

**JADŁOSPIS DEKADOWY NA OKRES 12.02.2026-21.02.2026 – DIETA LEKKOSTRAWNA**

	<b>Czwartek 12.02.26</b>	<b>Piątek 13.02.26</b>	<b>Sobota 14.02.26</b>	<b>Niedziela 15.02.26</b>	<b>Poniedziałek 16.02.26</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	Pasta jarzynowa 60g wędlina 50g sałata zielona 20g pieczywo mieszane 120g masło 10g dżem 20g herbata ekspresowa 250ml kefir 150g	Owsianka na mleku 400ml mozzarella 40g serek kanapkowy 50g sałatka z pomidorów i natki pietruszki 100g pieczywo mieszane 120g masło 10g dżem 20g herbata ekspresowa 250 ml	Pasta jajeczna 60g wędlina 50g pomidor 80g pieczywo mieszane 120g masło 10g dżem 20g herbata ekspresowa 250 ml	Wędlina 100g twaróg 50g sałatka z pomidora i koperku 100g pieczywo mieszane 120g masło 10g dżem 20g herbata 250ml	Jajko w sosie jogurtowym 100g wędlina 50g sałata zielona 20g pieczywo mieszane 120g masło 10g dżem 20g kawa z mlekiem 250ml
<b>OBIAD</b>	Zupa pomidorowa z ryżem 400gml pieczone kotlety hreczanyki z mięsa i kaszy jęczmiennej 100g ziemniaki 150g 100g marchew gotowana 100g kompot 250ml owoc 150g	Zupa krem z warzyw 400ml ryba po grecku 200g ziemniaki 150g sałata zielona z sosem vinegreitte 100g kompot 250ml owoc 150g	Barszcz ukraiński 400ml filety z kurczaka duszony 130g ziemniaki 150g surówka z selera i jabłka 100g kompot 250ml owoc 150g	Rosół z makaronem 400ml bitki wieprzowe w sosie 150g kasza 150g surówka z warzyw mieszanych 100g kompot 250ml jogurt owocowy 150g	Zupa grysikowa 400ml pieczeń rzymska drobiowa 100g ziemniaki 150g surówka z marchwi, selera i jabłka 100g kompot 250ml owoc 150g
<b>KOLACJA</b>	Jajko gotowane 1szt 50g pasztet pieczony 60g pomidor, rukola 60g pieczywo mieszane 100g masło 10g herbata ekspresowa 250ml	Pierogi z truskawkami z sosem jogurtowym 250g twarożek waniliowy 60g rukola, roszonek 20g pieczywo mieszane 100g masło 10g herbata ekspresowa 250 ml	Galaretka wieprzowa 100g serek Haga 40g mix sałat z sosem vinegreitte 60g masło 10g herbata ekspresowa 250ml	Sałatka ryżowa z szynką 150g mozzarella 40g roszonek 10g pieczywo mieszane 100g masło 10g herbata ekspresowa 250ml	Ziemniaki z twarożkiem 260g serek kanapkowy 50g sałatka z pomidorów 100g pieczywo mieszane 100g masło 10g herbata ekspresowa 250ml

**JADŁOSPIS DEKADOWY NA OKRES 12.02.2026-21.02.2026 – DIETA LEKKOSTRAWNA**

	<b>Wtorek 17.02.26</b>	<b>Środa 18.02.26</b>	<b>Czwartek 19.02.26</b>	<b>Piątek 20.02.26</b>	<b>Sobota 21.02.26</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	<p>Twarożek z koperkiem 60g wędlna 50g rukola, roszponka 20g pieczywo mieszane 120g masło 10g dżem 20g herbata ekspresowa 250ml jogurt naturalny 150g</p>	<p>Indyk w galarecie 60g jajko 70g sałata zielona z jogurtem 100g pieczywo mieszane 120g masło 10g dżem 20g kawa z mlekiem 250ml</p>	<p>Pasta twarogowa z ziołami 60g wędlna 50g pomidor 50g pieczywo mieszane 120g masło 10g dżem 20g herbata ekspresowa 250ml kefir 150g</p>	<p>Kasza manna waniliowa na mleku 400ml wędlna 50g jajko gotowane 50g pomidor 80g pieczywo mieszane 120g masło 10g dżem 20g herbata ekspresowa 250ml</p>	<p>Pasta mięsno-jarzynowa 60g mozzarella 40g pomidor 80g pieczywo mieszane 120g masło 10g dżem 20g herbata ekspresowa 250ml</p>
<b>OBIAD</b>	<p>Krem z groszku zielonego z grzankami 400ml schab duszony 100g ryż 150g duszona jarzynka 150g kompot 250ml owoc 150g</p>	<p>Zupa jarzynowa 400ml gulasz z kurczaka i warzyw 200g kasza jęczmienna 150g surówka z marchwi i jabłka 100g kompot 250ml owoc 150g</p>	<p>Zupa ryżowa 400ml filet z kurczaka duszony 100g ziemniaki 150g buraczki 100g kompot 250ml owoc 150g</p>	<p>Zupa grysikowa 400ml pulpet rybny 100g ziemniaki 150g fasolka szparagowa w sosie pomidorowym 150g kompot 250ml owoc 150g</p>	<p>Zupa selerowa z grzankami 400ml wątróbka duszona z jabłkami 150g ziemniaki 150g jarzyny gotowane 100g kompot 250ml owoc 150g</p>
<b>KOLACJA</b>	<p>Pasztet pieczony 60g serek kanapkowy 50g sałatka z pomidora i natki 100g pieczywo 100g masło 10g herbata ekspresowa 250ml</p>	<p>Sałatka z fasolki szparagowej 150g wędlna 50g sałata zielona 10g pieczywo mieszane 100g masło 10g herbata ekspresowa 250ml</p>	<p>Galaretka wieprzowa 100g serek Haga 40g rukola i roszponka 20g pieczywo mieszane 100g masło 10g herbata ekspresowa 250ml</p>	<p>Ryż na mleku z sosem owocowym 250g twaróg 50g roszponka 10g pieczywo 100g masło 10g herbata ekspresowa 25ml</p>	<p>Sałatka makaronowa z szynką 150g twaróg 50g sałata zielona 10g pieczywo mieszane 100g masło 10g herbata ekspresowa 250ml</p>