

Jadłospis dekadowy 25.02.-06.03.26 (dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 1

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 25.02.26 - 06.03.26 P Razem E: 2103.7 kcal B 91.4 g T 68.7 g W 297.6 g SFA 28.2 g Cukry 65.4 g Sól 7.5 g Błonnik 38.1 g	Płatki owsiane na mleku PCZ 250g (1, 7) jabłko 150g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) pomidory, czerwone 50g; Kiełbasa szynkowa P 40g; (1, 2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa 5g;	Marchwiowa z cukinią i makaronem PCZ 300g (1, 7, 9) Filet z piersi kurczaka duszony w sosie własnym P 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11) Bukiet warzyw gotowany P 120g ziemniaki P 250g;	Pasta z makreli wędzonej P 70g (3, 10) Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) pomarańcza P 150g; Chleb żytni razowy P 60g; (1) chleb zwykły P 60g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa P 5g;	jogurt naturalny P 150g; (7)
dieta łatwostrawna 25.02.26-06.03.26 Razem E: 2028.3 kcal B 92.3 g T 57.6 g W 300.4 g SFA 26.3 g Cukry 65.4 g Sól 6.1 g Błonnik 33.6 g	Płatki owsiane na mleku PCZ 250g (1, 7) jabłko 150g; chleb zwykły P 120g; (1) pomidory, czerwone 50g; Kiełbasa szynkowa P 40g; (1, 2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa 5g;	Marchwiowa z cukinią i makaronem PCZ 300g (1, 7, 9) Filet z piersi kurczaka duszony w sosie własnym P 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11) Bukiet warzyw gotowany P 120g ziemniaki P 250g;	Galaretka z pstrąga z warzywami P 95g (9) Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) pomarańcza 150g; chleb zwykły P 120g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa P 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 25.02.-06.03.26 (dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 2

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 25.02.26 - 06.03.26 P Razem E: 2154.8 kcal B 95.7 g T 65.4 g W 317.2 g SFA 26.5 g Cukry 44.3 g Sól 8.4 g Błonnik 42.0 g	Kluski lane na mleku P 250g (1, 3, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) papryka czerwona świeża P 50g; Szynkowa drobiowa P 30g; (2, 7, 9) Deliser Ser twarogowy P 18g; masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Zupa jarzynowa dieta P 300g (1, 7, 9) Pieczeń rzymska w sosie własnym podst. P 200g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11) Kasza gryczana z soczewicą P 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Buraczki - sałatka PCZ 120g	Sałatka z kurczakiem i sosem jogurtowym P 200g (1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11) Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) Chleb żytni razowy P 60g; (1) chleb zwykły P 60g; (1) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7)	sok pomidorowy P 300g;
dieta łatwostrawna 25.02.26-06.03.26 Razem E: 2054.6 kcal B 81.5 g T 63.1 g W 303.3 g SFA 28.6 g Cukry 56.3 g Sól 8.5 g Błonnik 31.2 g	Kluski lane na mleku P 250g (1, 3, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 120g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa drobiowa P 30g; (2, 7, 9) Deliser Ser twarogowy P 18g; masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Zupa jarzynowa dieta P 300g (1, 7, 9) Pieczeń rzymska w sosie własnym podst. P 200g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11) Buraczki - sałatka PCZ 120g ziemniaki P 250g;	Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) Jabłko pieczone PCZ 150g chleb zwykły P 120g; (1) Kiełbasa kanapkowa P 40g; (2, 7, 9, 10) ser Favita P 40g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	sok pomidorowy P 300g;

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 25.02.-06.03.26 (dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 3

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 25.02.26 - 06.03.26 P Razem E: 2106.6 kcal B 88.1 g T 72.2 g W 290.1 g SFA 35.5 g Cukry 53.2 g Sól 5.8 g Błonnik 31.5 g	Twaróg z pietruszką P 70g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) ogórek 50g; masło ekstra 82% P 20g; (7) Szynkowa drobiowa P 20g; (2, 7, 9) sałata masłowa 5g;	Krupnik z ziemniakami P 300g (1, 9) Klopsiki rybny w sosie koperkowym P 200g (1, 3, 7) Salata z sosem z maślanki PCZ 80g (7) ziemniaki P 250g;	Jajko gotowane PCZ 50g (3) Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) banan P 150g; Chleb żytni razowy P 60g; (1) chleb zwykły P 60g; (1) papryka czerwona świeża P 50g; ser żółty Salami P 30g; (7) masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa 5g;	jogurt naturalny P 100g; (7)
dieta łatwostrawna 25.02.26-06.03.26 Razem E: 2075.8 kcal B 80.7 g T 69.4 g W 292.7 g SFA 27.0 g Cukry 50.8 g Sól 5.8 g Błonnik 24.8 g	Twaróg z pietruszką P 70g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 120g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa drobiowa P 20g; (2, 7, 9) masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa 5g;	Krupnik z ziemniakami P 300g (1, 9) Klopsiki rybny w sosie koperkowym P 200g (1, 3, 7) Salata z sosem z maślanki PCZ 80g (7) ziemniaki P 250g;	Jajko gotowane PCZ 25g (3) Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) banan 150g; chleb zwykły P 120g; (1) Deliser Ser twarogowy P 40g; 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 25.02.-06.03.26 (dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 4

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 25.02.26 - 06.03.26 P Razem E: 2118.7 kcal B 91.2 g T 70.3 g W 297.9 g SFA 28.0 g Cukry 44.8 g Sól 7.3 g Błonnik 36.8 g	Ryż na mleku PCZ 250g (7) Bukiet świeżych warzyw P 90g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) Kiełbasa szynkowa P 30g; (1, 2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 20g; (7) Deliser Ser twarogowy P 18g;	Zupa kalafiorowa z ziemniakami P 300g (1, 7, 9) Pierś z kurczaka gotowana w sosie jarzynowym z 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11) Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 205g (1) Surówka z marchwi PCZ 120g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; pomarańcza 150g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) pomidory, czerwone 50g; Kiełbasa kanapkowa P 30g; (2, 7, 9, 10) Ser topiony plastry P 20g; masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa 5g;	jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu, naturalny P 140g; (7)
dieta łatwostrawna 25.02.26-06.03.26 Razem E: 2064.7 kcal B 88.3 g T 64.3 g W 296.4 g SFA 27.2 g Cukry 46.1 g Sól 7.1 g Błonnik 28.3 g	Ryż na mleku PCZ 250g (7) Jabłko pieczone PCZ 150g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 120g; (1) Kiełbasa szynkowa P 30g; (1, 2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 20g; (7) Deliser Ser twarogowy P 18g;	Zupa kalafiorowa z ziemniakami P 300g (1, 7, 9) Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 205g (1) Surówka z marchwi PCZ 120g Pierś z kurczaka gotowana w sosie jarzynowym z cukinią P 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; 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 5g;	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 dekadowy 25.02.-06.03.26 (dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 5

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 25.02.26 - 06.03.26 P Razem E: 2135.2 kcal B 90.6 g T 71.6 g W 300.2 g SFA 35.9 g Cukry 57.4 g Sól 7.3 g Błonnik 36.7 g	Sos tatarski P 50g (3, 10) Jajko gotowane PCZ 50g (3) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; 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 20g; (7)	Barszcz czerwony z ziemniakami P 300g (1, 7, 9) Udko gotowane w sosie potrawkowym P 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12) Ryż gotowany P 200g Bukiet warzyw gotowany P 240g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; gruszka 150g; Serek wiejski P 150g; (7) 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;	kefir 1,5% P (200g) 200g; (7)
dieta łatwostrawna 25.02.26-06.03.26 Razem E: 2041.1 kcal B 87.3 g T 64.8 g W 291.2 g SFA 35.1 g Cukry 51.5 g Sól 6.7 g Błonnik 28.5 g	Jajko gotowane PCZ 25g (3) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 120g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 20g; (7)	Barszcz czerwony z ziemniakami P 300g (1, 7, 9) Udko gotowane w sosie potrawkowym P 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12) Ryż gotowany P 200g Bukiet warzyw gotowany P 240g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; pomarańcza 150g; Serek wiejski P 150g; (7) chleb zwykły P 120g; (1) Szynka śniadaniowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 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

Jadłospis dekadowy 25.02.-06.03.26 (dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 6

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 25.02.26 - 06.03.26 P Razem E: 2137.1 kcal B 84.1 g T 67.7 g W 311.4 g SFA 33.2 g Cukry 73.3 g Sól 7.1 g Błonnik 31.3 g	Kasza manna na mleku PCZ 250g (1, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa drobiowa P 30g; (2, 7, 9) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa 5g;	Pomidorowa z ryżem P 300g (1, 7, 9) Sznicel drobiowy P 120g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11) Buraczki - sałatka PCZ 120g ziemniaki P 250g;	Twaróg z oliwkami i koperkiem P 60g (7) Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) banan 150g; Chleb żytni razowy P 60g; (1) chleb zwykły P 60g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 20g; (7) sałata masłowa 5g;	jogurt naturalny P 150g; (7)
dieta łatwostrawna 25.02.26-06.03.26 Razem E: 2014.6 kcal B 74.9 g T 65.9 g W 290.5 g SFA 32.1 g Cukry 73.6 g Sól 6.1 g Błonnik 24.1 g	Kasza manna na mleku PCZ 250g (1, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 100g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa drobiowa P 30g; (2, 7, 9) masło ekstra 82% P 20g; (7) ser Favita P 20g; (7) sałata masłowa 5g;	Pomidorowa z ryżem P 300g (1, 7, 9) Pulpet drobiowy z warzywami w sosie koperkowym PCZ 200g (1, 3) Buraczki - sałatka PCZ 120g ziemniaki 250g;	Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) Twaróg z koperkiem PCZ 60g (7) banan 150g; chleb zwykły P 100g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 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 25.02.-06.03.26
(dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 7

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 25.02.26 - 06.03.26 P	Kasza jęczmienna na mleku P 250g (1, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Zupa brokułowa z ziemniakami P 300g (1, 7, 9) Sos meksykański z czer.fasolą P 250g (1, 5, 6, 9, 10, 11) makaron pszenny pełnoziarnisty, gotowany 200g; (1)	Jajko gotowane PCZ 50g (3) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; gruszka 150g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) ogórek 50g; Kiełbasa kanapkowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 15g; (7) sałata masłowa 5g;	serek homogenizowany, bez laktozy P 150g; (7)
dieta łatwostrawna 25.02.26-06.03.26	Kasza jęczmienna na mleku P 250g (1, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 120g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) Deliser Ser twarogowy P 18g; masło ekstra 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Zupa brokułowa z ziemniakami P 300g (1, 7, 9) Bitki drobiowe w sosie jarzynowym P 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Surówka z marchwi PCZ 120g ziemniaki P 250g;	Jajko gotowane PCZ 25g (3) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; pomarańcza 170g; chleb zwykły P 120g; (1) Kiełbasa kanapkowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 15g; (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 25.02.-06.03.26 (dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 8

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 25.02.26 - 06.03.26 P Razem E: 2166.0 kcal B 96.7 g T 72.4 g W 300.7 g SFA 32.6 g Cukry 53.3 g Sól 6.8 g Błonnik 37.7 g	Ryż na mleku PCZ 250g (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; jabłko 150g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) papryka czerwona świeża P 50g; Szynkowa drobiowa P 30g; (2, 7, 9) ser żółty Salami P 20g; (7) masło ekstra 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Selerowa z makaronem P 300g (1, 7, 9) Gulasz z żołądków drobiowych P 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 205g (1) Bukiet warzyw gotowany P 120g	Ryba po grecku P diet 150g (9) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) masło ekstra 20g; (7)ser Favita P 20g; (7)sałata masłowa 5g;	jogurt naturalny P 150g; (7)
dieta łatwostrawna 25.02.26-06.03.26 Razem E: 2178.8 kcal B 94.7 g T 72.3 g W 302.2 g SFA 31.2 g Cukry 50.7 g Sól 6.3 g Błonnik 29.9 g	Twaróg z pietruszką P 70g (7) Ryż na mleku PCZ 250g (7) Jabłko pieczone PCZ 150g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 100g; (1) Szynkowa drobiowa P 30g; (2, 7, 9) masło ekstra 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Selerowa z makaronem P 300g (1, 7, 9) Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 205g (1) Bukiet warzyw gotowany P 120g Pieczeń drobiowa w sosie pietruszkowym P 200g (1, 3)	Ryba po grecku P diet 150g (9) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 120g; (1) ser Favita P 20g; (7)masło ekstra 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 25.02.-06.03.26 (dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 9

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 25.02.26 - 06.03.26 P Razem E: 2140.4 kcal B 91.3 g T 73.3 g W 294.0 g SFA 29.7 g Cukry 40.8 g Sól 8.1 g Błonnik 31.6 g	Płatki owsiane na mleku PCZ 250g (1, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa drobiowa P 30g; (2, 7, 9) Deliser Ser twarogowy P 18g; masło ekstra 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Barszcz biały z ziemniakami dieta P 300g (1, 7, 9) Szaszłyki drobiowe z warzywami P 230g (1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11) Ryż gotowany P 200g Salata z sosem z rukoli P 90g (9, 10, 11)	Salatka jarzynowa P 150g (3, 9, 10) Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) Chleb żytni razowy P 60g; (1) chleb zwykły P 60g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 20g; (7) sałata masłowa 5g;	serek homogenizowany, bez laktozy P 150g; (7)
dieta łatwostrawna 25.02.26-06.03.26 Razem E: 2124.4 kcal B 88.1 g T 70.6 g W 294.7 g SFA 29.4 g Cukry 61.1 g Sól 6.5 g Błonnik 21.5 g	Płatki owsiane na mleku PCZ 250g (1, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 100g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa drobiowa P 30g; (2, 7, 9) Deliser Ser twarogowy P 18g; masło ekstra 10g; (7) sałata masłowa 5g;	Barszcz biały z ziemniakami dieta P 300g (1, 7, 9) Udko faszerowane włoszczyzną, gotowane w sosie koperkowym P 195g (1, 7, 9) Ryż gotowany P 200g Salata z sosem z maślanki PCZ 80g (7)	Kawa zbożowa z mlekiem PCZ 250g (1, 7) banan 150g; chleb zwykły P 100g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 15g; (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 25.02.-06.03.26 (dieta podstawowa D01, dieta łatwostrawna D02)

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy sp. z o.o.

DZIEŃ 10

	śniadanie	obiad	kolacja	posiłek dodatkowy
dieta podstawowa 25.02.26 - 06.03.26 P Razem E: 2078.2 kcal B 105.2 g T 68.4 g W 277.2 g SFA 29.2 g Cukry 44.0 g Sól 6.0 g Błonnik 37.2 g	Kasza jęczmienna na mleku P 200g (1, 7) Lajko gotowane PCZ 25g (3) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; pomarańcza 150g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) ogórek 50g; Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 20g; (7) sałata masłowa 5g;	Zupa ziemniaczana z soczewicą P 300g (1, 2, 6, 7, 9, 10) Roladka drobiowa z papryką duszona w sosie własnym PC 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Brokuły gotowane PCZ 120g ziemniaki P 250g;	Galaretka z pstrąga z warzywami P 95g (9) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 60g; (1) Chleb żytni razowy P 60g; (1) papryka czerwona świeża P 50g; szynka drobiowa 30g; masło ekstra 20g; (7) sałata masłowa 5g;	jogurt skyr, typu islandzkiego, naturalny 140g; (7)
dieta łatwostrawna 25.02.26-06.03.26 Razem E: 2030.7 kcal B 94.4 g T 64.0 g W 282.9 g SFA 29.6 g Cukry 43.3 g Sól 6.0 g Błonnik 31.5 g	Kasza jęczmienna na mleku P 250g (1, 7) Lajko gotowane PCZ 25g (3) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; pomarańcza 150g; chleb zwykły P 120g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 20g; (7) sałata masłowa 5g;	Zupa ziemniaczana z soczewicą P 300g (1, 2, 6, 7, 9, 10) Brokuły gotowane PCZ 120g Roladka drobiowa z marchewką gotowana w sosie pietruszkowym P 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11) ziemniaki P 250g;	Galaretka z pstrąga z warzywami P 95g (9) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 120g; (1) pomidory, czerwone 50g; szynka drobiowa 30g; masło ekstra 20g; (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