

is dla diety: d. o kont zaw kw tŁ
na dzień: 2026-02-25
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: Zacierka na mleku 200g M (1, 7), Chleb graham 100g (1, 3), Masło roślinne 10g , Herbata z cukrem 250ml M ,
Twaróg krojony 70 g M (7), Pomidor 40 M , Szynka konserwowa 50 ,

2. śniadanie: Jabłko 150g. ,

Obiad: Krupnik z kaszą pęczak 400 (9), Pierś z kurczaka duszona w sosie (1), Kompot 250 M , Kasza gryczana 200 ,
Surówka z marchwi i jabłka cukrzyca 100M (7),

Kolacja: Chleb graham 100g (1, 3), Herbata z cukrem 250ml M , Kasza kukurydziana na mleku 200g M (7), Masło
roślinne 10g , polędwica drobiowa 50g , Papryka 50g. ,

Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g (7),

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

[illegible]

Jadłospis dla diety: ogólna
na dzień: 2026-02-25
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: Zacierka na mleku 200g M (**1**, **7**), chleb zwykły 100g (**1**), Masło roślinne 5 g , Szynka konserwowa 50 , Pomidor 40 M , Jabłko 150g. , Twaróg krojony 70 g M (**7**),

Obiad: Pierś z kurczaka duszona w sosie (1), Kompot 250 M , Krupnik z kaszą pęczak 400 (9), Kasza gryczana 200 , Surówka z marchwi i jabłka cukrzyca 100M (7),

Podwieczorek: Serniczek (7),

Kolacja: Kasza kukurydziana na mleku 200g M (7), Masło roślinne 10g , chleb zwykły 100g (1), Papryka 50g. , polędwica drobiowa 50g ,

Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g (7),

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

[illegible]

Jadłospis dla diety: dziecięca
na dzień: 2026-02-25
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: Zacierka na mleku 200g M (**1, 7**), bułka bagietka 50g M (**1**), masło śmietankowe 10g (**7**), Szynka konserwowa 50 , Pomidor 40 M , Herbata z cukrem 250ml M , Twarożek 50g (**7**),

2. śniadanie: Gruszka 150g ,

Obiad: Krupnik 1 300 M (**1, 9**), Kompot 250 M , Pierś z kurczaka duszona w sosie (**1**), Ziemniaki gotowane 150g , Bukiet warzyw gotowanych 80 M (**1**),

Podwieczorek: Serniczek (7),

Kolacja: bułka bagietka 50g M (1), Herbata z cukrem 250ml M , masło śmietankowe 10g (7), polędwica drobiowa 50g , Kasza kukurydziana na mleku 200g M (7), Ogórek świeży - plasterki 30g M ,

Posiłek nocny: Sok jabłkowy ,

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

[illegible]

dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Posilek nocny: Jogurt naturalny 200g (7),

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

[illegible]

Jadłospis dla diety: bezmleczna
na dzień: 2026-02-25
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: chleb zwykły 100g (**1**), Masło roślinne 10g, Szynka konserwowa 50, Herbata z cukrem 250ml M, zupa płynna b/ml 250 M (**9**), Pomidor 40 M, Jabłko 150g ,

Obiad: Krupnik 400ml (**1, 7, 9**), Pierś z kurczaka duszona w sosie (**1**), Kompot 250 M, Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z marchwi i jabłka cukrzyca 100M (**7**),

Kolacja: chleb zwykły 80g (**1**), Herbata z cukrem 250ml M, Masło roślinne 10g, zupa płynna b/ml 250 M (**9**), polędwica drobiowa 50g, Ogórek świeży - plasterki 30g M,

Posiłek nocny: Sok jabłkowy ,

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

[illegible]

Jadłospis dla diety: cukrzycowa 1500
na dzień: 2026-02-25
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: Chleb graham 75g (**1, 3**), Masło roślinne 10g , Herbata bez cukru 250 ml , Szynka konserwowa 50 , Pomidor 40 M , Twaróg krojony 70 g M (**7**),

2. śniadanie: Jabłko 150g. ,

Obiad: Krupnik z kaszą pęczak 400 **(9)**, Pierś z kurczaka duszona w sosie **(1)**, Kasza gryczana 140 . , Kompot 250 M ,
Surówka z marchwi i jabłka cukrzyca 100M **(7)**,

Kolacja: Herbata bez cukru 250 ml , Chleb graham 75g (1, 3), Masło roślinne 10g , polędwica drobiowa 50g , Papryka

Posilek nocny: Jogurt naturalny 200g (7),

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

[illegible]

Jadłospis dla diety: trzustkowa
na dzień: 2026-02-25
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: zupa płynna b/ml 250 M (9), bułka bagietka 100g M (1), Masło roślinne 10g , Szynka konserwowa 50 , Herbata bez cukru 250 ml ,

Obiad: Krupnik 400ml (1, 7, 9), Pierś z kurczaka duszona w sosie (1), Kompot 250 M , Ziemniaki gotowane 200g , Buraczki gotowane 150g (1, 7),

Kolacja: bułka bagietka 100g M (1), Herbata bez cukru 250 ml , Masło roślinne 10g , polędwica drobiowa 50g , zupa płynna b/ml 250 M (9),

Posiłek nocny: kanapka z szynką (1, 3, 7),

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

[illegible]

na dzień: 2026-02-25
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Śniadanie:	Chleb graham 75g (1, 3), Masło roślinne 20g , Herbata bez cukru 250 ml , Szynka konserwowa 50 , Pomidor 40 M , Twaróg krojony 70 g M (7),
2. śniadanie:	Jabłko 150g. ,
Obiad:	Pierś z kurczaka duszona w sosie (1), Krupnik z kaszą pęczak 400 (9), Kasza gryczana 200 , Kompot 250 M , Surówka z marchwi i jabłka cukrzyca 100M (7),
Podwieczorek:	Sok pomidorowy M ,
Kolacja:	Papryka 50g. , Chleb graham 80g (1, 3), Masło roślinne 20g , Herbata bez cukru 250 ml , polędwica drobiowa 50
Posiłek nocny:	Jogurt naturalny 200g (7),

[illegible]

dla kuchni: **Kuchnia EŁK**

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: zupa płynna b/ml + mięso (**1, 3, 9**), chleb zwykły 100g (**1**), masło śmietankowe 10g (**7**), Szynka konserwowa 40M , Herbata z cukrem 250ml M , Pomidor 40 M , Twaróg krojony 70 g M (**7**),

2. śniadanie: Jabłko 150g. ,

Obiad: Krupnik 400ml (**1, 7, 9**), Pierś z kurczaka duszona w sosie (**1**), Kompot 250 M , Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z marchwi i jabłka cukrzyca 100M (**7**),

Podwieczorek: Kanapka z jajkiem M (1, 3),

Kolacja: chleb zwykły 100g (**1**), Herbata z cukrem 250ml M, masło śmietankowe 10g (**7**), Polędwica drobiowa 40 M, zupa płynna b/ml + mięso (**1, 3, 9**), Ogórek świeży - plasterki 30g M,

Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g (7),

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

[illegible]

Oznaczenia alergenów:

- 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 - Mięczaki i pochodne,

