

Zatwierdzam

**Jadłospis dla diety: d. o kont zaw kw tł**  
**na dzień: 2026-01-26**  
**dla kuchni: Kuchnia EŁK**

**Zawartość jadłospisu:**

**Śniadanie:** Płatki owsiane na mleku 200g M (1, 7), Pasta z wędliny z warzywami 100 , Chleb graham 75g (1, 3), Masło roślinne 10g , Herbata bez cukru 250 ml , Ogórek kiszony 50g. , Ser żółty 20g M (7),

**2. śniadanie:** Sok pomidorowy M ,

**Obiad:** Ziemniaki gotowane 150g , Bigos 350g (1), Rosół z makaronem 400ml (1, 3, 9), Kompot 250 M ,

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

**Posiłek nocny:** Kefir 250g (7),

**Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:**

| Lp | Opis           | Wartość energetyczna[kcal] | Białko ogółem | Tłuszcz     | Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem | Węglowodany ogółem | Błonnik pokarmowy | Sól         |
|----|----------------|----------------------------|---------------|-------------|----------------------------------|--------------------|-------------------|-------------|
|    |                | [kcal]                     | [g]           | [g]         | [g]                              | [g]                | [g]               | [g]         |
| 1  | Śniadanie      | 648,20000000               | 38,80000000   | 27,40000000 | 10,50000000                      | 0,00000000         | 65,20000000       | 7,20000000  |
| 2  | 2. śniadanie   | 36,00000000                | 1,60000000    | 0,40000000  | 0,10000000                       | 0,00000000         | 7,60000000        | 2,20000000  |
| 3  | Obiad          | 1029,90000000              | 53,90000000   | 44,40000000 | 9,00000000                       | 0,00000000         | 110,60000000      | 13,90000000 |
| 4  | Kolacja        | 515,30000000               | 25,50000000   | 12,50000000 | 4,70000000                       | 0,00000000         | 78,20000000       | 7,70000000  |
| 5  | Posiłek nocny  | 50,00000000                | 3,40000000    | 2,00000000  | 1,20000000                       | 0,00000000         | 4,70000000        | 0,00000000  |
| 6  | Cały jadłospis | 2279,40000000              | 123,20000000  | 86,60000000 | 25,40000000                      | 0,00000000         | 266,40000000      | 31,00000000 |
| 7  | Różnica:       | 0,00000000                 | 0,00000000    | 0,00000000  | 0,00000000                       | 0,00000000         | 0,00000000        | 0,00000000  |

**Materiały do przygotowania posiłków:**

| Lp | Opis                    | Jm  |              |              |              |              |               | Ilość całkowita |
|----|-------------------------|-----|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
|    |                         |     | Śniadanie    | II śniadanie | Obiad        | Kolacja      | Posiłek nocny |                 |
| 1  | Cukier                  | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 10,00000000  | 5,00000000   | 0,00000000    | 15,00000000     |
| 2  | Herbata granulowana     | g   | 10,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 1,00000000   | 0,00000000    | 11,00000000     |
| 3  | Herbata owocowa         | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 2,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 2,00000000      |
| 4  | kasza kukurydziana      | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 20,00000000  | 0,00000000    | 20,00000000     |
| 5  | makaron świderki vat 5% | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 40,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000    | 40,00000000     |
| 6  | Mąka pszenna typ 500    | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 10,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000    | 10,00000000     |
| 7  | Płatki owsiane          | g   | 25,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 25,00000000     |
| 8  | Sok pomidorowy          | ml  | 0,00000000   | 200,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 200,00000000    |
| 9  | Sól                     | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 1,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 1,00000000      |
| 10 | Udko kurczaka           | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 50,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000    | 50,00000000     |
| 11 | Boczek                  | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 30,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000    | 30,00000000     |
| 12 | Kielbasa Zwyczajna      | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 110,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000    | 110,00000000    |
| 13 | Łopatka w/p             | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 30,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000    | 30,00000000     |
| 14 | Szynka konserwowa       | g   | 90,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 50,00000000  | 0,00000000    | 140,00000000    |
| 15 | kefir 180gr             | szt | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 1,00000000    | 1,00000000      |
| 16 | Mleko 2%                | g   | 170,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000   | 170,00000000 | 0,00000000    | 340,00000000    |
| 17 | Ser żółty               | g   | 20,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 20,00000000     |
| 18 | Jabłka                  | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 40,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000    | 40,00000000     |

|    |                        |   |             |            |             |             |            |             |
|----|------------------------|---|-------------|------------|-------------|-------------|------------|-------------|
| 19 | Chleb gracham          | g | 75,00000000 | 0,00000000 | 0,00000000  | 100,0000000 | 0,00000000 | 175,0000000 |
| 20 | Pieprz ziolowy         | g | 0,00000000  | 0,00000000 | 1,00000000  | 0,00000000  | 0,00000000 | 1,00000000  |
| 21 | Ziele angielskie       | g | 0,00000000  | 0,00000000 | 1,00000000  | 0,00000000  | 0,00000000 | 1,00000000  |
| 22 | Maslo roslinne 500g    | g | 25,00000000 | 0,00000000 | 0,00000000  | 10,00000000 | 0,00000000 | 35,00000000 |
| 23 | Olej                   | g | 0,00000000  | 0,00000000 | 15,00000000 | 0,00000000  | 0,00000000 | 15,00000000 |
| 24 | Cebula                 | g | 0,00000000  | 0,00000000 | 20,00000000 | 0,00000000  | 0,00000000 | 20,00000000 |
| 25 | Kapusta biala          | g | 0,00000000  | 0,00000000 | 120,0000000 | 0,00000000  | 0,00000000 | 120,0000000 |
| 26 | Kapusta kiszona vat 5% | g | 0,00000000  | 0,00000000 | 180,0000000 | 0,00000000  | 0,00000000 | 180,0000000 |
| 27 | Koper swiezy zielony   | g | 2,00000000  | 0,00000000 | 0,00000000  | 0,00000000  | 0,00000000 | 2,00000000  |
| 28 | Marchew                | g | 0,00000000  | 0,00000000 | 30,00000000 | 0,00000000  | 0,00000000 | 30,00000000 |
| 29 | Natka pietruszki       | g | 2,00000000  | 0,00000000 | 2,00000000  | 0,00000000  | 0,00000000 | 4,00000000  |
| 30 | Ogorki kiszone vat 5%  | g | 50,00000000 | 0,00000000 | 0,00000000  | 0,00000000  | 0,00000000 | 50,00000000 |
| 31 | Ogorki swieze          | g | 10,00000000 | 0,00000000 | 0,00000000  | 0,00000000  | 0,00000000 | 10,00000000 |
| 32 | Papryka swieza         | g | 10,00000000 | 0,00000000 | 0,00000000  | 0,00000000  | 0,00000000 | 10,00000000 |
| 33 | Salata                 | g | 0,00000000  | 0,00000000 | 0,00000000  | 10,00000000 | 0,00000000 | 10,00000000 |
| 34 | Seler                  | g | 0,00000000  | 0,00000000 | 10,00000000 | 0,00000000  | 0,00000000 | 10,00000000 |
| 35 | Ziemniaki              | g | 0,00000000  | 0,00000000 | 183,0000000 | 0,00000000  | 0,00000000 | 183,0000000 |

2026-01-26      **Śniadanie**  
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

2026-01-26      **Obiad**  
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

2026-01-26      **Kolacja**  
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Zatwierdzam

**Jadłospis dla diety: ogólna  
na dzień: 2026-01-26  
dla kuchni: Kuchnia EŁK**

**Zawartość jadłospisu:**

**Śniadanie:** Płatki owsiane na mleku 200g M (1, 7), chleb zwykły 80g (1), Masło roślinne 10g , Pasta z wędliny z warzywami 100 , Herbata z cukrem 250ml M , Ogórek kiszony 50g. , Ser żółty 20g M (7),

**Obiad:** Rosół z makaronem 400ml (1, 3, 9), Bigos 350g (1), Kompot 250 M , Ziemniaki gotowane 150g ,

**Podwieczorek:** Budyń z sokiem owoc. 200ml M (7),

**Kolacja:** Szynka konserwowa 50 , Herbata z cukrem 250ml M , Kasza kukurydziana na mleku 200g M (7), chleb zwykły 80g (1), Masło roślinne 10g , sałata 10g. ,

**Posilek nocny:** Kefir 250g (7),

**Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:**

| Lp | Opis           | Wartość energetyczna[kcal] | Białko ogółem | Tłuszcz     | Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem | Węglowodany ogółem | Błonnik pokarmowy | Sól         |
|----|----------------|----------------------------|---------------|-------------|----------------------------------|--------------------|-------------------|-------------|
|    |                | [kcal]                     | [g]           | [g]         | [g]                              | [g]                | [g]               | [g]         |
| 1  | Śniadanie      | 697,30000000               | 37,40000000   | 27,10000000 | 10,50000000                      | 0,00000000         | 78,80000000       | 5,70000000  |
| 2  | Obiad          | 1029,90000000              | 53,90000000   | 44,40000000 | 9,00000000                       | 0,00000000         | 110,60000000      | 13,90000000 |
| 3  | Podwieczorek   | 178,80000000               | 6,20000000    | 3,60000000  | 2,10000000                       | 0,00000000         | 30,40000000       | 0,10000000  |
| 4  | Kolacja        | 486,60000000               | 22,10000000   | 11,80000000 | 4,60000000                       | 0,00000000         | 74,50000000       | 4,70000000  |
| 5  | Posilek nocny  | 50,00000000                | 3,40000000    | 2,00000000  | 1,20000000                       | 0,00000000         | 4,70000000        | 0,00000000  |
| 6  | Cały jadłospis | 2442,70000000              | 123,00000000  | 88,90000000 | 27,30000000                      | 0,00000000         | 299,00000000      | 24,40000000 |
| 7  | Różnica:       | 0,00000000                 | 0,00000000    | 0,00000000  | 0,00000000                       | 0,00000000         | 0,00000000        | 0,00000000  |

**Materiały do przygotowania posiłków:**

| Lp | Opis                    | Jm  |              |              |              |              |               | Ilość całkowita |
|----|-------------------------|-----|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
|    |                         |     | Śniadanie    | Obiad        | Podwieczorek | Kolacja      | Posilek nocny |                 |
| 1  | budyń vat 5%            | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 20,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000    | 20,00000000     |
| 2  | Cukier                  | g   | 5,00000000   | 10,00000000  | 0,00000000   | 5,00000000   | 0,00000000    | 20,00000000     |
| 3  | Herbata granulowana     | g   | 1,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 1,00000000   | 0,00000000    | 2,00000000      |
| 4  | Herbata owocowa         | g   | 0,00000000   | 2,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 2,00000000      |
| 5  | kasza kukurydziana      | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 20,00000000  | 0,00000000    | 20,00000000     |
| 6  | makaron świderki vat 5% | g   | 0,00000000   | 40,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 40,00000000     |
| 7  | Mąka pszenna typ 500    | g   | 0,00000000   | 10,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 10,00000000     |
| 8  | Płatki owsiane          | g   | 25,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 25,00000000     |
| 9  | Sól                     | g   | 0,00000000   | 1,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 1,00000000      |
| 10 | Syrup owocowy           | ml  | 0,00000000   | 0,00000000   | 5,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 5,00000000      |
| 11 | Udko kurczaka           | g   | 0,00000000   | 50,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 50,00000000     |
| 12 | Boczek                  | g   | 0,00000000   | 30,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 30,00000000     |
| 13 | Kielbasa Zwyczajna      | g   | 0,00000000   | 110,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 110,00000000    |
| 14 | Łopátka w/p             | g   | 0,00000000   | 30,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 30,00000000     |
| 15 | Szynka konserwowa       | g   | 90,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 50,00000000  | 0,00000000    | 140,00000000    |
| 16 | kefir 180gr             | szt | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 1,00000000    | 1,00000000      |
| 17 | Mleko 2%                | g   | 170,00000000 | 0,00000000   | 180,00000000 | 170,00000000 | 0,00000000    | 520,00000000    |
| 18 | Ser żółty               | g   | 20,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 20,00000000     |

|    |                        |   |             |             |             |             |             |              |
|----|------------------------|---|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| 19 | Jablka                 | g | 0,000000000 | 40,00000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 40,00000000  |
| 20 | Chleb zwykly           | g | 80,00000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 80,00000000 | 0,000000000 | 160,00000000 |
| 21 | Pieprz ziolowy         | g | 0,000000000 | 1,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 1,000000000  |
| 22 | Ziele angielskie       | g | 0,000000000 | 1,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 1,000000000  |
| 23 | Maslo roslinne 500g    | g | 25,00000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 10,00000000 | 0,000000000 | 35,00000000  |
| 24 | Olej                   | g | 0,000000000 | 15,00000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 15,00000000  |
| 25 | Cebula                 | g | 0,000000000 | 20,00000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 20,00000000  |
| 26 | Kapusta biala          | g | 0,000000000 | 120,0000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 120,0000000  |
| 27 | Kapusta kiszona vat 5% | g | 0,000000000 | 180,0000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 180,0000000  |
| 28 | Koper swiezy zielony   | g | 2,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 2,000000000  |
| 29 | Marchew                | g | 0,000000000 | 30,00000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 30,00000000  |
| 30 | Natka pietruszki       | g | 2,000000000 | 2,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 4,000000000  |
| 31 | Ogorki kiszone vat 5%  | g | 50,00000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 50,00000000  |
| 32 | Ogorki swieze          | g | 10,00000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 10,00000000  |
| 33 | Papryka swieza         | g | 10,00000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 10,00000000  |
| 34 | Salata                 | g | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 10,00000000 | 0,000000000 | 10,00000000  |
| 35 | Seler                  | g | 0,000000000 | 10,00000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 10,00000000  |
| 36 | Ziemniaki              | g | 0,000000000 | 183,0000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 183,0000000  |

2026-01-26      **Śniadanie**  
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

2026-01-26      **Obiad**  
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

2026-01-26      **Kolacja**  
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Zatwierdzam

**Jadłospis dla diety: dziecięca**  
**na dzień: 2026-01-26**  
**dla kuchni: Kuchnia EŁK**

**Zawartość jadłospisu:**

**Śniadanie:** Płatki owsiane na mleku 200g M (1, 7), bułka bagietka 50g M (1), masło śmietankowe 10g (7), Pasta z wędliny 100 , Herbata z cukrem 250ml M , Ogórek świeży - plasterki 30g M , ser żółty 40g (7),

**2. śniadanie:** Jabłko 150g. ,

**Obiad:** Klopsiki w sosie pomidorowym 130g. (1, 3, 7), Zupa krem z groszku zielonego 400g M (7, 9), Kompot 250 M , Ziemniaki gotowane 150g , Marchewka gotowana z groszkiem 130 (1),

**Podwieczorek:** Budyń z sokiem owoc. 200ml M (7),

**Kolacja:** sałata 10g. , Kasza kukurydziana na mleku 200g M (7), Szynka konserwowa 40M , bułka bagietka 50g M (1), masło śmietankowe 10g (7), Herbata z cukrem 250ml M ,

**Posiłek nocny:** Sok jabłkowy ,

**Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:**

| Lp | Opis           | Wartość energetyczna[kcal] | Białko ogółem | Tłuszcz     | Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem | Węglowodany ogółem | Błonnik pokarmowy | Sól         |
|----|----------------|----------------------------|---------------|-------------|----------------------------------|--------------------|-------------------|-------------|
|    |                | [kcal]                     | [g]           | [g]         | [g]                              | [g]                | [g]               | [g]         |
| 1  | Śniadanie      | 694,50000000               | 41,60000000   | 32,10000000 | 16,40000000                      | 0,00000000         | 61,40000000       | 2,80000000  |
| 2  | 2. śniadanie   | 75,00000000                | 0,60000000    | 0,60000000  | 0,10000000                       | 0,00000000         | 18,10000000       | 3,00000000  |
| 3  | Obiad          | 801,30000000               | 44,70000000   | 27,00000000 | 3,70000000                       | 0,00000000         | 103,60000000      | 17,00000000 |
| 4  | Podwieczorek   | 178,80000000               | 6,20000000    | 3,60000000  | 2,10000000                       | 0,00000000         | 30,40000000       | 0,10000000  |
| 5  | Kolacja        | 438,80000000               | 19,40000000   | 14,40000000 | 8,40000000                       | 0,00000000         | 58,30000000       | 2,20000000  |
| 6  | Posiłek nocny  | 82,00000000                | 0,20000000    | 0,20000000  | 0,00000000                       | 0,00000000         | 20,00000000       | 0,00000000  |
| 7  | Cały jadłospis | 2270,40000000              | 112,60000000  | 77,80000000 | 30,70000000                      | 0,00000000         | 291,90000000      | 25,10000000 |
| 8  | Różnica:       | 0,00000000                 | 0,00000000    | 0,00000000  | 0,00000000                       | 0,00000000         | 0,00000000        | 0,00000000  |

**Materiały do przygotowania posiłków:**

| Lp | Opis                        | Jm |             |              |              |              |             |               | Ilość całkowita |
|----|-----------------------------|----|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|---------------|-----------------|
|    |                             |    | Śniadanie   | II śniadanie | Obiad        | Podwieczorek | Kolacja     | Posiłek nocny |                 |
| 1  | budyn vat 5%                | g  | 0,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 20,00000000  | 0,00000000  | 0,00000000    | 20,00000000     |
| 2  | Cukier                      | g  | 5,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 5,00000000  | 0,00000000    | 10,00000000     |
| 3  | Herbata granulowana         | g  | 1,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 1,00000000  | 0,00000000    | 2,00000000      |
| 4  | Herbata owocowa             | g  | 0,00000000  | 0,00000000   | 2,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 2,00000000      |
| 5  | Kasza manna                 | g  | 0,00000000  | 0,00000000   | 10,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 10,00000000     |
| 6  | kaszka kukurydziana         | g  | 0,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 20,00000000 | 0,00000000    | 20,00000000     |
| 7  | koncentrat pomidorowy vat5% | g  | 0,00000000  | 0,00000000   | 8,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 8,00000000      |
| 8  | Mąka pszenna typ 500        | g  | 0,00000000  | 0,00000000   | 15,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 15,00000000     |
| 9  | Płatki owsiane              | g  | 25,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 25,00000000     |
| 10 | sok jabłkowy vat 5%         | ml | 0,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000  | 200,00000000  | 200,00000000    |
| 11 | Syrop owocowy               | ml | 0,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 5,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 5,00000000      |
| 12 | Mięso gulaszowe indyka      | g  | 0,00000000  | 0,00000000   | 130,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 130,00000000    |
| 13 | jaja płynne 8 %             | g  | 0,00000000  | 0,00000000   | 5,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 5,00000000      |
| 14 | Szynka konserwowa           | g  | 90,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 40,00000000 | 0,00000000    | 130,00000000    |
| 15 | Groszek zielony             | g  | 0,00000000  | 0,00000000   | 120,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 120,00000000    |

|    |                           |     |             |             |             |             |             |             |             |
|----|---------------------------|-----|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 16 | Jogurt naturalny 150 g M  | szt | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,600000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,600000000 |
| 17 | Mleko 2%                  | g   | 170,0000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 180,0000000 | 170,0000000 | 0,000000000 | 520,0000000 |
| 18 | Ser żółty                 | g   | 40,0000000  | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 40,0000000  |
| 19 | Jablka                    | g   | 0,000000000 | 150,0000000 | 40,0000000  | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 190,0000000 |
| 20 | Bułka wyborowa - bagietka | g   | 50,0000000  | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 50,0000000  | 0,000000000 | 100,0000000 |
| 21 | Masło roślinne 500g       | g   | 10,0000000  | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 10,0000000  |
| 22 | Masło śmietankowe         | g   | 10,0000000  | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 10,0000000  | 0,000000000 | 20,0000000  |
| 23 | Olej                      | g   | 0,000000000 | 0,000000000 | 20,0000000  | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 20,0000000  |
| 24 | Marchew                   | g   | 0,000000000 | 0,000000000 | 130,0000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 130,0000000 |
| 25 | Natka pietruszki          | g   | 0,000000000 | 0,000000000 | 2,500000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 2,500000000 |
| 26 | Ogórki świeże             | g   | 30,0000000  | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 30,0000000  |
| 27 | Salata                    | g   | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 10,0000000  | 0,000000000 | 10,0000000  |
| 28 | Seler                     | g   | 0,000000000 | 0,000000000 | 5,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 5,000000000 |
| 29 | Ziemniaki                 | g   | 0,000000000 | 0,000000000 | 213,0000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 213,0000000 |

2026-01-26      **Śniadanie**  
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

2026-01-26      **Obiad**  
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

2026-01-26      **Kolacja**  
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

**Sporządził**

**Zatwierdził**

Zatwierdzam

**Jadłospis dla diety: łatwostrawna**  
**na dzień: 2026-01-26**  
**dla kuchni: Kuchnia EŁK**

**Zawartość jadłospisu:**

**Śniadanie:** Płatki owsiane na mleku 200g M (1, 7), chleb zwykły 100g (1), Masło roślinne 5 g , Herbata z cukrem 250ml M , Pasta z wędliny, nat. pietruszki i koper , Ogórek świeży - plasterki 30g M ,

**2. śniadanie:** Jabłko 150g. ,

**Obiad:** Klopsiki w sosie pomidorowym 130g. (1, 3, 7), Ziemniaki gotowane 150g , Zupa krem z groszku zielonego 400g M (7, 9), Kompot 250 M , Marchewka gotowana z groszkiem 130 (1),

**Podwieczorek:** Budyń z sokiem owoc. 200ml M (7),

**Kolacja:** Kasza kukurydziana na mleku 200g M (7), chleb zwykły 100g (1), Szynka konserwowa 50 , Herbata z cukrem 250ml M , Masło roślinne 10g , sałata 10g. ,

**Posilek nocny:** Kefir 250g (7),

**Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:**

| Lp | Opis           | Wartość energetyczna[kcal] | Białko ogółem | Tłuszcz     | Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem | Węglowodany ogółem | Błonnik pokarmowy | Sól         |
|----|----------------|----------------------------|---------------|-------------|----------------------------------|--------------------|-------------------|-------------|
|    |                | [kcal]                     | [g]           | [g]         | [g]                              | [g]                | [g]               | [g]         |
| 1  | Śniadanie      | 612,50000000               | 32,70000000   | 15,30000000 | 5,60000000                       | 0,00000000         | 89,30000000       | 6,40000000  |
| 2  | 2. śniadanie   | 75,00000000                | 0,60000000    | 0,60000000  | 0,10000000                       | 0,00000000         | 18,10000000       | 3,00000000  |
| 3  | Obiad          | 801,30000000               | 44,70000000   | 27,00000000 | 3,70000000                       | 0,00000000         | 103,60000000      | 17,00000000 |
| 4  | Podwieczorek   | 178,80000000               | 6,20000000    | 3,60000000  | 2,10000000                       | 0,00000000         | 30,40000000       | 0,10000000  |
| 5  | Kolacja        | 537,30000000               | 23,30000000   | 12,10000000 | 4,60000000                       | 0,00000000         | 85,80000000       | 5,50000000  |
| 6  | Posilek nocny  | 50,00000000                | 3,40000000    | 2,00000000  | 1,20000000                       | 0,00000000         | 4,70000000        | 0,00000000  |
| 7  | Cały jadłospis | 2254,90000000              | 110,80000000  | 60,50000000 | 17,40000000                      | 0,00000000         | 332,00000000      | 32,00000000 |
| 8  | Różnica:       | 0,00000000                 | 0,00000000    | 0,00000000  | 0,00000000                       | 0,00000000         | 0,00000000        | 0,00000000  |

**Materiały do przygotowania posiłków:**

| Lp | Opis                        | Jm  |             |              |              |              |             |               | Ilość całkowita |
|----|-----------------------------|-----|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|---------------|-----------------|
|    |                             |     | Śniadanie   | II śniadanie | Obiad        | Podwieczorek | Kolacja     | Posilek nocny |                 |
| 1  | budyn vat 5%                | g   | 0,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 20,00000000  | 0,00000000  | 0,00000000    | 20,00000000     |
| 2  | Cukier                      | g   | 5,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 5,00000000  | 0,00000000    | 10,00000000     |
| 3  | Herbata granulowana         | g   | 1,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 1,00000000  | 0,00000000    | 2,00000000      |
| 4  | Herbata owocowa             | g   | 0,00000000  | 0,00000000   | 2,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 2,00000000      |
| 5  | Kasza manna                 | g   | 0,00000000  | 0,00000000   | 10,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 10,00000000     |
| 6  | kaszka kukurydziana         | g   | 0,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 20,00000000 | 0,00000000    | 20,00000000     |
| 7  | koncentrat pomidorowy vat5% | g   | 0,00000000  | 0,00000000   | 8,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 8,00000000      |
| 8  | Mąka pszenna typ 500        | g   | 0,00000000  | 0,00000000   | 15,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 15,00000000     |
| 9  | Płatki owsiane              | g   | 25,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 25,00000000     |
| 10 | Syrop owocowy               | ml  | 0,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 5,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 5,00000000      |
| 11 | Mięso gulaszowe indyka      | g   | 0,00000000  | 0,00000000   | 130,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 130,00000000    |
| 12 | jaja płynne 8 %             | g   | 0,00000000  | 0,00000000   | 5,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 5,00000000      |
| 13 | Szynka konserwowa           | g   | 90,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 50,00000000 | 0,00000000    | 140,00000000    |
| 14 | Groszek zielony             | g   | 0,00000000  | 0,00000000   | 120,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 120,00000000    |
| 15 | Jogurt naturalny 150 g M    | szt | 0,00000000  | 0,00000000   | 0,60000000   | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 0,60000000      |

|    |                      |     |             |             |             |             |             |             |             |
|----|----------------------|-----|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 16 | kefir 180gr          | szt | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 1,000000000 | 1,000000000 |
| 17 | Mleko 2%             | g   | 170,0000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 180,0000000 | 170,0000000 | 0,000000000 | 520,0000000 |
| 18 | Jabłko               | g   | 0,000000000 | 150,0000000 | 40,0000000  | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 190,0000000 |
| 19 | Chleb zwykły         | g   | 100,0000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 100,0000000 | 0,000000000 | 200,0000000 |
| 20 | Masło roślinne 500g  | g   | 10,0000000  | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 10,0000000  | 0,000000000 | 20,0000000  |
| 21 | Olej                 | g   | 0,000000000 | 0,000000000 | 20,0000000  | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 20,0000000  |
| 22 | Koper świeży zielony | g   | 5,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 5,000000000 |
| 23 | Marchew              | g   | 0,000000000 | 0,000000000 | 130,0000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 130,0000000 |
| 24 | Natka pietruszki     | g   | 5,000000000 | 0,000000000 | 2,500000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 7,500000000 |
| 25 | Ogórki świeże        | g   | 30,0000000  | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 30,0000000  |
| 26 | Salata               | g   | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 10,0000000  | 0,000000000 | 10,0000000  |
| 27 | Seler                | g   | 0,000000000 | 0,000000000 | 5,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 5,000000000 |
| 28 | Ziemniaki            | g   | 0,000000000 | 0,000000000 | 213,0000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 213,0000000 |

2026-01-26      **Śniadanie**  
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

2026-01-26      **Obiad**  
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

2026-01-26      **Kolacja**  
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Zatwierdzam

Jadłospis dla diety: **bezmleczna**  
na dzień: **2026-01-26**  
dla kuchni: **Kuchnia EŁK**

Zawartość jadłospisu:

**Śniadanie:** zupa płynna b/ml 250 M (9), Pasta z wędliny, nat. pietruszki i koper , chleb zwykły 100g (1), Masło roślinne 20g , Herbata z cukrem 250ml M , Ogórek świeży - plasterki 30g M ,

**Obiad:** Klopsiki w sosie pomidorowym 130g. (1, 3, 7), Ziemniaki gotowane 200g , Zupa krem z groszku zielonego 400g M (7, 9), Kompot 250 M , Marchewka gotowana z groszkiem 130 (1),

**Kolacja:** Szynka konserwowa 50 , chleb zwykły 100g (1), Masło roślinne 20g , zupa płynna b/ml 250 M (9), Herbata z cukrem 250ml M , sałata 10g. ,

**Posiłek nocny:** Sok jabłkowy ,

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

| Lp | Opis           | Wartość energetyczna[kcal] | Białko ogółem | Tłuszcz     | Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem | Węglowodany ogółem | Błonnik pokarmowy | Sól         |
|----|----------------|----------------------------|---------------|-------------|----------------------------------|--------------------|-------------------|-------------|
|    |                | [kcal]                     | [g]           | [g]         | [g]                              | [g]                | [g]               | [g]         |
| 1  | Śniadanie      | 643,40000000               | 26,80000000   | 19,90000000 | 5,60000000                       | 0,00000000         | 92,90000000       | 7,40000000  |
| 2  | Obiad          | 854,40000000               | 45,80000000   | 27,00000000 | 3,70000000                       | 0,00000000         | 116,10000000      | 18,00000000 |
| 3  | Kolacja        | 567,70000000               | 18,70000000   | 15,70000000 | 4,20000000                       | 0,00000000         | 91,30000000       | 7,10000000  |
| 4  | Posiłek nocny  | 82,00000000                | 0,20000000    | 0,20000000  | 0,00000000                       | 0,00000000         | 20,00000000       | 0,00000000  |
| 5  | Cały jadłospis | 2147,40000000              | 91,50000000   | 62,80000000 | 13,60000000                      | 0,00000000         | 320,40000000      | 32,40000000 |
| 6  | Różnica:       | 0,00000000                 | 0,00000000    | 0,00000000  | 0,00000000                       | 0,00000000         | 0,00000000        | 0,00000000  |

Materiały do przygotowania posiłków:

| Lp | Opis                        | Jm  |             |             |             |               | Ilość całkowita |
|----|-----------------------------|-----|-------------|-------------|-------------|---------------|-----------------|
|    |                             |     | Śniadanie   | Obiad       | Kolacja     | Posiłek nocny |                 |
| 1  | Cukier                      | g   | 5,000000000 | 0,000000000 | 5,000000000 | 0,000000000   | 10,00000000     |
| 2  | Herbata granulowana         | g   | 1,000000000 | 0,000000000 | 1,000000000 | 0,000000000   | 2,000000000     |
| 3  | Herbata owocowa             | g   | 0,000000000 | 2,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000   | 2,000000000     |
| 4  | Kasza manna                 | g   | 0,000000000 | 10,00000000 | 0,000000000 | 0,000000000   | 10,00000000     |
| 5  | koncentrat pomidorowy vat5% | g   | 0,000000000 | 8,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000   | 8,000000000     |
| 6  | Mąka pszenna typ 500        | g   | 0,000000000 | 15,00000000 | 0,000000000 | 0,000000000   | 15,00000000     |
| 7  | Ryż                         | g   | 20,00000000 | 0,000000000 | 20,00000000 | 0,000000000   | 40,00000000     |
| 8  | sok jabłkowy vat 5%         | ml  | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 200,0000000   | 200,0000000     |
| 9  | Sól                         | g   | 1,000000000 | 0,000000000 | 1,000000000 | 0,000000000   | 2,000000000     |
| 10 | Mięso gulaszowe indyka      | g   | 0,000000000 | 130,0000000 | 0,000000000 | 0,000000000   | 130,0000000     |
| 11 | jaja płynne 8 %             | g   | 0,000000000 | 5,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000   | 5,000000000     |
| 12 | Szynka konserwowa           | g   | 90,00000000 | 0,000000000 | 50,00000000 | 0,000000000   | 140,0000000     |
| 13 | Groszek zielony             | g   | 0,000000000 | 120,0000000 | 0,000000000 | 0,000000000   | 120,0000000     |
| 14 | Jogurt naturalny 150 g M    | szt | 0,000000000 | 0,600000000 | 0,000000000 | 0,000000000   | 0,600000000     |
| 15 | Jabłka                      | g   | 0,000000000 | 40,00000000 | 0,000000000 | 0,000000000   | 40,00000000     |
| 16 | Chleb zwykły                | g   | 100,0000000 | 0,000000000 | 100,0000000 | 0,000000000   | 200,0000000     |
| 17 | Pieprz ziółowy              | g   | 1,000000000 | 0,000000000 | 1,000000000 | 0,000000000   | 2,000000000     |
| 18 | Masło roślinne 500g         | g   | 25,00000000 | 0,000000000 | 20,00000000 | 0,000000000   | 45,00000000     |
| 19 | Olej                        | g   | 2,000000000 | 20,00000000 | 2,000000000 | 0,000000000   | 24,00000000     |
| 20 | Koper świeży zielony        | g   | 5,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000   | 5,000000000     |

|    |                  |   |               |                |               |              |                |
|----|------------------|---|---------------|----------------|---------------|--------------|----------------|
| 21 | Marchew          | g | 20,00000000   | 130,00000000   | 20,00000000   | 0,0000000000 | 170,00000000   |
| 22 | Natka pietruszki | g | 7,0000000000  | 2,5000000000   | 2,0000000000  | 0,0000000000 | 11,5000000000  |
| 23 | Ogórki świeże    | g | 30,0000000000 | 0,0000000000   | 0,0000000000  | 0,0000000000 | 30,0000000000  |
| 24 | Pietruszka       | g | 5,0000000000  | 0,0000000000   | 5,0000000000  | 0,0000000000 | 10,0000000000  |
| 25 | Salata           | g | 0,0000000000  | 0,0000000000   | 10,0000000000 | 0,0000000000 | 10,0000000000  |
| 26 | Seler            | g | 5,0000000000  | 5,0000000000   | 5,0000000000  | 0,0000000000 | 15,0000000000  |
| 27 | Ziemniaki        | g | 50,0000000000 | 274,0000000000 | 50,0000000000 | 0,0000000000 | 374,0000000000 |

2026-01-26           **Śniadanie**  
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

2026-01-26           **Obiad**  
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

2026-01-26           **Kolacja**  
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

**Sporządził**

**Zatwierdził**

Zatwierdzam

**Jadłospis dla diety: cukrzycowa 1500**  
**na dzień: 2026-01-26**  
**dla kuchni: Kuchnia EŁK**

**Zawartość jadłospisu:**

**Śniadanie:** Chleb graham 100g (1, 3), Masło roślinne 10g , Pasta z wędliny z warzywami 100 , Herbata bez cukru 250 ml , Ogórek kiszony 50g. , Ser żółty 20g M (7),

**2. śniadanie:** Sok pomidorowy M ,

**Obiad:** Rosół z makaronem 400ml (1, 3, 9), Bigos 300g (1), Ziemniaki gotowane 150g , Kompot 250 M ,

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

**Posiłek nocny:** Kefir 250g (7),

**Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:**

| Lp | Opis           | Wartość energetyczna[kcal] | Białko ogółem | Tłuszcz     | Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem | Węglowodany ogółem | Błonnik pokarmowy | Sól         |
|----|----------------|----------------------------|---------------|-------------|----------------------------------|--------------------|-------------------|-------------|
|    |                | [kcal]                     | [g]           | [g]         | [g]                              | [g]                | [g]               | [g]         |
| 1  | Śniadanie      | 525,30000000               | 32,10000000   | 22,60000000 | 8,20000000                       | 0,00000000         | 51,80000000       | 7,00000000  |
| 2  | 2. śniadanie   | 36,00000000                | 1,60000000    | 0,40000000  | 0,10000000                       | 0,00000000         | 7,60000000        | 2,20000000  |
| 3  | Obiad          | 667,10000000               | 33,50000000   | 19,30000000 | 6,10000000                       | 0,00000000         | 96,80000000       | 13,60000000 |
| 4  | Kolacja        | 265,90000000               | 16,60000000   | 6,90000000  | 1,80000000                       | 0,00000000         | 36,80000000       | 4,90000000  |
| 5  | Posiłek nocny  | 50,00000000                | 3,40000000    | 2,00000000  | 1,20000000                       | 0,00000000         | 4,70000000        | 0,00000000  |
| 6  | Cały jadłospis | 1544,20000000              | 87,10000000   | 51,20000000 | 17,40000000                      | 0,00000000         | 197,60000000      | 27,80000000 |
| 7  | Różnica:       | 0,00000000                 | 0,00000000    | 0,00000000  | 0,00000000                       | 0,00000000         | 0,00000000        | 0,00000000  |

**Materiały do przygotowania posiłków:**

| Lp | Opis                        | Jm  |              |              |              |             |               | Ilość całkowita |
|----|-----------------------------|-----|--------------|--------------|--------------|-------------|---------------|-----------------|
|    |                             |     | Śniadanie    | II śniadanie | Obiad        | Kolacja     | Posiłek nocny |                 |
| 1  | Herbata granulowana         | g   | 10,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 10,00000000 | 0,00000000    | 20,00000000     |
| 2  | Herbata owocowa             | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 2,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 2,00000000      |
| 3  | koncentrat pomidorowy vat5% | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 5,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 5,00000000      |
| 4  | makaron świderki vat 5%     | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 40,00000000  | 0,00000000  | 0,00000000    | 40,00000000     |
| 5  | Mąka pszenna typ 500        | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 5,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 5,00000000      |
| 6  | Sok pomidorowy              | ml  | 0,00000000   | 200,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 200,00000000    |
| 7  | Udko kurczaka               | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 50,00000000  | 0,00000000  | 0,00000000    | 50,00000000     |
| 8  | Kiełbasa Zwyczajna          | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 60,00000000  | 0,00000000  | 0,00000000    | 60,00000000     |
| 9  | POLĘDWICA MIODOWA           | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 50,00000000 | 0,00000000    | 50,00000000     |
| 10 | Szynka konserwowa           | g   | 90,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 90,00000000     |
| 11 | kefir 180gr                 | szt | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000  | 1,00000000    | 1,00000000      |
| 12 | Ser żółty                   | g   | 20,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 20,00000000     |
| 13 | Jabłka                      | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 40,00000000  | 0,00000000  | 0,00000000    | 40,00000000     |
| 14 | Chleb gracham               | g   | 100,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000   | 75,00000000 | 0,00000000    | 175,00000000    |
| 15 | Masło roślinne 500g         | g   | 25,00000000  | 0,00000000   | 10,00000000  | 10,00000000 | 0,00000000    | 45,00000000     |
| 16 | Cebula                      | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 10,00000000  | 0,00000000  | 0,00000000    | 10,00000000     |
| 17 | Kapusta biała               | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 120,00000000 | 0,00000000  | 0,00000000    | 120,00000000    |
| 18 | Kapusta kiszona vat 5%      | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 180,00000000 | 0,00000000  | 0,00000000    | 180,00000000    |
| 19 | Koper świeży zielony        | g   | 2,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 2,00000000      |

|    |                        |   |              |             |               |              |             |               |
|----|------------------------|---|--------------|-------------|---------------|--------------|-------------|---------------|
| 20 | Marchew                | g | 0,000000000  | 0,000000000 | 30,000000000  | 0,000000000  | 0,000000000 | 30,000000000  |
| 21 | Natka pietruszki       | g | 2,000000000  | 0,000000000 | 2,000000000   | 0,000000000  | 0,000000000 | 4,000000000   |
| 22 | Ogórki kiszzone vat 5% | g | 50,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000   | 0,000000000  | 0,000000000 | 50,000000000  |
| 23 | Ogórki świeże          | g | 10,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000   | 0,000000000  | 0,000000000 | 10,000000000  |
| 24 | Papryka świeża         | g | 10,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000   | 0,000000000  | 0,000000000 | 10,000000000  |
| 25 | Salata                 | g | 0,000000000  | 0,000000000 | 0,000000000   | 10,000000000 | 0,000000000 | 10,000000000  |
| 26 | Seler                  | g | 0,000000000  | 0,000000000 | 10,000000000  | 0,000000000  | 0,000000000 | 10,000000000  |
| 27 | Ziemniaki              | g | 0,000000000  | 0,000000000 | 183,000000000 | 0,000000000  | 0,000000000 | 183,000000000 |

2026-01-26      **Śniadanie**  
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

2026-01-26      **Obiad**  
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

2026-01-26      **Kolacja**  
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Zatwierdzam

**Jadłospis dla diety: trzustkowa**  
**na dzień: 2026-01-26**  
**dla kuchni: Kuchnia EŁK**

**Zawartość jadłospisu:**

**Śniadanie:** zupa płynna b/ml 250 M (9), bułka bagietka 100g M (1), Masło roślinne 10g , Pasta z wędliny, nat. pietruszki i koper , Herbata bez cukru 250 ml ,

**Obiad:** Ziemniaki gotowane 200g , Rosół z makaronem 400ml (1, 3, 9), Klopsiki w sosie pomidorowym 130g. (1, 3, 7), Kompot 250 M , Marchewka gotowana 200g. ,

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

**Posiłek nocny:** Kanapka z wędliną 120g M (1, 3),

**Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:**

| Lp | Opis           | Wartość energetyczna[kcal] | Białko ogółem | Tłuszcz     | Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem | Węglowodany ogółem | Błonnik pokarmowy | Sól         |
|----|----------------|----------------------------|---------------|-------------|----------------------------------|--------------------|-------------------|-------------|
|    |                | [kcal]                     | [g]           | [g]         | [g]                              | [g]                | [g]               | [g]         |
| 1  | Śniadanie      | 594,30000000               | 28,60000000   | 15,10000000 | 4,20000000                       | 0,00000000         | 88,50000000       | 4,80000000  |
| 2  | Obiad          | 799,70000000               | 50,10000000   | 14,70000000 | 4,20000000                       | 0,00000000         | 124,80000000      | 15,30000000 |
| 3  | Kolacja        | 521,10000000               | 20,60000000   | 10,90000000 | 2,80000000                       | 0,00000000         | 87,50000000       | 4,50000000  |
| 4  | Posiłek nocny  | 246,50000000               | 12,60000000   | 5,10000000  | 1,50000000                       | 0,00000000         | 40,10000000       | 5,40000000  |
| 5  | Cały jadłospis | 2161,60000000              | 111,80000000  | 45,80000000 | 12,70000000                      | 0,00000000         | 340,80000000      | 30,10000000 |
| 6  | Różnica:       | 0,00000000                 | 0,00000000    | 0,00000000  | 0,00000000                       | 0,00000000         | 0,00000000        | 0,00000000  |

**Materiały do przygotowania posiłków:**

| Lp | Opis                        | Jm  |              |              |              |               | Ilość całkowita |
|----|-----------------------------|-----|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
|    |                             |     | Śniadanie    | Obiad        | Kolacja      | Posiłek nocny |                 |
| 1  | Herbata granulowana         | g   | 10,00000000  | 0,00000000   | 10,00000000  | 0,00000000    | 20,00000000     |
| 2  | Herbata owocowa             | g   | 0,00000000   | 2,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 2,00000000      |
| 3  | Kasza manna                 | g   | 0,00000000   | 10,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000    | 10,00000000     |
| 4  | koncentrat pomidorowy vat5% | g   | 0,00000000   | 8,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 8,00000000      |
| 5  | makaron świderki vat 5%     | g   | 0,00000000   | 40,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000    | 40,00000000     |
| 6  | Mąka pszenna typ 500        | g   | 0,00000000   | 10,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000    | 10,00000000     |
| 7  | Ryż                         | g   | 20,00000000  | 0,00000000   | 20,00000000  | 0,00000000    | 40,00000000     |
| 8  | Sól                         | g   | 1,00000000   | 0,00000000   | 1,00000000   | 0,00000000    | 2,00000000      |
| 9  | Mięso gulaszowe indyka      | g   | 0,00000000   | 130,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000    | 130,00000000    |
| 10 | Udko kurczaka               | g   | 0,00000000   | 50,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000    | 50,00000000     |
| 11 | jaja płynne 8 %             | g   | 0,00000000   | 5,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 5,00000000      |
| 12 | Szynka konserwowa           | g   | 90,00000000  | 0,00000000   | 50,00000000  | 30,00000000   | 170,00000000    |
| 13 | Jogurt naturalny 150 g M    | szt | 0,00000000   | 0,30000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 0,30000000      |
| 14 | Jabłka                      | g   | 0,00000000   | 40,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000    | 40,00000000     |
| 15 | Bułka wyborowa - bagietka   | g   | 100,00000000 | 0,00000000   | 100,00000000 | 0,00000000    | 200,00000000    |
| 16 | Chleb gracham               | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 80,00000000   | 80,00000000     |
| 17 | Pieprz ziółowy              | g   | 1,00000000   | 0,00000000   | 1,00000000   | 0,00000000    | 2,00000000      |
| 18 | Masło roślinne 500g         | g   | 15,00000000  | 5,00000000   | 10,00000000  | 5,00000000    | 35,00000000     |
| 19 | Olej                        | g   | 2,00000000   | 0,00000000   | 2,00000000   | 0,00000000    | 4,00000000      |
| 20 | Koper świeży zielony        | g   | 5,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 5,00000000      |

|    |                  |   |               |                |               |               |                |
|----|------------------|---|---------------|----------------|---------------|---------------|----------------|
| 21 | Marchew          | g | 20,00000000   | 230,00000000   | 20,00000000   | 0,0000000000  | 270,00000000   |
| 22 | Natka pietruszki | g | 7,0000000000  | 4,0000000000   | 2,0000000000  | 0,0000000000  | 13,0000000000  |
| 23 | Pietruszka       | g | 5,0000000000  | 0,0000000000   | 5,0000000000  | 0,0000000000  | 10,0000000000  |
| 24 | Pomidory         | g | 0,0000000000  | 0,0000000000   | 0,0000000000  | 20,0000000000 | 20,0000000000  |
| 25 | Seler            | g | 5,0000000000  | 10,0000000000  | 5,0000000000  | 0,0000000000  | 20,0000000000  |
| 26 | Ziemniaki        | g | 50,0000000000 | 244,0000000000 | 50,0000000000 | 0,0000000000  | 344,0000000000 |

2026-01-26      **Śniadanie**  
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

2026-01-26      **Obiad**  
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

2026-01-26      **Kolacja**  
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

**Sporządził**

**Zatwierdził**

**Jadłospis dla diety: cukrzycowa 1800**  
**na dzień: 2026-01-26**  
**dla kuchni: Kuchnia EŁK**

Zatwierdzam

**Zawartość jadłospisu:**

**Śniadanie:** Chleb graham 100g (1, 3), Masło roślinne 10g , Pasta z wędliny z warzywami 100 , Herbata bez cukru 250 ml , Ser żółty 30 (7), Ogórek kiszony 50g. ,

**2. śniadanie:** Sok pomidorowy M ,

**Obiad:** Rosół z makaronem 400ml (1, 3, 9), Bigos 300g (1), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 250 M ,

**Podwieczorek:** Jajko gotowane 25 g (3), chleb graham 25g (1, 3),

**Kolacja:** Herbata bez cukru 250 ml , Szynka konserwowa 50 , Chleb graham 100g (1, 3), sałata 10g. , Masło roślinne

**Posiłek nocny:** Kefir 250g (7),

**Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:**

| Lp | Opis           | Wartość energetyczna[kcal] | Białko ogółem | Tłuszcz     | Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem | Węglowodany ogółem | Błonnik pokarmowy | Sól         |
|----|----------------|----------------------------|---------------|-------------|----------------------------------|--------------------|-------------------|-------------|
|    |                | [kcal]                     | [g]           | [g]         | [g]                              | [g]                | [g]               | [g]         |
| 1  | Śniadanie      | 557,10000000               | 34,90000000   | 24,90000000 | 9,60000000                       | 0,00000000         | 51,80000000       | 7,00000000  |
| 2  | 2. śniadanie   | 36,00000000                | 1,60000000    | 0,40000000  | 0,10000000                       | 0,00000000         | 7,60000000        | 2,20000000  |
| 3  | Obiad          | 720,20000000               | 34,60000000   | 19,30000000 | 6,10000000                       | 0,00000000         | 109,30000000      | 14,60000000 |
| 4  | Podwieczorek   | 92,80000000                | 5,20000000    | 2,90000000  | 0,80000000                       | 0,00000000         | 12,30000000       | 1,60000000  |
| 5  | Kolacja        | 336,60000000               | 18,10000000   | 8,80000000  | 2,60000000                       | 0,00000000         | 49,50000000       | 6,50000000  |
| 6  | Posiłek nocny  | 50,00000000                | 3,40000000    | 2,00000000  | 1,20000000                       | 0,00000000         | 4,70000000        | 0,00000000  |
| 7  | Cały jadłospis | 1792,60000000              | 97,80000000   | 58,30000000 | 20,40000000                      | 0,00000000         | 235,20000000      | 32,00000000 |
| 8  | Różnica:       | 0,00000000                 | 0,00000000    | 0,00000000  | 0,00000000                       | 0,00000000         | 0,00000000        | 0,00000000  |

**Materiały do przygotowania posiłków:**

| Lp | Opis                        | Jm  |              |              |             |              |              |               | Ilość całkowita |
|----|-----------------------------|-----|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
|    |                             |     | Śniadanie    | II śniadanie | Obiad       | Podwieczorek | Kolacja      | Posiłek nocny |                 |
| 1  | Herbata granulowana         | g   | 10,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000   | 10,00000000  | 0,00000000    | 20,00000000     |
| 2  | Herbata owocowa             | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 2,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 2,00000000      |
| 3  | koncentrat pomidorowy vat5% | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 5,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 5,00000000      |
| 4  | makaron świderki vat 5%     | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 40,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 40,00000000     |
| 5  | Mąka pszenna typ 500        | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 5,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 5,00000000      |
| 6  | Sok pomidorowy              | ml  | 0,00000000   | 200,00000000 | 0,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 200,00000000    |
| 7  | Udko kurczaka               | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 50,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 50,00000000     |
| 8  | jaja płynne 8 %             | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000  | 25,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000    | 25,00000000     |
| 9  | Kielbasa Zwyczajna          | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 60,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 60,00000000     |
| 10 | Szynka konserwowa           | g   | 90,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000   | 50,00000000  | 0,00000000    | 140,00000000    |
| 11 | kefir 180gr                 | szt | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 1,00000000    | 1,00000000      |
| 12 | Ser żółty                   | g   | 30,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 30,00000000     |
| 13 | Jabłka                      | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 40,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 40,00000000     |
| 14 | Chleb gracham               | g   | 100,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000  | 25,00000000  | 100,00000000 | 0,00000000    | 225,00000000    |
| 15 | Masło roślinne 500g         | g   | 25,00000000  | 0,00000000   | 10,00000000 | 0,00000000   | 10,00000000  | 0,00000000    | 45,00000000     |
| 16 | Cebula                      | g   | 0,00000000   | 0,00000000   | 10,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000    | 10,00000000     |

|    |                        |   |             |             |             |             |             |             |             |
|----|------------------------|---|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 17 | Kapusta biała          | g | 0,000000000 | 0,000000000 | 120,0000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 120,0000000 |
| 18 | Kapusta kiszona vat 5% | g | 0,000000000 | 0,000000000 | 180,0000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 180,0000000 |
| 19 | Koper świeży zielony   | g | 2,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 2,000000000 |
| 20 | Marchew                | g | 0,000000000 | 0,000000000 | 30,0000000  | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 30,0000000  |
| 21 | Natka pietruszki       | g | 2,000000000 | 0,000000000 | 2,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 4,000000000 |
| 22 | Ogórki kiszone vat 5%  | g | 50,0000000  | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 50,0000000  |
| 23 | Ogórki świeże          | g | 10,0000000  | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 10,0000000  |
| 24 | Papryka świeża         | g | 10,0000000  | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 10,0000000  |
| 25 | Salata                 | g | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 10,0000000  | 0,000000000 | 10,0000000  |
| 26 | Seler                  | g | 0,000000000 | 0,000000000 | 10,0000000  | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 10,0000000  |
| 27 | Ziemniaki              | g | 0,000000000 | 0,000000000 | 244,0000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 244,0000000 |

2026-01-26      **Śniadanie**  
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

2026-01-26      **Obiad**  
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

2026-01-26      **Kolacja**  
Posiłek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

Zatwierdzam

**Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa**  
**na dzień: 2026-01-26**  
**dla kuchni: Kuchnia EŁK**

**Zawartość jadłospisu:**

**Śniadanie:** zupa płynna b/ml + mięso (**1, 3, 9**), bułka bagietka 100g M (**1**), masło śmietankowe 10g (**7**), Pasta z wędliny, nat. pietruszki i koper , Herbata z cukrem 250ml M , Jabłko 150g. , ser żółty 40g (**7**), Ogórek świeży - plasterki 30g

**2. śniadanie:** Jogurt naturalny M (**7**),

**Obiad:** Klopsiki w sosie pomidorowym 130g. (**1, 3, 7**), Ziemniaki gotowane 200g , Marchewka gotowana z groszkiem 130 (**1**), Zupa krem z groszku zielonego 400g M (**7, 9**), Kompot 250 M ,

**Podwieczorek:** Budyń z sokiem owoc. 200ml M (**7**),

**Kolacja:** masło śmietankowe 10g (**7**), Szynka konserwowa 40M , zupa płynna b/ml + mięso (**1, 3, 9**), bułka bagietka 100g M (**1**), Herbata z cukrem 250ml M , sałata 10g. ,

**Posilek nocny:** Kefir 250g (**7**),

**Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:**

| Lp | Opis           | Wartość energetyczna[kcal] | Białko ogółem | Tłuszcz      | Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem | Węglowodany ogółem | Błonnik pokarmowy | Sól         |
|----|----------------|----------------------------|---------------|--------------|----------------------------------|--------------------|-------------------|-------------|
|    |                | [kcal]                     | [g]           | [g]          | [g]                              | [g]                | [g]               | [g]         |
| 1  | Śniadanie      | 1188,00000000              | 65,90000000   | 42,80000000  | 16,20000000                      | 0,00000000         | 140,30000000      | 11,40000000 |
| 2  | 2. śniadanie   | 60,00000000                | 4,30000000    | 2,00000000   | 1,20000000                       | 0,00000000         | 6,20000000        | 0,00000000  |
| 3  | Obiad          | 854,40000000               | 45,80000000   | 27,00000000  | 3,70000000                       | 0,00000000         | 116,10000000      | 18,00000000 |
| 4  | Podwieczorek   | 178,80000000               | 6,20000000    | 3,60000000   | 2,10000000                       | 0,00000000         | 30,40000000       | 0,10000000  |
| 5  | Kolacja        | 898,30000000               | 44,10000000   | 28,40000000  | 9,00000000                       | 0,00000000         | 120,40000000      | 8,10000000  |
| 6  | Posilek nocny  | 50,00000000                | 3,40000000    | 2,00000000   | 1,20000000                       | 0,00000000         | 4,70000000        | 0,00000000  |
| 7  | Cały jadłospis | 3229,60000000              | 169,70000000  | 105,90000000 | 33,40000000                      | 0,00000000         | 418,20000000      | 37,50000000 |
| 8  | Różnica:       | 0,00000000                 | 0,00000000    | 0,00000000   | 0,00000000                       | 0,00000000         | 0,00000000        | 0,00000000  |

**Materiały do przygotowania posiłków:**

| Lp | Opis                        | Jm  |             |              |              |              |             |               | Ilość całkowita |
|----|-----------------------------|-----|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|---------------|-----------------|
|    |                             |     | Śniadanie   | II śniadanie | Obiad        | Podwieczorek | Kolacja     | Posilek nocny |                 |
| 1  | budyń vat 5%                | g   | 0,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 20,00000000  | 0,00000000  | 0,00000000    | 20,00000000     |
| 2  | Cukier                      | g   | 15,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 15,00000000 | 0,00000000    | 30,00000000     |
| 3  | Herbata granulowana         | g   | 1,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 1,00000000  | 0,00000000    | 2,00000000      |
| 4  | Herbata owocowa             | g   | 0,00000000  | 0,00000000   | 2,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 2,00000000      |
| 5  | Kasza jęczmienna            | g   | 40,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 40,00000000 | 0,00000000    | 80,00000000     |
| 6  | Kasza manna                 | g   | 0,00000000  | 0,00000000   | 10,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 10,00000000     |
| 7  | koncentrat pomidorowy vat5% | g   | 0,00000000  | 0,00000000   | 8,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 8,00000000      |
| 8  | Mąka pszenna typ 500        | g   | 0,00000000  | 0,00000000   | 15,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 15,00000000     |
| 9  | Syrop owocowy               | ml  | 0,00000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 5,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 5,00000000      |
| 10 | Mięso gulaszowe indyka      | g   | 0,00000000  | 0,00000000   | 130,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 130,00000000    |
| 11 | Piersi kurczaka             | g   | 80,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 80,00000000 | 0,00000000    | 160,00000000    |
| 12 | jaja gotowane               | szt | 0,50000000  | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,50000000  | 0,00000000    | 1,00000000      |
| 13 | jaja płynne 8 %             | g   | 0,00000000  | 0,00000000   | 5,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 5,00000000      |
| 14 | Szynka konserwowa           | g   | 90,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000   | 0,00000000   | 40,00000000 | 0,00000000    | 130,00000000    |
| 15 | Groszek zielony             | g   | 0,00000000  | 0,00000000   | 120,00000000 | 0,00000000   | 0,00000000  | 0,00000000    | 120,00000000    |

|    |                           |     |             |             |             |             |             |             |             |
|----|---------------------------|-----|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 16 | Jogurt naturalny 150 g M  | szt | 0,000000000 | 1,000000000 | 0,600000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 1,600000000 |
| 17 | kefir 180gr               | szt | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 1,000000000 | 1,000000000 |
| 18 | Mleko 2%                  | g   | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 180,0000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 180,0000000 |
| 19 | Ser żółty                 | g   | 40,00000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 40,00000000 |
| 20 | Jablka                    | g   | 150,0000000 | 0,000000000 | 40,00000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 190,0000000 |
| 21 | Bulka wyborowa - bagietka | g   | 100,0000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 100,0000000 | 0,000000000 | 200,0000000 |
| 22 | Masło roślinne 500g       | g   | 5,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 5,000000000 |
| 23 | Masło śmietankowe         | g   | 10,00000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 10,00000000 | 0,000000000 | 20,00000000 |
| 24 | Olej                      | g   | 10,00000000 | 0,000000000 | 20,00000000 | 0,000000000 | 10,00000000 | 0,000000000 | 40,00000000 |
| 25 | Koper świeży zielony      | g   | 5,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 5,000000000 |
| 26 | Marchew                   | g   | 40,00000000 | 0,000000000 | 130,0000000 | 0,000000000 | 40,00000000 | 0,000000000 | 210,0000000 |
| 27 | Natka pietruszki          | g   | 5,000000000 | 0,000000000 | 2,500000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 7,500000000 |
| 28 | Ogórki świeże             | g   | 30,00000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 30,00000000 |
| 29 | Pietruszka                | g   | 15,00000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 15,00000000 | 0,000000000 | 30,00000000 |
| 30 | Salata                    | g   | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 0,000000000 | 10,00000000 | 0,000000000 | 10,00000000 |
| 31 | Seler                     | g   | 15,00000000 | 0,000000000 | 5,000000000 | 0,000000000 | 15,00000000 | 0,000000000 | 35,00000000 |
| 32 | Ziemniaki                 | g   | 50,00000000 | 0,000000000 | 274,0000000 | 0,000000000 | 50,00000000 | 0,000000000 | 374,0000000 |

2026-01-26            **Śniadanie**  
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

2026-01-26            **Obiad**  
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

2026-01-26            **Kolacja**  
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń  
Zgodny z jadłospisem  
Można wydać

Sporządził

Zatwierdził

## 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 - Mięczaki i pochodne,

