<p>Soczek marchewkowy 330 ml</p>	<p>Sok owocowy 200ml (litry)</p>

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-06-02 do dnia 2026-06-11 KUCHNIA EŁK

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2026-06-02	2026-06-03	2026-06-04	2026-06-05	2026-06-06	2026-06-07	2026-06-08
	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł
<b>Śniadanie</b>	Zupa mleczna z makaronem (gotowana) 200 ml ( <b>1, 3, 7</b> ) Chleb graham 100 g ( <b>1, 3</b> ) Masło roślinne 10g połędwica drobiowa 50 g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>1, 7</b> ) Chleb graham 75 g ( <b>1, 3</b> ) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Herbata z cukrem 250 ml połędwica sopocka 50g. sałata 15g. Twaróg krojony 70 g ( <b>7</b> )	Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>1, 7</b> ) chleb graham 100 g ( <b>1, 3</b> ) Masło roślinne 10 g Herbata 250 ml Pasta z wędliny, nat. pietruszki i koper 100 g Ogórek kiszony 30 g Papryka 50 g	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) Chleb graham 0 g ( <b>1, 3</b> ) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250 ml Pomidor 40g Pasta z jaj gotowanych z papr. i szczypiorkiem 100 g ( <b>3</b> )	Szynka konserwowa 50 g Chleb graham 100 g ( <b>1, 3</b> ) Masło roślinne 10 g Herbata z cukrem 250ml sałata 15 g Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>1, 7</b> ) Papryka konserwowa 40 g	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) Chleb graham 100g ( <b>1, 3</b> ) Masło roślinne 10g połędwica drobiowa 50g Herbata z cukrem 250 ml Pomidor 40 g	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) chleb graham 100 g ( <b>1, 3</b> ) Masło roślinne 10 g połędwica sopocka 50g. sałata 15g. Herbata 250 ml Twaróg krojony 70 g ( <b>7</b> )
<b>2. śniadanie</b>	Jogurt naturalny 200 g ( <b>7</b> )	Jabłko 150 g	Sok pomidorowy 200 ml	Kefir 250 g ( <b>7</b> )	Serek wiejski 200 g	Sok pomidorowy 200 ml	Serek wiejski 200 g
<b>Obiad</b>	Żurek 500 ml ( <b>1, 7, 9</b> ) Udko z kurczaka pieczone 100g M 100 g Kompot 250 M 250 ml Ziemniaki gotowane 200g 1 Por Sałatka wiosenna z olejem 80 g	Kapuśniak z kiszonej kapusty (gotowany) 400 ml ( <b>1, 9</b> ) Indyk z warzywami (gotowany) 170 g ( <b>1, 7, 9</b> ) Kompot 250 ml Ryż brązowy gotowany 170 g	Zupa pomidorowa z ryżem (gotowana) 400 ml ( <b>7, 9</b> ) Pierś z kurczaka gotowana w sosie 150 g ( <b>1, 7, 9</b> ) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200g Surówka z sałaty, rzodk, szczypiorku 120 g	Zupa szczawiowa gotowana 400 ml ( <b>1, 3, 7, 9</b> ) ryba po grecku na parze 200g. ( <b>1, 4, 9</b> ) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 150g 1 Surówka z kapusty pekińskiej 100 g	Fasolka szparagowa gotowana 110 g ( <b>1</b> ) Ryż brązowy gotowany 170 g Zraz mielony drobiowy w sosie na parze 120 g ( <b>1, 3, 9</b> ) Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml ( <b>1, 3, 9</b> )	Barszcz ukraiński (zupa gotowana) 400 ml ( <b>1, 7, 9</b> ) Sztuka mięsa duszona w sosie własnym 120 g ( <b>1</b> ) Kisiel bez cukru 250 ml Surówka mizeria z jogurtem 100g ( <b>7</b> ) Ziemniaki gotowane 200g	Kompot 250 ml Zupa ogórkowa gotowana 400ml ( <b>1, 7, 9</b> ) Roladka drobiowa ze szpinakiem gotowana 120 g ( <b>1</b> ) Kasza gryczana (gotowana) 170g. Surówka z marchwi i jabłka cukrzyca 100 g ( <b>7</b> )
<b>Kolacja</b>	Rzodkiewka 30 g pomidor 50g Herbata 250ml połędwica sopocka 50g. Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>1, 7</b> ) Masło roślinne 10 g Chleb graham 100 g ( <b>1, 3</b> ) sałata 15g	Chleb graham 75 g ( <b>1, 3</b> ) Kawa zbożowa 250 ml Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) Masło roślinne 0 g szynkowa 60 g Ogórek świeży - plasterki 30g	Chleb graham 100 g ( <b>1, 3</b> ) Masło roślinne 10g połędwica drobiowa 50g Kawa zbożowa 250 ml Kasza jaglana na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) Pomidor 40 g Fasolka szparagowa gotowana 110g ( <b>1</b> )	Chleb graham 80 g ( <b>1, 3</b> ) Herbata z cukrem 250 ml Masło roślinne 10 g Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) Ogórek świeży - plasterki 30 g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 100 g ( <b>7</b> )	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>1, 7</b> ) Chleb graham 100 g ( <b>1, 3</b> ) pomidor 50 g Masło roślinne 10g Herbata z cukrem 250 ml połędwica sopocka 50g	sałata 15g. Szynka konserwowa g Herbata z cukrem 250 ml Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>7</b> ) Chleb graham 100 g ( <b>1, 3</b> ) Rzodkiewka 30 g	Chleb graham 75 g ( <b>1, 3</b> ) Herbata 250 ml Zacierka na mleku (zupa gotowana) 200 ml ( <b>1, 7</b> ) Masło roślinne 10g szynka drobiowa 50 g Warzywa cukrz kol (gotowane) 100 g

	wtorek	środa	czwartek
	2026-06-09	2026-06-10	2026-06-11
	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł
Śniadanie	Ryż na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Chleb graham 100g (1, 3) Masło roślinne 10g Rzodkiewka 30 g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30g Szynka konserwowa 50 g	Płatki ryżowe na mleku- 200 ml (7) Chleb graham 80 g (1, 3) Masło roślinne 10g Herbata 250ml polędwica drobiowa 50g sałata 15g. Papryka 50g.	Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Pasta z wędliny z warzywami 100g Chleb graham 100 g (1, 3) Masło roślinne 10g Herbata z cukrem 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30g
2. śniadanie	Jogurt naturalny 200 g (7)	Kefir 250 g (7)	Jabłko 150 g
Obiad	Zupa koperkowa (gotowana) 400 ml (1, 7, 9) Bitka wieprzow w sosie zioł 120 g (1, 9) Surówka Colesław 150 g (3, 10) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200g	Zupa jarzynowa (gotowana) 400 ml (1) Klops pieczony w sosie 120 g (1, 3, 7) Kompot 250 M 250 ml Kasza gryczana (gotowana) 140g Surówka z selera, jabłek, marchwi b/c100 g (7, 9)	Zupa pieczarkowa gotowana 400 ml (1, 7, 9) Kotlet napoleoński 100 g (1, 3) Kompot 250 ml Ziemniaki gotowane 200g Surówka z pomidora i ogórka 80
Kolacja	pomidor 50 g Herbata l250 ml polędwica sopocka 50 g Kasza manna na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Masło roślinne 10 g Chleb graham 100 g (1, 3) sałata 15g.	Chleb graham 80g (1, 3) Masło roślinne 10 g szynka drobiowa 50g Herbata 250ml Kasza jaglana na mleku (zupa gotowana) 200 ml (7) Ogórek świeży - plasterki 30g	Płatki owsiane na mleku (zupa gotowana) 200 ml (1, 7) Herbata z cukrem 250 ml Makaron razowy (gotowany) z wędliną i warzywami 250 g (1, 3)

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2026-06-02	2026-06-03	2026-06-04	2026-06-05	2026-06-06	2026-06-07	2026-06-08
	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł
Pos. wiecz.	Sok pomidorowy 200 ml	Serek wiejski 00 g	Jogurt naturalny 200 g (7)	Sok pomidorowy 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g	Kefir 250 g (7)

	wtorek	środa	czwartek
	2026-06-09	2026-06-10	2026-06-11
	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł	d. o kont zaw kw tł
Pos.wiecz.	Salatka jarzynowa z warzyw gotowanych -100 g Dieta (7, 9)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny200 g (7)

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-06-02 do dnia 2026-06-11 KUCHNIA EŁK

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2026-06-02	2026-06-03	2026-06-04	2026-06-05	2026-06-06	2026-06-07	2026-06-08
	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500
<b>Śniadanie</b>	połędwica drobiowa 50g 5 Chleb graham 80g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 5 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30g	Chleb graham 100g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 250 ml połędwica sopocka 50g. sałata 15 g Twaróg krojony 70 g <b>(7)</b>	Chleb graham 100 g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10 g Pasta z wędliny, nat. pietruszki i koper 100 g Ogórek kiszony 30 g Herbata bez cukru 250 ml Papryka 50g.	Chleb graham 75g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10g Herbata bez cukru 250 ml Pomidor 40g Pasta z jaj gotowanych z papr. i szczypiorkiem 100g. 100 g <b>(3)</b>	Szynka konserwowa 50g Chleb graham 100g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 5 g Herbata bez cukru 250 ml sałata 15g. Papryka konserwowa 40g.	połędwica drobiowa 50g Jabłko 150g. Chleb graham 80g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10g Herbata bez cukru 250 ml Pomidor 40 g	połędwica sopocka 50g. Chleb graham 75g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10g Herbata bez cukru 250 ml sałata 15g. Twaróg krojony 40 g <b>(7)</b>
<b>2. śniadanie</b>	Jogurt naturalny 200g <b>(7)</b>	Jabłko 150g. 150 g	Sok pomidorowy M 200 ml	Kefir 250g 250 g <b>(7)</b>	Serek wiejski 200 M 200 g	Sok pomidorowy M 200 ml	Serek wiejski 200 M 200 g
<b>Obiad</b>	Zurek 500 ml <b>(1, 7, 9)</b> Udka z kurczaka pieczone 100g Ziemniaki gotowane 150g Kompot 250 ml Sałatka wiosenna z olejem 80 g	Kapuśniak z kiszonej kapusty (gotowany) 400 ml <b>(1, 9)</b> Indyk z warzywami (gotowany) 170 g <b>(1, 7, 9)</b> Ryż brązowy gotowany 100 g Kompot 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem (gotowana) 400 ml <b>(7, 9)</b> Pierś z kurczaka gotowana w sosie 150 g <b>(1, 7, 9)</b> Ziemniaki gotowane 150g 1 Por Kompot 250 ml Surówka z sałaty, rzodk, szczypiorku 120 g	Ziemniaki gotowane 150g Ryba po grecku na parze 150g <b>(4, 9)</b> Zupa szczawiowa gotowana 400 ml <b>(1, 3, 7, 9)</b> Kompot bez cukru 250 ml Surówka z kapusty pekińskiej 100 g	Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml <b>(1, 3, 9)</b> Fasolka szparagowa gotowana 110g <b>(1)</b> Zraz mielony drobiowy w sosie na parze 120 g <b>(1, 3, 9)</b> Ryż brązowy gotowany 150 g Kompot 250 ml	Barszcz ukraiński (zupa gotowana) 400 ml <b>(1, 7, 9)</b> Sztuka mięsa duszona w sosie własnym 120 g <b>(1)</b> Ziemniaki gotowane 150g 1 Por Kisiel bez cukru 250ml Surówka mizeria z jogurtem 100 g <b>(7)</b>	Zupa ogórkowa gotowana 400ml <b>(1, 7, 9)</b> Kompot bez cukru 250 ml Surówka z marchwi i jabłka cukrzyca 100 g <b>(7)</b> Kasza gryczana (gotowana) 170g. Roladka drobiowa ze szpinakiem gotowana 120 g <b>(1)</b>
<b>Kolacja</b>	Rzodkiewka 30 g połędwica sopocka 50g. Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10 g Chleb graham 100 g <b>(1, 3)</b> sałata 15g.	Kawa zbożowa 250 ml Chleb graham 75 g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10 g szynkowa 60 g Ogórek świeży - plasterki 30 g	Chleb graham 75g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10g połędwica drobiowa 50 g Kawa zbożowa 250 ml Fasolka szparagowa gotowana 110g <b>(1)</b> Pomidor 40 g	Chleb graham 75g <b>(1, 3)</b> Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10g Ogórek świeży - plasterki 30g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 100 g <b>(7)</b>	Pomidor 40 g Herbata bez cukru 250 ml połędwica drobiowa 50g Chleb graham 100g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10g	sałata 15g. Szynka konserwowa 50 g Herbata bez cukru 250 ml Chleb graham 75 g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10 g Rzodkiewka 30 g	Chleb graham 100 g <b>(1, 3)</b> Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10 g Warzywa cukrz kol (gotowane) 100 g szynka drobiowa 50g
<b>Pos.wiecz.</b>	Sok pomidorowy 200 ml	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200g <b>(7)</b>	Sok pomidorowy 200 ml	Jogurt naturalny 200 g <b>(7)</b>	Serek wiejski 200 g	Kefir 250 g <b>(7)</b>

	wtorek	środa	czwartek
	2026-06-09	2026-06-10	2026-06-11
	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500	cukrzycowa 1500
Śniadanie	Szynka konserwowa 50 g Chleb graham 75g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 5 g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30g Rzodkiewka 30 g	połędwica drobiowa 50 g Chleb graham 75g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10g Herbata bez cukru 250 ml Papryka 50g. sałata 15g.	Chleb graham 75 g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10 g Pasta z wędliny z warzywami 100g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30g
2. śniadanie	Jogurt naturalny 200g <b>(7)</b>	Kefir 250g <b>(7)</b>	Jabłko 150 g
Obiad	Zupa koperkowa bez śmietany gotowana 400 ml <b>(1, 7, 9)</b> Bitka wieprzow w sosie zioł 120g <b>(1, 9)</b> Kompot 250 ml Surówka Colesław 150 g <b>(3, 10)</b> Ziemniaki gotowane 150g	Zupa jarzynowa bez śmietany (gotowana)400 ml <b>(1, 7, 9)</b> Klops pieczony w sosie 120 g <b>(1, 3, 7)</b> Kasza gryczana (gotowana) 140 g Kompot 250 M 250 ml Surówka z selera, jabłek, marchwi b/c100 g <b>(7, 9)</b>	Zupa pieczarkowa gotowana 400 ml <b>(1, 7, 9)</b> Kotlet napoleoński 100 g <b>(1, 3)</b> Ziemniaki gotowane 150g Kompot 250 ml Surówka z pomidora i ogórka 80 g
Kolacja	połędwica sopocka 50g. Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10g Chleb graham 100g <b>(1, 3)</b> pomidor 50g sałata 15g.	Chleb graham 75g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10g szynka drobiowa 50g Herbata bez cukru l 250 ml Ogórek świeży - plasterki30 g	Herbata bez cukru 250 ml Makaron razowy (gotowany) z wędliną i warzywami 250 g <b>(1, 3)</b>
Pos.wiecz.	Sałatka jarzynowa z warzyw gotowanych -100 g Dieta <b>(7, 9)</b>	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g <b>(7)</b>

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-06-02 do dnia 2026-06-11 KUCHNIA EŁK

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2026-06-02	2026-06-03	2026-06-04	2026-06-05	2026-06-06	2026-06-07	2026-06-08
	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800
Śniadanie	połędwica drobiowa 50g Chleb graham 100g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10g 1 Herbata bez cukru 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30g	chleb graham 100g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 20g Herbata bez cukru 250 ml połędwica sopocka 50g. sałata 15g. Twaróg krojony 70 g <b>(7)</b>	Pasta z wędliny, nat. pietruszki i koper 100 g Chleb graham 80g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10g 1 Herbata bez cukru 250 ml Ogórek kiszony 30 g Papryka 50g.	Chleb graham 75g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10g Herbata bez cukru 250 ml Pomidor 40g Pasta z jaj gotowanych z papr. i szczypiorkiem 100g. <b>(3)</b>	Chleb graham 100 g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10g Szynka konserwowa 50 g Herbata bez cukru 250 ml sałata 15g. Papryka konserwowa 40g.	połędwica drobiowa 50g Chleb graham 100g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10g Herbata bez cukru 250 ml 250 ml pomidor 50g 5	połędwica sopocka 50g. Chleb graham 100g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10g Herbata bez cukru 250 ml sałata 15g. Twaróg krojony 70 g <b>(7)</b>
2. śniadanie	Jogurt naturalny 200g <b>(7)</b>	Jabłko 150 g	Sok pomidorowy 200 ml	Kefir 250 g <b>(7)</b>	Serek wiejski 200 g	Sok pomidorowy 200 ml	Serek wiejski 200 g
Obiad	Zurek 500 ml <b>(1, 7, 9)</b> Udko z kurczaka pieczone 100 g Ziemniaki gotowane 150g 1 Por Kompot 250 ml Sałatka wiosenna z olejem 80 g	Indyk z warzywami 170g (gotowany) 170 g <b>(1, 7, 9)</b> Kapuśniak z kiszonej kapusty (gotowany) 400ml. 400 ml <b>(1, 9)</b> Ryż brązowy gotowany 170 g M 170 g Kompot 250 ml	Pierś z kurczaka gotowana w sosie 150 g <b>(1, 7, 9)</b> Zupa pomidorowa z ryżem 400ml. (gotowana) 400 ml <b>(7, 9)</b> Ziemniaki gotowane 150g Kompot 250 ml Surówka z sałaty, rzodk, szczypiorku 120 g	Zupa szczawiowa gotowana 400 ml <b>(1, 3, 7, 9)</b> Ziemniaki gotowane 150g Kompot 250 ml ryba po grecku na parze 200g. <b>(1, 4, 9)</b> Surówka z kapusty pekińskiej 120g	Fasolka szparagowa gotowana 110g <b>(1)</b> Wiejska z zacierkami (zupa gotowana) 400 ml <b>(1, 3, 9)</b> Zraz mielony drobiowy w sosie na parze 120 g <b>(1, 3, 9)</b> Ryż brązowy gotowany 150 g Kompot 250 ml	Barszcz ukraiński (zupa gotowana) 400 ml <b>(1, 7, 9)</b> Sztuka mięsa duszona w sosie własnym 120 g <b>(1)</b> Ziemniaki gotowane 150g Kisiel bez cukru 250 ml Surówka mizeria z jogurtem 100 g <b>(7)</b>	Zupa ogórkowa gotowana 400ml <b>(1, 7, 9)</b> Kasza gryczana (gotowana) 200 g Kompot bez cukru 250 ml Roladka drobiowa ze szpinakiem gotowana 120 M <b>(1)</b> Surówka z marchwi i jabłka cukrzyca 100 g <b>(7)</b>
Podwieczorek	Kefir 250 g <b>(7)</b>	Sok pomidorowy 200 ml	Kanapka z pastą z jajka i pomidorem 200 <b>(1)</b>	Serek wiejski 150 g	Kanapka z jajkiem i pomidorem 65g <b>(1, 3)</b>	Kanapka z wędliną 120g <b>(1, 3)</b>	Jogurt naturalny 200 g <b>(7)</b>
Kolacja	Rzodkiewka 30 g Masło roślinne 20 g połędwica sopocka 50g. sałata 15g. Chleb graham 100g <b>(1, 3)</b> Herbata bez cukru 250 ml	Ogórek świeży - plasterki 30 g Chleb graham 100 g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 20 g Kawa zbożowa 250 ml szynkowa 60 g	Chleb graham 80g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10g połędwica drobiowa 50 g Kawa zbożowa 250 ml Fasolka szparagowa gotowana 110g <b>(1)</b> Pomidor 40g	Chleb graham 100g <b>(1, 3)</b> Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10g Ogórek świeży - plasterki 30g Twarożek z ogórkiem i rzodkiewką-100g <b>(7)</b>	Pomidor 40 g połędwica sopocka 50g. Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10g Chleb graham 100g <b>(1, 3)</b>	sałata 15g. Szynka konserwowa 50g Herbata bez cukru 250 ml Chleb graham 100g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10g Rzodkiewka 30 g	Chleb graham 100g <b>(1, 3)</b> Herbata bez cukru 250 ml Masło roślinne 10g Warzywa cukrz kol (gotowane) 100g szynka drobiowa 50g

	wtorek	środa	czwartek
	2026-06-09	2026-06-10	2026-06-11
	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800
Śniadanie	Szynka konserwowa 50 g Chleb graham 100g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10g Herbata bez cukru 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30g M Rzodkiewka 30 g	południca drobiowa 50g Chleb graham 100g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10g Herbata bez cukru 250 ml Papryka 50g. sałata 15g.	Chleb graham 100g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10g Pasta z wędliny z warzywami 100 g Ogórek świeży - plasterki 30g
2. śniadanie	Jogurt naturalny 200 g <b>(7)</b>	Kefir 250g <b>(7)</b>	Jabłko 150g.
Obiad	Zupa koperkowa bez śmietany gotowana 400ml. <b>(1, 7, 9)</b> Bitka wieprzow w sosie zioł 120g <b>(1, 9)</b> Kompot 250 ml Surówka Colesław 150g. <b>(3, 10)</b> Ziemniaki gotowane 200g	Klops pieczony w sosie 120 g <b>(1, 3, 7)</b> Zupa jarzynowa bez śmietany (gotowana) 400 ml <b>(1, 7, 9)</b> Kasza gryczana (gotowana) 170g. 170 g Kompot 250 ml Surówka z selera, jabłek, marchwi b/c 100 g <b>(7, 9)</b>	Ziemniaki gotowane 200g Zupa pieczarkowa gotowana 400 ml <b>(1, 7, 9)</b> Kotlet napoleoński 100 g <b>(1, 3)</b> Kompot 250 ml Surówka z pomidora i ogórka 80 g
Podwieczorek	Sok pomidorowy 200 ml	Jogurt naturalny 200 g <b>(7)</b>	Kanapka z wędliną 50g <b>(1, 3)</b>
Kolacja	Masło roślinne 20g południca sopocka 50g. pomidor 50g Chleb graham 100 g <b>(1, 3)</b> Herbata bez cukru 250 ml 250 ml sałata 15g.	Chleb graham 100 g <b>(1, 3)</b> Masło roślinne 10 g szynka drobiowa 50 g Herbata bez cukru l 250 ml Ogórek świeży - plasterki 30g	Makaron razowy (gotowany) z wędliną i warzywami 250 g <b>(1, 3)</b> Herbata bez cukru 250 ml

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2026-06-02	2026-06-03	2026-06-04	2026-06-05	2026-06-06	2026-06-07	2026-06-08
	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800
Pos. wiecz.	Sok pomidorowy 200 ml	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)	Sok pomidorowy 200 ml	Jogurt naturalny 200 g (7)	Serek wiejski 200 g	Kefir 250 g (7)

	wtorek	środa	czwartek
	2026-06-09	2026-06-10	2026-06-11
	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800	cukrzycowa 1800
Pos.wiecz.	Salatka jarzynowa z warzyw gotowanych -100 g Dieta (7, 9)	Serek wiejski 200 g	Jogurt naturalny 200 g (7)

## **Oznaczenia**

- 1 - *Zboża zawierające gluten ,*
- 2 - *Skorupiaki i pochodne,*
- 3 - *Jaja i pochodne,*
- 4 - *Ryby i pochodne,*
- 5 - *Orzeszki ziemne i pochodne,*
- 6 - *Soja i pochodne,*
- 7 - *Mleko i pochodne,*
- 8 - *Orzechy,*
- 9 - *Seler i pochodne,*
- 10 - *Gorczyca i pochodne,*
- 11 - *Nasiona sezamu i pochodne,*
- 12 - *Dwutlenek siarki, siarczyny,*
- 13 - *Łubin i pochodne,*
- 14 - *Mieczaki i pochodne.*