

Jadłospis – d. podstawowa C01
O. Położniczy 04.08.26 – 08.08.26.

Dział Żywnienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

Wtorek 2026-08-04

dieta podstawowa położniczy 7 PCZ

Razem E: 2550.6 kcal | B 102.4 g | T 83.9 g | W 363.8 g | SFA 34.1 g | Cukry 89.0 g | Sól 7.8 g | Błonnik 36.3 g

śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
Twaróg z koperkiem i słonecznikiem P 70g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; morele 150g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) Kiełbasa szynkowa P 30g; (1, 2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Zupa ziemniaczana- diety PCZ 300g (1, 7, 9) Kurczak w sosie słodko kwaśnym P 250g (1, 9) Ryż gotowany P 200g Surówka z kapusty pekińskiej P 80g	Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) Pasta z białej fasoli P 70g jabłko 150g; chleb zwykły P 50g; (1) Chleb żytni razowy P 50g; (1) szynka drobiowa 30g; ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Ciasto drożdżowe z kruszoną i P 70g (1, 3, 7) Kakao na mleku P 250g (7)	maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu P 400g; (7)

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergię lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - łubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis – d. podstawowa C01
O. Położniczy 04.08.26 – 08.08.26.

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

Środa 2026-08-05

dieta podstawowa położniczy 7 PCZ

Razem E: 2553.7 kcal | B 132.8 g | T 77.9 g | W 350.4 g | SFA 31.7 g | Cukry 71.7 g | Sól 6.8 g | Błonnik 41.6 g

śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
Płatki owsiane na mleku P 250g (1, 7) Jajko gotowane PCZ 50g (3) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; nektarynka świeża P 150g; Chleb żytni razowy P 50g: (1) chleb zwykły P 50g: (1) Szynkowa prasowana P 30g: (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g: (7) sałata masłowa 5g;	Selerowa z makaronem P 300g (1, 7, 9) Placki drobiowe z warzywami i soczewicą smażone P 130g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11) Kompot P 250g Surówka z marchwi z olejem P 120g ziemniaki P 200g; Kaszka waniliowa bez dod. cukru Mlekovita P 180g: (1, 7)	Galaretka z pstrąga z warzywami P 95g (4, 9) Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) Chleb żytni razowy P 60g: (1) chleb zwykły P 60g: (1) ogórek 50g; ser Favita P 20g: (7) masło ekstra 82% P 20g: (7) sałata masłowa 5g;	Salatka ryżowa z selerem, ananasem i kurczakiem P 250g (3, 9, 10, 12)	jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu, naturalny P 140g: (7)

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - łubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis – d. podstawowa C01
O. Położniczy 04.08.26 – 08.08.26.

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

Czwartek 2026-08-06

dieta podstawowa położniczy 7 PCZ

Razem E: 2606.2 kcal | B 117.5 g | T 85.7 g | W
359.8 g | SFA 33.6 g | Cukry 99.6 g | Sól 8.7 g |
Błonnik 36.9 g

śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; banan 150g; serek homogenizowany, bez laktozy P 150g; (7) chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynka śniadaniowa P 30g; (2, 7, 9, 10) Deliser Ser twarogowy P 18g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Zupa brokułowa z ziemniakami P 300g (1, 7, 9) Pieczeń mozaikowa duszona w sosie własnym (z piersi) P 200g (1, 3) Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 205g (1) Buraczki z nasionami słonecznika - sałatka P 120g kefir 2% P 375g; (7)	Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) Ryba pieczona z sałsą paprykową P 150g (4, 9) Chleb żytni razowy P 60g; (1) chleb zwykły P 60g; (1) ogórek 50g; Kiełbasa kanapkowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 10g; (7) sałata masłowa 5g;	Kasza manna z musem jabłkowym P 250g (1, 7)	jogurt naturalny P 100g; (7)

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - łubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis – d. podstawowa C01
O. Położniczy 04.08.26 – 08.08.26.

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

Piątek 2026-08-07

dieta podstawowa położniczy 7 PCZ

Razem E: 2501.9 kcal | B 119.8 g | T 83.1 g | W
335.9 g | SFA 39.3 g | Cukry 83.1 g | Sól 7.2 g |
Błonnik 38.5 g

śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) Twaróg z pietruszką i nasionami dyni P 70g (7) jabłko 200g; Chleb żytni razowy P 60g; (1) chleb zwykły P 60g; (1) papryka czerwona świeża P 50g; Kiełbasa kanapkowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa 5g;	Marchwiowa z soczewicą i makaronem P 300g (1, 7, 9) Kotlet rybny P 120g (1, 3, 4) Zielone duszone warzywa dieta P 120g ziemniaki P 200g; Kaszka waniliowa bez dod. cukru Mlekovita P 180g; (1, 7)	Jajko gotowane PCZ 50g (3) Bukiet świeżych warzyw P 90g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; Chleb żytni razowy P 60g; (1) chleb zwykły P 60g; (1) ser Favita P 40g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7)	Owsianka z truskawkami PCZ 300g (1, 7)	maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu P 400g; (7)

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - łubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis – d. podstawowa C01
O. Położniczy 04.08.26 – 08.08.26.

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

Sobota 2026-08-08

dieta podstawowa położniczy 7 PCZ

Razem E: 2531.5 kcal | B 125.7 g | T 85.1 g | W 337.2 g | SFA 38.5 g | Cukry 65.6 g | Sól 8.6 g | Błonnik 43.0 g

śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
Kasza jęczmienna na mleku P 250g (1, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; Chleb żytni razowy P 60g; (1) chleb zwykły P 60g; (1) ogórek 50g; Paluszek serowe Mlekovita P 45g; (7) Szynkowa drobiowa P 40g; (1, 2, 6, 7, 9, 10) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 10g; (7) sałata masłowa 5g;	Barszcz biały z ziemniakami dieta P 300g (1, 7, 9) Bitki drobiowe duszone w sosie własnym P 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Bukiet warzyw gotowany P 120g Kasza gryczana z zielonym groszkiem P 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11)	Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) gruszka 150g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) Szynka śniadaniowa P 40g; (2, 7, 9, 10) ser żółty Salami P 30g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	koktajl białkowy z trusk. i orzech. 300g (1, 7, 8)	jogurt naturalny P 150g; (7)

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergię lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - łubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne