

Jadłospis – dieta podstawowa P01,
d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 04.08.26 – 08.08.26.

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

Wtorek 2026-08-04

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa O. Dziecięcy 7 PCZ Razem E: 2096.6 kcal B 88.6 g T 68.6 g W 296.0 g SFA 26.4 g Cukry 82.6 g Sól 6.8 g Błonnik 30.8 g	Twaróg z koperkiem i słonecznikiem P 70g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; morele 150g; Chleb żytni razowy P 40g; (1) chleb zwykły P 40g; (1) Kiełbasa szynkowa P 30g; (1, 2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 10g; (7) sałata masłowa 5g;	Zupa ziemniaczana- diety PCZ 250g (1, 7, 9) Kurczak w sosie słodko kwaśnym P 200g (1, 9) Ryż gotowany P 150g 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 40g; (1) Chleb żytni razowy P 40g; (1) szynka drobiowa 30g; ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 10g; (7) sałata masłowa 5g;	Ciasto drożdżowe z kruszoną i P 50g (1, 3, 7) Kakao na mleku P 200g (7)	maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu P 400g; (7)
dieta łatwostrawna O DZIECIECY 7 PCZ Razem E: 1847.4 kcal B 81.0 g T 59.2 g W 256.7 g SFA 26.3 g Cukry 77.3 g Sól 6.6 g Błonnik 20.6 g	Twaróg z koperkiem P 70g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; morele 150g; chleb zwykły P 80g; (1) Kiełbasa szynkowa P 30g; (1, 2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 10g; (7) sałata masłowa 5g;	Zupa ziemniaczana- diety PCZ 250g (1, 7, 9) Roladka drobiowa gotowana ze szpinakiem w sosie pietruszkowym P 150g (1) Ryż gotowany P 150g Buraczki - sałatka P 120g	Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) Jabłko pieczone PCZ 150g chleb zwykły P 80g; (1) ser Favita P 40g; (7) szynka drobiowa 30g; masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	jogurt naturalny P 150g; (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 – dieta podstawowa P01,
d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 04.08.26 – 08.08.26.

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

Środa 2026-08-05

dieta podstawowa O. Dziecięcy 7
PCZ

Razem E: 2112.1 kcal | B 100.2 g | T 70.1 g | W
286.7 g | SFA 28.3 g | Cukry 66.3 g | Sól 6.2 g |
Błonnik 34.6 g

dieta łatwostrawna O DZIECIĘCY 7
PCZ

Razem E: 1921.0 kcal | B 93.3 g | T 62.7 g | W
258.6 g | SFA 32.1 g | Cukry 65.8 g | Sól 6.1 g |
Błonnik 25.6 g

Płatki owsiane na mleku P 250g (1, 7)
Jajko gotowane PCZ 50g (3)

herbata czarna, parzona, napar bez cukru
200g; nektarynka świeża P 150g;
chleb zwykły P 40g: (1)
Chleb żytni razowy P 40g: (1)
Szynkowa prasowana P 30g: (2, 7, 9, 10)
masło ekstra 82% P 15g: (7)
sałata masłowa 5g;

Płatki owsiane na mleku P 250g (1, 7)
Jajko gotowane PCZ 25g (3)

herbata czarna, parzona, napar bez cukru
200g; nektarynka świeża P 150g;
chleb zwykły P 80g: (1)
Szynkowa prasowana P 30g: (2, 7, 9, 10)
masło ekstra 82% P 15g: (7)
sałata masłowa 5g;

Selerowa z makaronem P 250g (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;

Selerowa z makaronem P 250g (1, 7, 9)
Kurczak gotowany w sosie potrawkowym P
200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12)
Marchewka gotowana P 120g (7)
ziemniaki P 200g;

Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)
ogórek 50g; Chleb żytni razowy P 40g: (1)
chleb zwykły P 40g: (1)
szynka drobiowa 30g; ser Favita P 20g: (7)
masło ekstra 82% P 20g: (7)
sałata masłowa 5g;

Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)
chleb zwykły P 100g: (1)
pomidory, czerwone 50g;
szynka drobiowa 30g; ser Favita P 20g: (7)
masło ekstra 82% P 15g: (7)
sałata masłowa 5g;

Salatka ryżowa z selerem, ananasem i
kurczakiem P 200g (3, 9, 10, 12)

Budyń na mleku PCZ 250g (1, 3, 7)

jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu,
naturalny P 140g: (7)

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 – dieta podstawowa P01,
d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 04.08.26 – 08.08.26.

Czwartek 2026-08-06

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa O. Dziecięcy 7 PCZ Razem E: 2210.9 kcal B 99.3 g T 72.0 g W 308.0 g SFA 25.5 g Cukry 79.4 g Sól 7.8 g Błonnik 33.5 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; banan 150g; serek homogenizowany, bez laktozy P 150g; (7) Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynka śniadaniowa P 30g; (2, 7, 9, 10) Deliser Ser twarogowy P 18g; (7) masło ekstra 82% P 10g; (7) sałata masłowa 5g;	Zupa brokułowa z ziemniakami P 250g (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	Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) Ryba pieczona z sałsą paprykową P 150g (4, 9) ogórek 50g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) Kiełbasa kanapkowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 10g; (7) sałata masłowa 5g;	Kasza manna z musem jabłkowym P 200g (1, 7)	jogurt naturalny P 100g; (7)
dieta łatwostrawna O DZIECIECY 7 PCZ Razem E: 2000.2 kcal B 97.8 g T 64.6 g W 267.8 g SFA 30.2 g Cukry 58.4 g Sól 6.4 g Błonnik 23.4 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; serek homogenizowany, bez laktozy P 150g; (7) chleb zwykły P 100g; (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 250g (1, 7, 9) Gulasz drobiowy z cukinią P 200g (1) Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 150g (1) Buraczki - sałatka P 120g	Pasta z tuńczyka i twarogu z koperkiem P 70g (4, 7) Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) morele 150g; chleb zwykły P 100g; (1) Kiełbasa kanapkowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Kasza manna z musem jabłkowym P 200g (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 - lubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis – dieta podstawowa P01,
d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 04.08.26 – 08.08.26.

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

Piątek 2026-08-07

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa O. Dziecięcy 7 PCZ Razem E: 2025.8 kcal B 88.4 g T 67.6 g W 281.0 g SFA 30.2 g Cukry 74.6 g Sól 5.8 g Błonnik 33.9 g	Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) Twaróg z pietruszką i nasionami dyni P 70g (7) jabłko 200g; papryka czerwona świeża P 50g; Chleb żytni razowy P 50g: (1) chleb zwykły P 50g: (1) Kiełbasa kanapkowa P 30g: (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g: (7) sałata masłowa 5g;	Marchwiowa z soczewicą i makaronem P 250g (1, 7, 9) Kotlet rybny P 100g (1, 3, 4) Zielone duszone warzywa dieta P 120g ziemniaki P 200g;	Jajko gotowane PCZ 50g (3) Bukiet świeżych warzyw P 90g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; Chleb żytni razowy P 50g: (1) chleb zwykły P 50g: (1) ser Favita P 20g: (7) masło ekstra 82% P 15g: (7)	Owsianka z truskawkami PCZ 200g (1, 7)	maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu P 400g: (7)
dieta łatwostrawna O DZIECIĘCY 7 PCZ Razem E: 2019.0 kcal B 95.6 g T 65.8 g W 271.5 g SFA 36.0 g Cukry 69.0 g Sól 6.3 g Błonnik 24.5 g	Twaróg z pietruszką P 70g (7) Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) jabłko świeże P 150g; chleb zwykły P 100g; (1) Kiełbasa kanapkowa P 30g: (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g: (7) sałata masłowa 5g;	Klopsiki rybne duszone w sosie pomidorowym P 200g (1, 3, 4, 7) Marchwiowa z makaronem P 250g (1, 7, 9) Zielone duszone warzywa dieta P 120g ziemniaki P 200g;	Jajko gotowane PCZ 25g (3) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 100g: (1) pomidory, czerwone 50g; ser Favita P 40g: (7) masło ekstra 82% P 20g: (7) sałata masłowa P 5g;	Owsianka z truskawkami PCZ 200g (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

dieta podstawowa O. Dziecięcy 7
PCZ

dieta łatwostrawna O DZIECIĘCY 7
PCZ

śniadanie

Kasza jęczmienna na mleku P 250g (1, 7)
herbata czarna, parzona, napar bez cukru
200g; chleb zwykły P 50g; (1)
Chleb żytni razowy P 50g; (1) ogórek 50g;
Szynkowa drobiowa P 40g; (1, 2, 6, 7, 9, 10)
ser Favita P 20g; (7)
masło ekstra 82% P 10g; (7)
sałata masłowa 5g;

Kasza jęczmienna na mleku P 250g (1, 7)
herbata czarna, parzona, napar bez cukru
200g; chleb zwykły P 100g; (1)
pomidory, czerwone 50g;
Szynkowa drobiowa P 40g; (1, 2, 6, 7, 9, 10)
ser Favita P 20g; (7)
masło ekstra 82% P 20g; (7)
sałata masłowa 5g;

obiad

Barszcz biały z ziemniakami dieta P 250g
(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 150g
(1, 5, 6, 9, 10, 11)

Barszcz biały z ziemniakami dieta P 250g
(1, 7, 9)

Bitki drobiowe duszone w sosie własnym P
200g (1, 5, 6, 9, 10, 11)

Bukiet warzyw gotowany P 120g
ziemniaki P 150g;

kolacja

Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)
gruszka 150g; Chleb żytni razowy P 50g; (1)
chleb zwykły P 50g; (1)
Szynka śniadaniowa P 40g; (2, 7, 9, 10)
ser żółty Salami P 30g; (7)
masło ekstra 82% P 10g; (7)
sałata masłowa 5g;

Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)
 banan 150g; chleb zwykły P 100g; (1)
 Szynka śniadaniowa P 40g; (2, 7, 9, 10)
 Deliser Ser twarogowy P 18g; (7)
 masło ekstra 82% P 15g; (7)
 sałata masłowa 5g;

podwieczorek

koktajl białkowy z truskawkami P 250g
(1, 7)

koktajl białkowy z truskawkami P 250g
(1, 7)

posiłek dodatkowy

jogurt naturalny P 150g: (7)

jogurt naturalny P 150g: (7)