

JADŁOSPIS DEKADOWY 15-24.02.26r. (dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 1

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 15.02.26 - 24.02.26 P Razem E: 2011.8 kcal B 92.7 g T 68.1 g W 273.4 g SFA 25.4 g Cukry 56.3 g Sól 6.8 g Błonnik 36.4 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu, naturalny P 140g; (7) chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) pomidory, czerwone 50g; jaja gotowane 50g; (3) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa 5g;	Barszcz czerwony z ziemniakami P 300g (1, 7, 9) Udko faszerowane papryką i fasolką PCZ 220g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Surówka z marchwi PCZ 120g ziemniaki P 250g;	Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) pomarańcza P 150g; Chleb żytni razowy P 60g; (1) chleb zwykły P 60g; (1) ogórek 50g; Kiełbasa szynkowa P 40g; (1, 2, 7, 9, 10) Pasztet z łososia P 30g; (1, 3, 6, 7, 9, 10, 11) masło ekstra 82% P 10g; (7) sałata masłowa P 5g;	jogurt naturalny P 100g; (7)
dieta łatwostrawna 15.02.26-24.02.26 Razem E: 1998.6 kcal B 90.7 g T 65.9 g W 273.7 g SFA 27.5 g Cukry 54.5 g Sól 5.9 g Błonnik 29.6 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu, naturalny P 140g; (7) chleb zwykły P 120g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) jaja gotowane 25g; (3) masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa 5g;	Barszcz czerwony z ziemniakami P 300g (1, 7, 9) Surówka z marchwi PCZ 120g Udko gotowane w sosie koperkowym PCZ 220g (1, 7, 9) ziemniaki P 250g;	Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) pomarańcza P 150g; chleb zwykły P 120g; (1) Kiełbasa szynkowa P 40g; (1, 2, 7, 9, 10) Pasztet z łososia P 30g; (1, 3, 6, 7, 9, 10, 11) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa P 5g;	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 - tujin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

JADŁOSPIS DEKADOWY 15-24.02.26r. (dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 2

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 15.02.26 - 24.02.26 P Razem E: 2036.3 kcal B 92.6 g T 63.7 g W 287.6 g SFA 27.4 g Cukry 56.0 g Sól 6.7 g Błonnik 31.3 g	Makaron na mleku PCZ 250g (1, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) papryka czerwona świeża P 50g; Szynka śniadaniowa P 30g; (2, 7, 9, 10) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Zupa kalafiorowa z ziemniakami PCZ 300g (1, 7, 9) Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym PCZ 200g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11) Salata z sosem z maślanej PCZ 80g (7) ziemniaki P 200g;	Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) banan 100g; Chleb żytni razowy P 60g; (1) chleb zwykły P 60g; (1) jaja kurze całe 50g; (3) pomidory, czerwone 50g; Kiełbasa szynkowa P 40g; (1, 2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa P 5g;	jogurt skyr, typu islandzkiego, smakowy 140g 140g; (7)
dieta łatwostrawna 15.02.26-24.02.26 Razem E: 2107.5 kcal B 92.2 g T 62.0 g W 307.2 g SFA 26.8 g Cukry 68.0 g Sól 6.4 g Błonnik 27.0 g	Makaron na mleku PCZ 250g (1, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; jabłko 150g; chleb zwykły P 120g; (1) Szynka śniadaniowa P 30g; (2, 7, 9, 10) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Zupa kalafiorowa z ziemniakami PCZ 300g (1, 9) Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym PCZ 200g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11) Salata z sosem z maślanej PCZ 80g (7) ziemniaki P 200g;	Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) chleb zwykły P 120g; (1) banan 100g; pomidory, czerwone 50g; Kiełbasa szynkowa P 40g; (1, 2, 7, 9, 10) jaja kurze całe 25g; (3) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa P 5g;	jogurt skyr, typu islandzkiego, smakowy 140g 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 DEKADOWY 15-24.02.26r. (dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 3

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 15.02.26 - 24.02.26 P Razem E: 2129.0 kcal B 82.3 g T 70.7 g W 309.0 g SFA 25.9 g Cukry 58.2 g Sól 5.3 g Błonnik 38.4 g	Twaróg z pietruszką i słonecznikiem P 70g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; pomarańcza P 150g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) pomidory, czerwone 50g; Kiełbasa szynkowa P 30g; (1, 2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Krupnik z ziemniakami PCZ 305g (1, 7, 9) Gulasz z warzyw z cieciorą PCZ 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11) kefir 1,5% P (200g) 200g; (7) makaron pszenny pełnoziarnisty Lubella P 80g; (1, 6)	Ryba po grecku P diet 150g (9) Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	jogurt naturalny P 150g; (7)
dieta łatwostrawna 15.02.26-24.02.26 Razem E: 2020.5 kcal B 92.1 g T 66.0 g W 277.5 g SFA 32.9 g Cukry 50.1 g Sól 5.6 g Błonnik 29.7 g	Twaróg z pietruszką P 70g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; pomarańcza P 170g; chleb zwykły P 120g; (1) pomidory, czerwone 50g; Kiełbasa szynkowa P 30g; (1, 2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa 5g;	Krupnik z ziemniakami PCZ 300g (1, 7, 9) Pierś kurczaka duszona w sosie pietruszkowym PCZ 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Cukinia duszona z marchewką diet P 120g ziemniaki P 250g;	Ryba po grecku P diet 150g (9) Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) chleb zwykły P 120g; (1) ser Favita P 40g; (7) masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa 5g;	jogurt naturalny P 150g; (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 DEKADOWY 15-24.02.26r. (dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 4

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 15.02.26 - 24.02.26 P Razem E: 2174.0 kcal B 98.8 g T 71.0 g W 303.3 g SFA 29.5 g Cukry 67.5 g Sól 6.5 g Błonnik 39.1 g	Płatki owsiane na mleku PCZ 250g (1, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; gruszka P 150g; Chleb żytni razowy P 60g; (1) chleb zwykły P 60g; (1) pomidory, czerwone 50g; ser Favita P 20g; (7) ser żółty Salami P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa P 5g;	Pomidorowa z makaronem PCZ 300g (1, 7, 9) Pulpet klopsik rybny w sosie koperkowym PCZ 205g (1, 3, 7, 9) ziemniaki P 200g; bukiet warzyw mrożony P 120g; olej rzepakowy uniwersalny P 10g;	Pasta jajeczna z tuńczykiem 70g (3, 4, 10) Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) jabłko świeże P 150g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) Deliser Ser twarogowy P 18g; masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	jogurt skyr, typu islandzkiego, smakowy 140g 140g; (7)
dieta łatwostrawna 15.02.26-24.02.26 Razem E: 2084.8 kcal B 86.4 g T 65.0 g W 303.2 g SFA 25.4 g Cukry 86.1 g Sól 6.2 g Błonnik 30.9 g	Płatki owsiane na mleku PCZ 250g (1, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; mandarynki P 150g; chleb zwykły P 100g; (1) pomidory, czerwone 50g; ser Favita P 40g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa P 5g;	Pomidorowa z makaronem PCZ 300g (1, 7, 9) Pulpet klopsik rybny w sosie koperkowym PCZ 200g (1, 3, 7, 9) ziemniaki P 200g; bukiet warzyw mrożony P 120g; olej rzepakowy uniwersalny P 10g;	Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) jabłka pieczone 150g; (7) chleb zwykły P 100g; (1) Pasztet z łososia P 30g; (1, 3, 6, 7, 9, 10, 11) Deliser Ser twarogowy P 17g; masło ekstra 82% P 10g; (7) sałata masłowa P 5g;	jogurt skyr, typu islandzkiego, smakowy 140g 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 DEKADOWY 15-24.02.26r. (dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 5

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 15.02.26 - 24.02.26 P Razem E: 2235.4 kcal B 89.4 g T 68.7 g W 332.1 g SFA 32.4 g Cukry 61.2 g Sól 6.7 g Błonnik 37.1 g	Ryż na mleku PCZ 250g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; pomarańcza P 100g; Chleb żytni razowy P 60g; (1) chleb zwykły P 60g; (1) papryka czerwona świeża P 50g; Szynka śniadaniowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Zupa jarzynowa z ziemniakami P 300g (1, 7, 9) Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 205g (1) Zraziki duszone w sosie własnym PCZ 210g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11) sałatka z buraków i ciecierzycy P 120g (3, 7, 10)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; jabłko 150g; Serek wiejski P 150g; (7) chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) ogórek 50g; Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	jogurt naturalny P 100g; (7)
dieta łatwostrawna 15.02.26-24.02.26 Razem E: 2058.2 kcal B 83.8 g T 62.7 g W 302.7 g SFA 31.7 g Cukry 58.1 g Sól 5.9 g Błonnik 27.6 g	Ryż na mleku PCZ 250g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 100g; (1) pomarańcza P 100g; pomidory, czerwone 50g; Szynka śniadaniowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Zupa jarzynowa z ziemniakami P 300g (1, 7, 9) Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 200g (1) Zraziki duszone w sosie własnym PCZ 200g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11) Buraczki - sałatka PCZ 120g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; jabłko 150g; Serek wiejski P 150g; (7) chleb zwykły P 100g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	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 DEKADOWY 15-24.02.26r. (dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 6

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 15.02.26 - 24.02.26 P Razem E: 2029.7 kcal B 97.7 g T 65.1 g W 279.7 g SFA 27.7 g Cukry 49.8 g Sól 6.5 g Błonnik 35.3 g	Kasza jęczmienna na mleku PCZ 250g (1, 7) Bukiet świeżych warzyw P 90g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (3) jaja gotowane P 50g; (3) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7)	Selerowa z makaronem PCZ 300g (1, 7, 9) Ryba zapiekana z warzywami PCZ 205g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11) Salata z sosem z maślanki PCZ 80g (7) ziemniaki P 250g;	Twaróg z oliwkami i pietruszką P 60g (7) herbata owocowa parzona, napar bez cukru P 250g; jabłko 150g; Chleb żytni razowy P 80g; (1) chleb zwykły P 60g; (1) pomidory, czerwone 50g; Kiełbasa szynkowa P 30g; (1, 2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa P 5g;	jogurt skyr, typu islandzkiego, naturalny 140g; (7)
dieta łatwostrawna 15.02.26-24.02.26 Razem E: 1938.9 kcal B 90.3 g T 59.7 g W 270.6 g SFA 30.8 g Cukry 56.0 g Sól 5.3 g Błonnik 23.0 g	Kasza jęczmienna na mleku PCZ 250g (1, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 120g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) jaja gotowane P 25g; (3) masło ekstra 82% P 20g; (7)	Selerowa z makaronem PCZ 300g (1, 7, 9) Ryba gotowana w sosie pietruszkowym P 205g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11) Salata z sosem z maślanki PCZ 80g (7) ziemniaki P 250g;	Twaróg z pietruszką P 50g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; banan 150g; chleb zwykły P 100g; (1) Kiełbasa szynkowa P 30g; (1, 2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa 5g;	jogurt skyr, typu islandzkiego, naturalny 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 DEKADOWY 15-24.02.26r. (dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 7

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 15.02.26 - 24.02.26 P Razem E: 2248.1 kcal B 97.9 g T 75.1 g W 312.8 g SFA 27.7 g Cukry 59.9 g Sól 6.8 g Błonnik 35.7 g	Kluski lane na mleku P 250g (1, 3, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; mandarynki P 150g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) Kiełbasa szynkowa P 30g; (1, 2, 7, 9, 10) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Zupa ziemniaczana z soczewicą P 300g (1, 2, 6, 7, 9, 10) Mięso z udek kurczaka duszone z pieczarkami P 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 205g (1) Buraczki - sałatka PCZ 120g Kompot P 200g	Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) Chleb żytni razowy P 60g; (1) chleb zwykły P 60g; (1) ogórek 50g; Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) Deliser Ser twarogowy P 18g; masło ekstra 82% P 10g; (7) sałata masłowa 5g;	serek homogenizowany, bez laktozy P 150g; (7)
dieta łatwostrawna 15.02.26-24.02.26 Razem E: 2149.6 kcal B 90.6 g T 72.0 g W 296.8 g SFA 27.6 g Cukry 49.1 g Sól 6.6 g Błonnik 24.7 g	Kluski lane na mleku P 250g (1, 3, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; mandarynki P 150g; chleb zwykły P 120g; (1) Kiełbasa szynkowa P 30g; (1, 2, 7, 9, 10) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Zupa ziemniaczana- diety PCZ 300g (1, 7, 9) Mięso z udek kurczaka duszone w sosie własnym P 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 205g (1) Buraczki - sałatka PCZ 120g	Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) chleb zwykły P 120g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) Deliser Ser twarogowy P 18g; masło ekstra 82% P 10g; (7) sałata masłowa 5g;	serek homogenizowany, bez laktozy P 150g; (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 DEKADOWY 15-24.02.26r. (dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 8

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 15.02.26 - 24.02.26 P Razem E: 2094.0 kcal B 94.8 g T 66.3 g W 297.0 g SFA 25.0 g Cukry 48.8 g Sól 6.8 g Błonnik 38.9 g	Płatki owsiane na mleku PCZ 250g (1, 7) Twaróg z zieloną pietruszką P 50g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) papryka czerwona świeża P 50g; Szynka śniadaniowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 10g; (7) sałata masłowa 5g;	Pierś z kurczaka opiekana w cieście naleśnikowym 155g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11) Marchewka z groszkiem P 150g (1, 7) Zupa brokułowa z ziemniakami PCZ 300g (1, 7, 9) ziemniaki P 230g;	Jajko gotowane PCZ 50g (3) Sos tatarski P 50g (3, 10) Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) pomarańcza 150g; Chleb żytni razowy P 80g; (1) chleb zwykły P 60g; (1) Kiełbasa szynkowa P 30g; (1, 2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	jogurt naturalny P 100g; (7)
dieta łatwostrawna 15.02.26-24.02.26 Razem E: 1981.2 kcal B 86.0 g T 61.0 g W 285.5 g SFA 25.4 g Cukry 46.8 g Sól 6.1 g Błonnik 30.5 g	Płatki owsiane na mleku PCZ 250g (1, 7) Twaróg z zieloną pietruszką P 50g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 120g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynka śniadaniowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Zupa brokułowa z ziemniakami PCZ 300g (1, 7, 9) Roladka drobiowa z papryką PCZ 210g (1) Surówka z marchwi PCZ 120g ziemniaki P 250g;	Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) pomarańcza 150g; chleb zwykły P 120g; (1) Kiełbasa szynkowa P 30g; (1, 2, 7, 9, 10) jajka gotowane P 25g; (3) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa P 5g;	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 DEKADOWY 15-24.02.26r. (dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 9

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 15.02.26 - 24.02.26 P Razem E: 2212.9 kcal B 84.5 g T 63.6 g W 340.9 g SFA 27.3 g Cukry 58.6 g Sól 7.4 g Błonnik 33.0 g	Kasza jęczmienna na mleku PCZ 250g (1, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; jabłko 150g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) ogórek 50g; Kiełbasa kanapkowa P 30g; (2, 7, 9, 10) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Barszcz biały z ziemniakami dieta P 300g (1, 7, 9) Kurczak w sosie curry PCZ 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11) Ryż gotowany P 200g Surówka z kapusty pekińskiej PCZ 80g	Salatka makaronowa z tuńczykiem P 150g (1, 3, 4, 10) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) Szynka śniadaniowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	jogurt naturalny P 100g; (7)
dieta łatwostrawna 15.02.26-24.02.26 Razem E: 2203.4 kcal B 85.2 g T 71.8 g W 316.4 g SFA 29.0 g Cukry 62.3 g Sól 7.1 g Błonnik 26.7 g	Kasza jęczmienna na mleku PCZ 250g (1, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; jabłko 150g; chleb zwykły P 120g; (1) pomidory, czerwone 50g; Kiełbasa kanapkowa P 30g; (2, 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) Udko faszerowane włoszczyną, gotowane w sosie własnym PCZ 200g (1, 7, 9) Cukinia duszona z marchewką diet P 120g Ryż gotowany P 200g	Pasta z tuńczyka i twarogu z koperkiem P 70g (4, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; pomarańcza 150g; chleb zwykły P 120g; (1) Szynka śniadaniowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa P 5g;	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 DEKADOWY 15-24.02.26r. (dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 10

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 15.02.26 - 24.02.26 P Razem E: 2153.9 kcal B 89.0 g T 72.7 g W 302.7 g SFA 32.1 g Cukry 68.2 g Sól 6.5 g Błonnik 32.6 g	Ryż na mleku PCZ 250g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; banan 150g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) papryka czerwona świeża P 50g; Szynekowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) jaja gotowane P 25g; (3) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Pomidorowa z makaronem PCZ 300g (1, 7, 9) Kurczak duszony w sosie własnym P 220g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Buraczki - sałatka PCZ 120g Kasza gryczana gotowana PCZ 200g	Bukiet świeżych warzyw P 90g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) Kiełbasa kanapkowa P 30g; (2, 7, 9, 10) ser żółty Salami P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7)	kefir 1,5% P (200g) 200g; (7)
dieta łatwostrawna 15.02.26-24.02.26 Razem E: 2033.9 kcal B 76.6 g T 61.3 g W 304.5 g SFA 28.9 g Cukry 69.2 g Sól 6.4 g Błonnik 24.4 g	Ryż na mleku PCZ 250g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; banan 150g; chleb zwykły P 120g; (1) Szynekowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) jaja gotowane P 25g; (3) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Pomidorowa z makaronem PCZ 300g (1, 7, 9) Klopsiki gotowane w sosie jarzynowym P 200g (1, 3) Buraczki - sałatka PCZ 120g ziemniaki P 250g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 120g; (1) pomidory, czerwone 50g; Kiełbasa kanapkowa P 30g; (2, 7, 9, 10) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa P 5g;	kefir 1,5% P (200g) 200g; (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