

### Jadłospisy dla oddziałów (data, oddział, dieta)

**2023-11-26**

**2b**

**podstawowa**

#### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(*GLU, MLE*)  
kielbasa zwyczajna 110g 120 g  
(*SOJ, SEL*)  
ser do chleba 125 g  
(*MLE*)  
chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
musztarda 11 g  
(*GOR*)  
ogórek świeży pilotaż 75 g

#### Obiad

kalafiorowa z ryżem 500 ml  
(*GLU, MLE, SEL*)  
paprykarz wieprzowy -projekt 205 g  
(*GLU, MLE*)  
ziemniaki 250 250 g  
sałatka z kapusty czerwonej 100 g  
napój z owoców 400 ml

#### Kolacja

twaróg na słodko 100 g  
(*MLE*)  
salceson z indyka 50 g  
(*GLU, SOJ, GOR*)  
masło mix 20g 20 g  
chleb 150g 150 g  
jabłko 1 szt

#### Posiłek nocny

serek homogenizowany owocowy 150 g  
(*MLE*)

**łatwo strawna**

#### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(*GLU, MLE*)  
szynka konserwowa drobiowa w bloku  
57 g

ser do chleba 125 g  
(*MLE*)  
chleb pszenny 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
pomidor 100 100 g

#### Obiad

kalafiorowa z ryżem 500 ml  
(*GLU, MLE, SEL*)  
gulasz wieprzowy -pilotaż dieta 205 g  
(*GLU, SEL*)  
surówka z warzyw mieszanych 100 g  
(*MLE*)  
ziemniaki 250 250 g  
napój z owoców 400 ml

#### Kolacja

twaróg na słodko 100 g  
(*MLE*)  
salceson z indyka 50 g  
(*GLU, SOJ, GOR*)  
masło mix 20g 20 g  
chleb pszenny 150g 150 g  
jabłko 1 szt

#### Posiłek nocny

serek homogenizowany owocowy 150 g  
(*MLE*)

**niskotłuszczowe**

#### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(*GLU, MLE*)  
szynka konserwowa drobiowa w bloku  
57 g  
ser do chleba 125 g  
(*MLE*)  
chleb pszenny 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
pomidor 100 100 g

#### Obiad

jarzynowa zabieleną z makaronem  
niskotłuszczowa 500 ml  
(*GLU, JAJ, MLE, SEL*)  
gulasz wieprzowy -pilotaż dieta 205 g  
(*GLU, SEL*)

surówka z warzyw mieszanych drobno  
starta 100 g  
ziemniaki 250 250 g  
napój z owoców 400 ml

#### Kolacja

twaróg na słodko 100 g  
(*MLE*)  
kielbasa szynkowa drobiowa 36 g  
(*GLU, SOJ*)  
masło mix 20g 20 g  
chleb pszenny 150g 150 g  
jabłko gotowane 1 szt

#### Posiłek nocny

serek homogenizowany owocowy 150 g  
(*MLE*)

**cukrzyca 5**

#### Śniadanie

herbata b/c 500 ml  
szynka konserwowa drobiowa w bloku  
57 g  
chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
pomidor 100 100 g  
ser do chleba 125 g  
(*MLE*)

#### 2. śniadanie

chleb 30g 30 g  
serek do chleba 1/2szt 62,5 g  
(*MLE*)

#### Obiad

kalafiorowa z ryżem 500 ml  
(*GLU, MLE, SEL*)  
gulasz wieprzowy -pilotaż dieta 205 g  
(*GLU, SEL*)  
surówka z warzyw mieszanych  
-cukrzyca 100 g  
(*MLE*)  
ziemniaki 250 250 g  
napój z owoców b/cukru 400 ml

#### Podwieczorek

chleb 30g 30 g

kielbasa szynkowa drobiowa 36 g  
(*GLU, SOJ*)

#### Kolacja

twaróg z serem 100 g  
(*MLE*)  
szynka konserwowa 36 g  
masło mix 20g 20 g  
chleb razowy 150g 150 g  
jabłko 1 szt  
ser do chleba smakowy 1/2szt 62,5 g  
(*MLE*)

#### Posiłek nocny

serek homogenizowany naturalny 75 g  
(*MLE*)

**wegetariańska**

#### Śniadanie

kawa zbożowa na mleku w proszku  
450 ml  
(*GLU, MLE*)  
chleb 180G 180 g  
masło mix 20g 20 g  
ser do chleba 125 g  
(*MLE*)  
konserwa rybna 1/2 szt 120 g  
(*RYB*)  
pomidor 100 100 g

#### Obiad

kalafiorowa z ryżem 500 ml  
(*GLU, MLE, SEL*)  
ziemniaki 4 szt 4 szt  
pesto ze szpinaku projekt 120 g  
(*MLE*)  
sałatka z kapusty czerwonej 150 g  
napój z owoców 400 ml

#### Kolacja

twaróg na słodko 100 g  
(*MLE*)  
ser żółty 36g 36 g  
(*MLE*)  
chleb 180G 180 g  
masło mix 20g 20 g  
jabłko 1 szt

#### Posiłek nocny

serek homogenizowany owocowy 150 g  
(*MLE*)

**2023-11-27**

**2b**

**podstawowa**

#### Śniadanie

mleko 500 ml  
(*MLE*)  
ser ziarnisty 150 g  
powidło do zupy 40 g  
chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
jabłko 1 szt

#### Obiad

koperkowa zabieleną z ziemniakami  
500 ml  
(*GLU, MLE, SEL*)  
spaghetti z miesem woł-pilotaż 350 g  
(*GLU, JAJ, SEL*)  
napój z owoców 400 ml

#### Kolacja

salceson z indyka 65 g  
(*GLU, SOJ, GOR*)  
sałatka z pora 1/2 50 g  
(*JAJ, MLE, GOR*)  
chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
ketchup 11 g

#### Posiłek nocny

jabłko 1 szt

**łatwo strawna**

#### Śniadanie

mleko 500 ml  
(*MLE*)  
ser ziarnisty 150 g  
powidło do zupy 40 g  
chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
jabłko 1 szt

#### Obiad

## Jadłospisy dla oddziałów (data, oddział, dieta)

koperkowa zabelana z ziemniakami  
500 ml  
(**GLU, MLE, SEL**)

sos woł-pomidorowy-pilotaż 205 g  
(**GLU, SEL**)

makaron spaghetti 200 g  
napój z owocow 400 ml

### Kolacja

salceson z indyka 65 g  
(**GLU, SOJ, GOR**)

ser do chleba 125 g  
(**MLE**)

chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
ketchup 11 g

pomidor projekt 75 g

### Posiłek nocny

jabłko 1 szt

#### niskotłuszczowe

### Śniadanie

mleko 500 ml  
(**MLE**)

ser ziarnisty 150 g  
powidło do zupy 40 g

chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g

jabłko 1 szt

### Obiad

koperkowa zabelana z ziemniakami  
500 ml  
(**GLU, MLE, SEL**)

sos woł-pomidorowy-pilotaż 205 g  
(**GLU, SEL**)

makaron nitki 200 g  
napój z owocow 400 ml

### Kolacja

szynka konserwowa drobiowa w bloku  
57 g

ser do chleba 125 g  
(**MLE**)

chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
pomidor projekt 75 g

### Posiłek nocny

jabłko 1 szt

#### cukrzyca 5

### Śniadanie

ryba w folii z jarzynami 80 g  
masło mix 20g 20 g  
chleb 150g 150 g  
ser ziarnisty 150 g  
jabłko 1 szt

### 2. śniadanie

chleb 30g 30 g  
jogurt naturalny 150 g

### Obiad

koperkowa zabelana z ziemniakami  
500 ml  
(**GLU, MLE, SEL**)

sos mięsny wołowy  
pomidorowy-projekt 205 g  
(**GLU, SEL**)

makaron spaghetti 200 g

napój z owoców b/cukru 400 ml

### Podwieczorek

chleb 30g 30 g  
twaróg 50 g 50 g  
(**MLE**)

### Kolacja

salceson z indyka 65 g  
(**GLU, SOJ, GOR**)

ser do chleba 125 g  
(**MLE**)

masło mix 20g 20 g  
chleb 150g 150 g  
pomidor projekt 75 g

### Posiłek nocny

jabłko 1 szt

#### wegetariańska

### Śniadanie

mleko 500 ml  
(**MLE**)

ser ziarnisty 150 g  
powidło do zupy 40 g

chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
jabłko 1 szt

### Obiad

koperkowa zabelana z ziemniakami  
500 ml  
(**GLU, MLE, SEL**)

spaghetti wegetariańskie-pilotaż 350 g  
(**GLU, MLE, SEL**)

napój z owocow 400 ml

### Kolacja

ser do chleba 125 g  
(**MLE**)

sałatka z pora 1/2 50 g  
(**JAJ, MLE, GOR**)

chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
jabłko 1 szt

2023-11-28

2b

#### podstawowa

### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(**GLU, MLE**)

serek homogenizowany naturalny 150 g  
(**MLE**)

chleb 150g 150 g

masło mix 20g 20 g  
konserwa rybna 1/2 szt 120 g  
(**RYB**)

jabłko 1 szt

### Obiad

pieczarkowa zabelana z makaronem  
500 ml  
(**GLU, JAJ, MLE, SEL**)

potrawka drobiowa - projekt 240 g  
(**GLU, MLE, SEL**)

ziemniaki 250 250 g  
marchewka duszona 130 g  
(**GLU**)

napój z owocow 400 ml

### Kolacja

kielbasa żywiecka 57 g  
jajko gotowane 50 g  
(**JAJ**)

chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
ogórek kiszony 100g 100 g  
herbata z cukrem 500 ml

### Posiłek nocny

jogurt owocowy 150 ml

#### łatwo strawna

### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(**GLU, MLE**)

serek homogenizowany naturalny 150 g  
(**MLE**)

chleb 150g 150 g

masło mix 20g 20 g  
szynka wieprzowa 36g 36 g  
(**GLU, SOJ, MLE, SEL**)

jabłko 1 szt

### Obiad

jarzynowa zabelana z makaronem  
500 ml  
(**GLU, JAJ, MLE, SEL**)

potrawka drobiowa - projekt 240 g  
(**GLU, MLE, SEL**)

ziemniaki 250 250 g  
marchewka duszona świeża 130 g  
(**GLU**)

napój z owocow 400 ml

### Kolacja

szynka konserwowa drobiowa w bloku  
57 g

jajko gotowane 50 g  
(**JAJ**)

chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g

sałata 10 g  
herbata z cukrem 500 ml

### Posiłek nocny

jogurt owocowy 150 ml

#### niskotłuszczowe

### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(**GLU, MLE**)

serek homogenizowany naturalny 150 g  
(**MLE**)

chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
szynka wieprzowa 36g 36 g  
(**GLU, SOJ, MLE, SEL**)

jabłko gotowane 1 szt

### Obiad

jarzynowa zabelana z makaronem  
niskotłuszczowa 500 ml  
(**GLU, JAJ, MLE, SEL**)

potrawka drobiowa - projekt 240 g  
(**GLU, MLE, SEL**)

ziemniaki 250 250 g  
marchewka duszona 130 g  
(**GLU**)

napój z owocow 400 ml

### Kolacja

szynka konserwowa drobiowa w bloku  
57 g

miod 25 g  
chleb 150g 150 g

masło mix 20g 20 g  
sałata 10 g

herbata z cukrem 500 ml

### Posiłek nocny

jogurt owocowy 150 ml

#### cukrzyca 5

### Śniadanie

serek homogenizowany naturalny 150 g  
(**MLE**)

chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
szynka wieprzowa 36g 36 g  
(**GLU, SOJ, MLE, SEL**)

### 2. śniadanie

## Jadłospisy dla oddziałów (data, oddział, dieta)

szynka gotowana wieprzowa 36g 36 g  
(*GLU, SOJ, MLE, SEL*)

chleb 30g 30 g

### Obiad

jarzynowa zabeliana z makaronem  
500 ml

(*GLU, JAJ, MLE, SEL*)

potrawka drobiowa - projekt 240 g  
(*GLU, MLE, SEL*)

ziemniaki 250 250 g

marchewka duszona świeża 130 g  
(*GLU*)

napój owocowy b/cukru 400 ml

### Podwieczorek

chleb 30g 30 g

ser zółty 36g 36 g  
(*MLE*)

### Kolacja

szynka konserwowa drobiowa w bloku  
57 g

jajko gotowane 50 g  
(*JAJ*)

chleb 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

sałata 10 g

herbata b/c 500 ml

### Posiłek nocny

jogurt naturalny 150 g

#### wegetariańska

### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(*GLU, MLE*)

serek homogenizowany naturalny 150 g  
(*MLE*)

chleb 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

konserwa rybna 1/2 szt 120 g  
(*RYB*)

jabłko 1 szt

### Obiad

pieczarkowa zabeliana z makaronem  
500 ml

(*GLU, JAJ, MLE, SEL*)

kotlety ziemniaczane-projekt 350 g  
(*GLU, JAJ*)

marchewka duszona świeża 130 g  
(*GLU*)

napój z owoców 400 ml

jogurt naturalny 150 g

### Kolacja

pasta z jajek 100 g  
(*JAJ*)

chleb 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

miod 25 g

ogórek kiszony 100g 100 g

### Posiłek nocny

jogurt owocowy 150 ml

**2023-11-29**

**2b**

#### podstawowa

### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(*GLU, MLE*)

kiełbasa krakowska 57 g  
(*GLU, SOJ*)

ser zółty 36g 36 g  
(*MLE*)

chleb 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

ogórek świeży 100 g

### Obiad

pomidorowa z ryżem ml. 500 ml  
(*GLU, MLE, SEL*)

gulasz z żołądkow drobiowych  
-nor.pilotaz 205 g  
(*GLU*)

ziemniaki 250 250 g

surówka colesław 100 g

napój z owoców 400 ml

### Kolacja

twarożek z cebulką czerwoną 100 g  
(*MLE*)

pieczeń rzymska 36 g

chleb 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

pomidor projekt 75 g

herbata z cukrem 500 ml

#### łatwo strawna

### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(*GLU, MLE*)

kiełbasa krakowska 57 g  
(*GLU, SOJ*)

twaróg 50 g 50 g  
(*MLE*)

chleb pszenny 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

jabłko 1 szt

### Obiad

pomidorowa z ryżem ml. 500 ml  
(*GLU, MLE, SEL*)

gulasz z żołądkow drobiowych  
-nor.pilotaz 205 g  
(*GLU*)

ziemniaki 250 250 g

sałatka z kapusty włoskiej diety 100 g

napój owocowy 400 ml

### Kolacja

twaróg z pietruszką zieloną świeża 100 g  
(*MLE*)

szynka konserwowa 36 g  
chleb pszenny 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

pomidor projekt 75 g

herbata z cukrem 500 ml

### Posiłek nocny

serek homogenizowany owocowy 150 g  
(*MLE*)

#### niskotłuszczowe

### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(*GLU, MLE*)

kiełbasa krakowska 57 g  
(*GLU, SOJ*)

twaróg 50 g 50 g  
(*MLE*)

chleb pszenny 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

jabłko 1 szt

### Obiad

pomidorowa z ryżem ml. 500 ml  
(*GLU, MLE, SEL*)

wołowina w sosie własnym-dieta pilotaz  
205 g  
(*GLU*)

ziemniaki 250 250 g

surówka z selera drobno starta 100 g

napój z owoców 400 ml

### Kolacja

twaróg z pietruszką zieloną świeża 100 g  
(*MLE*)

szynka konserwowa 36 g  
chleb pszenny 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

pomidor projekt 75 g

herbata z cukrem 500 ml

### Posiłek nocny

serek homogenizowany owocowy 150 g  
(*MLE*)

#### cukrzyca 5

### Śniadanie

herbata z cukrem 500 ml  
kiełbasa krakowska 57 g  
(*GLU, SOJ*)

twaróg 50 g 50 g  
(*MLE*)

chleb 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

jabłko 1 szt

### 2. śniadanie

chleb 30g 30 g

jajko gotowane 50 g  
(*JAJ*)

### Obiad

pomidorowa z ryżem ml. 500 ml  
(*GLU, MLE, SEL*)

gulasz z żołądkow drobiowych  
-nor.pilotaz 205 g  
(*GLU*)

ziemniaki 250 250 g

sałatka z kapusty włoskiej diety 100 g

napój z owoców b/cukru 400 ml

### Podwieczorek

chleb 30g 30 g

kiełbasa żywiecka- 36 g

### Kolacja

twaróg z pietruszką zieloną świeża 100 g  
(*MLE*)

szynka konserwowa 36 g  
chleb razowy 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

pomidor projekt 75 g

herbata b/c 500 ml

### Posiłek nocny

serek homogenizowany naturalny 150 g  
(*MLE*)

#### wegetariańska

### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(*GLU, MLE*)

sałatka z pieczarek 100 g  
(*JAJ, MLE*)

chleb 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

ogórek świeży 100 g

### Obiad

pomidorowa z ryżem ml. 500 ml  
(*GLU, MLE, SEL*)

gulasz z żołądkow drobiowych  
-nor.pilotaz 205 g  
(*GLU*)

ziemniaki 250 250 g

### Jadłospisy dla oddziałów (data, oddział, dieta)

surówka coleslaw 100 g  
napój z owocow 400 ml

#### Kolacja

twaróg z cebulką czerwoną 100 g  
(*MLE*)  
pieczeń rzymska 36 g  
chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
pomidor projekt 75 g  
herbata z cukrem 500 ml

**2023-11-30**

**2b**

#### podstawowa

#### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(*GLU, MLE*)  
parówki drobiowe 120 g  
(*SOJ*)  
chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
pomidor 100 100 g  
marmolada do zupy 40 g

#### Obiad

selerowa z makaronem zabelana 500 ml  
(*GLU, JAJ, MLE, SEL*)  
kotlet gorski-projekt 120 g  
(*GLU, JAJ*)  
ziemniaki 250 250 g  
sałatka z kapusty pekińskiej 100 g  
(*MLE*)  
napój z owocow 400 ml

#### Kolacja

sałatka jarzynowa -dieta 100 g  
(*MLE*)  
jajko gotowane 50 g  
(*JAJ*)  
ser żółty 36g 36 g  
(*MLE*)  
chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
herbata z cukrem 250 ml

#### Posiłek nocny

jabłko 1 szt

#### łatwo strawna

#### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(*GLU, MLE*)  
parówki drobiowe 120 g  
(*SOJ*)  
chleb pszenny 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
pomidor 100 100 g  
marmolada do zupy 40 g

#### Obiad

selerowa z makaronem zabelana 500 ml  
(*GLU, JAJ, MLE, SEL*)  
sos pomidorowy 100 ml  
(*GLU, MLE, SEL*)  
ziemniaki 250 250 g  
sałatka z kapusty pekińskiej 100 g  
(*MLE*)  
napój z owocow 400 ml  
klops woł-drobiowy.dieta-projekt 100 g  
(*JAJ*)  
sos pomidorowy 100 ml  
(*GLU, MLE, SEL*)

#### Kolacja

sałatka jarzynowa -dieta 100 g  
(*MLE*)  
jajko gotowane 50 g  
(*JAJ*)  
szynka gotowana wieprzowa 36g 36 g  
(*GLU, SOJ, MLE, SEL*)  
chleb pszenny 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
herbata z cukrem 250 ml

#### Posiłek nocny

jabłko 1 szt

#### niskotłuszczowe

#### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(*GLU, MLE*)

pierś z kurczaka 55 g  
chleb pszenny 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
pomidor 100 100 g  
marmolada do zupy 40 g

#### Obiad

selerowa z makaronem zabelana 500 ml  
(*GLU, JAJ, MLE, SEL*)  
pulpet woł-drobiowy-projekt 100 g  
(*JAJ*)  
sos pomidorowy 100 ml  
(*GLU, MLE, SEL*)  
ziemniaki 250 250 g  
surówka z marchwii i jabłka drobno starta 100 g  
(*MLE*)  
napój z owocow 400 ml

#### Kolacja

sałatka jarzynowa -diety niskotłuszczowe 100 g  
(*MLE*)  
szynka gotowana wieprzowa 36g 36 g  
(*GLU, SOJ, MLE, SEL*)  
chleb pszenny 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
herbata z cukrem 250 ml

#### Posiłek nocny

jabłko gotowane 1 szt

#### cukrzyca 5

#### Śniadanie

herbata z cukrem 500 ml  
parówki drobiowe 120 g  
(*SOJ*)  
ser do chleba 125 g  
(*MLE*)  
chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
pomidor 100 100 g

#### Obiad

selerowa z makaronem zabelana 500 ml  
(*GLU, JAJ, MLE, SEL*)

klops woł-drobiowy.dieta-projekt 100 g  
(*JAJ*)  
ziemniaki 250 250 g  
sałatka z kapusty pekińskiej 100 g  
(*MLE*)  
napój z owocow b/cukru 400 ml

#### Podwieczorek

chleb 30g 30 g  
ser do chleba smakowy 1/2szt 62,5 g  
(*MLE*)

#### Kolacja

sałatka jarzynowa -dieta 100 g  
(*MLE*)  
jajko gotowane 50 g  
(*JAJ*)  
szynka gotowana wieprzowa 36g 36 g  
(*GLU, SOJ, MLE, SEL*)  
chleb razowy 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
herbata z cukrem 250 ml

#### Posiłek nocny

jabłko 1 szt

#### wegetariańska

#### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(*GLU, MLE*)  
ser do chleba 125 g  
(*MLE*)  
chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
pomidor 100 100 g  
marmolada do zupy 40 g

#### Obiad

selerowa z makaronem zabelana 500 ml  
(*GLU, JAJ, MLE, SEL*)  
naleśniki z serem białym i szpinakiem-projekt 2 szt  
(*GLU, JAJ, MLE*)  
sałatka z kapusty pekińskiej 100 g  
(*MLE*)  
napój z owocow 400 ml

#### Kolacja

sałatka jarzynowa -dieta 100 g  
(*MLE*)  
jajko gotowane 50 g  
(*JAJ*)  
ser żółty 36g 36 g  
(*MLE*)  
chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
herbata z cukrem 250 ml

#### Posiłek nocny

jabłko 1 szt

**2023-12-01**

**2b**

#### podstawowa

#### Śniadanie

grysik na mleku 500 ml  
(*GLU, MLE*)  
szynka konserwowa 36 g  
chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
dżem 40g do zupy 40 g  
jabłko 1 szt

#### Obiad

zupa gulaszowa 500 ml  
(*GLU, SEL*)  
ryż do obiadu na gęsto - projekt 210 g  
(*MLE*)  
sos truskawkowy-projekt 140 g  
(*MLE*)  
napój owocowy 400 ml

#### Kolacja

konserwa rybna 1/2 szt 120 g  
(*RYB*)  
kielbasa szynkowa drobiowa 36g 36 g  
(*GLU, SOJ*)  
chleb razowy 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
sałata -projekt 15 g  
herbata z cukrem 500 ml

#### Posiłek nocny

jabłko 1 szt

#### łatwo strawna

### Jadłospisy dla oddziałów (data, oddział, dieta)

#### Śniadanie

grysik na mleku 500 ml  
(**GLU, MLE**)  
szynka konserwowa 36 g  
chleb pszenny 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
dżem 40g do zupy 40 g  
jabłko 1 szt

#### Obiad

zupa gulaszowa dieta 500 ml  
(**GLU, SEL**)  
ryż do obiadu na gęsto - projekt 210 g  
(**MLE**)  
sos truskawkowy-projekt 140 g  
(**MLE**)  
napój owocowy 400 ml

#### Kolacja

kielbasa szynkowa drobiowa 57 g  
(**GLU, SOJ**)  
ser do chleba 125 g  
(**MLE**)  
chleb razowy 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
sałata -projekt 15 g  
herbata z cukrem 500 ml

#### Posiłek nocny

jabłko 1 szt

#### niskotłuszczowe

#### Śniadanie

grysik na mleku 500 ml  
(**GLU, MLE**)  
szynka konserwowa 36 g  
chleb pszenny 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
dżem 40g do zupy 40 g  
jabłko 1 szt

#### Obiad

zupa gulaszowa dieta 500 ml  
(**GLU, SEL**)  
ryż do obiadu na gęsto - projekt 210 g  
(**MLE**)

sos truskawkowy-projekt 140 g  
(**MLE**)

napój owocowy 400 ml

#### Kolacja

kielbasa szynkowa drobiowa 57 g  
(**GLU, SOJ**)

ser do chleba 125 g

(**MLE**)

chleb razowy 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

sałata -projekt 15 g

herbata z cukrem 500 ml

#### Posiłek nocny

jabłko 1 szt

#### cukrzyca 5

#### Śniadanie

herbata b/c 500 ml

pierś z kurczaka 55 g

ser żółty 36g 36 g

(**MLE**)

chleb pszenny 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

jabłko 1 szt

#### 2. Śniadanie

chleb 30g 30 g

ser do chleba smakowy 1/2szt 62,5 g  
(**MLE**)

#### Obiad

zupa gulaszowa dieta 500 ml  
(**GLU, SEL**)

makaron z mieszanką  
warzywną-projekt 350 g  
(**GLU, JAJ**)

napój z owoców b/cukru 400 ml

#### Podwieczorek

chleb 30g 30 g

serek homogenizowany naturalny 75 g  
(**MLE**)

#### Kolacja

kielbasa szynkowa drobiowa 57 g  
(**GLU, SOJ**)

ser do chleba 125 g  
(**MLE**)

chleb razowy 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

sałata -projekt 15 g

herbata b/c 500 ml

#### Posiłek nocny

jabłko 1 szt

#### wegetariańska

#### Śniadanie

grysik na mleku 500 ml  
(**GLU, MLE**)

ser do chleba 125 g

(**MLE**)

chleb 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

dżem 40g do zupy 40 g

jabłko 1 szt

#### Obiad

fasolowa z ziemniakami 500 ml

ryż do obiadu na gęsto - projekt 210 g  
(**MLE**)

sos truskawkowy-projekt 140 g  
(**MLE**)

napój owocowy 400 ml

#### Kolacja

serek homogenizowany owocowy 150 g  
(**MLE**)

miod 25 g

chleb razowy 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

mandarynka 150 g

herbata z cukrem 500 ml

#### Posiłek nocny

jabłko 1 szt

2023-12-02

2b

#### podstawowa

#### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(**GLU, MLE**)

ser ziarnisty 150 g

chleb 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

powidło do zupy 40 g

jabłko 1 szt

#### Obiad

neapolitańska z ryżem 500 ml  
(**GLU, MLE**)

bitki wołowe-projekt 205 g  
(**GLU, SEL**)

ziemniaki 250 250 g

sałatka z ogórka kiszzonego 100 g

napój z owocow 400 ml

#### Kolacja

pasta z kurczaka udziec dieta 100 g  
(**MLE, SEL**)

ser żółty 36g 36 g  
(**MLE**)

chleb 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

pomidor 50 g 50 g

herbata z cukrem 500 ml

#### Posiłek nocny

serek homogenizowany owocowy 150 g  
(**MLE**)

#### łatwo strawna

#### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(**GLU, MLE**)

ser ziarnisty 150 g

chleb 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

powidło do zupy 40 g

jabłko 1 szt

#### Obiad

neapolitańska z ryżem 500 ml  
(**GLU, MLE**)

wołowina w sosie własnym-dieta pilotaż  
205 g  
(**GLU**)

ziemniaki 250 250 g  
sałata zielona ze śmietaną 80 g  
(**MLE**)

napój z owocow 400 ml

#### Kolacja

pasta z kurczaka udziec dieta 100 g  
(**MLE, SEL**)

twaróg 50 g 50 g  
(**MLE**)

chleb 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

pomidor 50 g 50 g

herbata z cukrem 500 ml

#### Posiłek nocny

serek homogenizowany owocowy 150 g  
(**MLE**)

#### niskotłuszczowe

#### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(**GLU, MLE**)

ser ziarnisty 150 g

chleb 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

powidło do zupy 40 g

jabłko gotowane 1 szt

#### Obiad

jarzynowa z ryżem zabelana-wątro 500 ml  
(**GLU, MLE, SEL**)

wołowina w sosie własnym-dieta pilotaż  
205 g  
(**GLU**)

ziemniaki 250 250 g

sałata zielona z jogurtem 80 g

napój z owocow 400 ml

#### Kolacja

pasta z kurczaka udziec dieta 100 g  
(**MLE, SEL**)

twaróg 50 g 50 g  
(**MLE**)

chleb 150g 150 g

masło mix 20g 20 g

## Jadłospisy dla oddziałów (data, oddział, dieta)

pomidor 50 g 50 g  
herbata z cukrem 500 ml

### Posiłek nocny

serek homogenizowany owocowy 150 g  
(MLE)

### cukrzyca 5

### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(GLU, MLE)  
ser ziarnisty 150 g  
chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
kiełbasa krakowska 36 g  
(GLU, SOJ)  
jabłko 1 szt

### 2. śniadanie

chleb 30g 30 g  
ryba w folii 40g 40 g  
(MLE)

### Obiad

jarzynowa z ryżem 300 ml  
(GLU, MLE, SEL)  
wołowina w sosie własnym 115 g  
(GLU)  
ziemniaki 250 250 g  
sałata zielona ze śmietaną 80 g  
(MLE)  
napój z owoców b/cukru 400 ml

### Podwieczorek

chleb 30g 30 g  
szynka konserwowa 36 g

### Kolacja

pasta z kurczaka udziec dieta 100 g  
(MLE, SEL)  
twaróg 50 g 50 g  
(MLE)  
chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
pomidor 50 g 50 g  
herbata z cukrem 500 ml

### Posiłek nocny

serek homogenizowany naturalny 75 g  
(MLE)

### wegetariańska

### Śniadanie

kawa zbożowa 450 ml  
(GLU, MLE)  
ser ziarnisty 150 g  
chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
powidło do zupy 40 g  
jabłko 1 szt

### Obiad

neapolitańska z ryżem 500 ml  
(GLU, MLE)  
pierogi ruskie -projekt 350 g  
(GLU, JAJ, MLE)  
ziemniaki 250 250 g  
napój z owocow 400 ml

### Kolacja

pasta z jarzyn 100 g  
ser żółty 36g 36 g  
(MLE)  
chleb 150g 150 g  
masło mix 20g 20 g  
pomidor 50 g 50 g  
herbata z cukrem 500 ml

### Posiłek nocny

serek homogenizowany owocowy 150 g  
(MLE)