

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Schab na kartki 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa z soczewicy 300g (GLU, SEL), Filet rybny panierowany 120g (GLU, JAJ), Ziemniaki got. 250g, Surówka z białej kapusty - coleslaw 150g (JAJ, GOR), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g, Twarożek z rzodkiewką 180g (MLE), Paprykarz szczeciński 1szt (GLU, SKR, RYB, SEL), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2965.17 kcal; Białko ogółem: 124.61 g; Tłuszcz: 110.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.57 g; Węglowodny przyswajalne: 355.07 g; suma cukrów prostych: 69.03 g; Sól: 9.20 g; Sód: 2932.62 mg; Błonnik pokarmowy: 37.39 g;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Schab na kartki 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Makaron z serem białym 320g (GLU, MLE), Jablko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2541.71 kcal; Białko ogółem: 107.59 g; Tłuszcz: 77.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.94 g; Węglowodny przyswajalne: 340.63 g; suma cukrów prostych: 101.97 g; Sól: 5.13 g; Sód: 2050.70 mg; Błonnik pokarmowy: 24.76 g;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab na kartki 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Makaron z serem białym 320g (GLU, MLE), Jablko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2500.23 kcal; Białko ogółem: 105.33 g; Tłuszcz: 74.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.92 g; Węglowodny przyswajalne: 340.53 g; suma cukrów prostych: 101.97 g; Sól: 5.26 g; Sód: 2101.60 mg; Błonnik pokarmowy: 24.76 g;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Schab na kartki 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Makaron z serem białym 320g (GLU, MLE), Jablko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2591.31 kcal; Białko ogółem: 107.91 g; Tłuszcz: 77.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.98 g; Węglowodny przyswajalne: 351.65 g; suma cukrów prostych: 102.65 g; Sól: 5.22 g; Sód: 2085.90 mg; Błonnik pokarmowy: 26.50 g;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 80g (GLU), Chleb zwykły 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Schab na kartki 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Filet rybny gotowany z warzywami 120g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Surówka z białej kapusty - coleslaw 150g (JAJ, GOR), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Margaryna 20g, Twarożek z rzodkiewką 180g (MLE), Paprykarz szczeciński 1szt (GLU, SKR, RYB, SEL), Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 5g, Schab na kartki 35g,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt (MLE), Zupa mleczna z płatkami owsianymi - kol 200g (GLU, MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2767.80 kcal; Białko ogółem: 135.31 g; Tłuszcz: 101.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.69 g; Węglowodny przyswajalne: 320.03 g; suma cukrów prostych: 62.69 g; Sól: 10.27 g; Sód: 3562.99 mg; Błonnik pokarmowy: 35.16 g;

piątek 2025-02-21 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab na kartki 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Makaron z serem białym 320g (GLU, MLE), Jablko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2529.03 kcal; Białko ogółem: 105.49 g; Tłuszcz: 74.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.97 g; Węglowodny przyswajalne: 344.11 g; suma cukrów prostych: 102.81 g; Sól: 5.48 g; Sód: 2189.60 mg; Błonnik pokarmowy: 29.86 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-21		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab na kartki 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Makaron z serem białym 640g (<i>GLU, MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3471.28 kcal; Białko ogółem: 158.38 g; Tłuszcz: 103.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.70 g; Węglowodny przyswajalne: 463.82 g; suma cukrów prostych: 132.50 g; Sól: 5.84 g; Sód: 2332.18 mg; Błonnik pokarmowy: 27.70 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek homog. naturalny 1szt (MLE), Przymak z fileta 35g (GLU, SOJ, GOR), Salata mix 35g ,	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pieczeń ryńska drobiowa 90g (GLU, JAJ), Sos pietruszkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g , Surówka z selera z rodzynkami 150g (JAJ, SEL, GOR), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g , Pasta z lososia lag. 1szt (GLU, RYB, MLE), Filet kruchy 40g (SOJ), Ogórek kiszony 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2642.08 kcal; Białko ogółem: 107.69 g; Tłuszcz: 100.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.15 g; Węglowodny przyswajalne: 310.69 g; suma cukrów prostych: 30.15 g; Sól: 10.49 g; Sód: 4191.94 mg; Błonnik pokarmowy: 27.20 g;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Przymak z fileta 35g (GLU, SOJ, GOR), Salata mix 35g , Serek homog. naturalny 1szt (MLE),	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pieczeń ryńska drobiowa 90g (GLU, JAJ), Sos pietruszkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna gotowana 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g , Filet kruchy 40g (SOJ), Ogórek parzona 45g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2292.70 kcal; Białko ogółem: 104.50 g; Tłuszcz: 67.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.66 g; Węglowodny przyswajalne: 300.59 g; suma cukrów prostych: 40.55 g; Sól: 7.53 g; Sód: 3010.31 mg; Błonnik pokarmowy: 27.45 g;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Przymak z fileta 35g (GLU, SOJ, GOR), Salata mix 35g , Serek homog. naturalny 1szt (MLE),	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pieczeń ryńska drobiowa 90g (GLU, JAJ), Sos pietruszkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna gotowana 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g , Ogórek parzona 45g , Filet kruchy 40g (SOJ), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2292.70 kcal; Białko ogółem: 104.50 g; Tłuszcz: 67.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.66 g; Węglowodny przyswajalne: 300.59 g; suma cukrów prostych: 40.55 g; Sól: 7.53 g; Sód: 3010.31 mg; Błonnik pokarmowy: 27.45 g;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Przymak z fileta 35g (GLU, SOJ, GOR), Salata mix 35g , Serek homog. naturalny 1szt (MLE),	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pieczeń ryńska drobiowa 90g (GLU, JAJ), Sos pietruszkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna gotowana 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g , Ogórek parzona 45g , Filet kruchy 40g (SOJ), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2342.30 kcal; Białko ogółem: 104.82 g; Tłuszcz: 67.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.69 g; Węglowodny przyswajalne: 311.61 g; suma cukrów prostych: 41.23 g; Sól: 7.62 g; Sód: 3045.51 mg; Błonnik pokarmowy: 29.19 g;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Przymak z fileta 35g (GLU, SOJ, GOR), Serek homog. naturalny 1szt (MLE), Salata mix 35g ,	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pieczeń ryńska drobiowa 90g (GLU, JAJ), Sos pietruszkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g , Surówka z selera z rodzynkami 150g (JAJ, SEL, GOR), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Margaryna 20g , Filet kruchy 40g (SOJ), Ogórek parzona 45g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 5g , Przymak z fileta 20g (GLU, SOJ, GOR),		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt , Zupa mleczna z kaszą manna- kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2692.55 kcal; Białko ogółem: 124.90 g; Tłuszcz: 88.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.96 g; Węglowodny przyswajalne: 330.69 g; suma cukrów prostych: 56.72 g; Sól: 8.80 g; Sód: 3518.42 mg; Błonnik pokarmowy: 35.29 g;

sobota 2025-02-22 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Przymak z fileta 35g (GLU, SOJ, GOR), Serek homog. naturalny 1szt (MLE), Salata mix 35g ,	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pieczeń ryńska drobiowa 90g (GLU, JAJ), Sos pietruszkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna gotowana 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Margaryna 20g , Filet kruchy 40g (SOJ), Ogórek parzona 45g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.70 kcal; Białko ogółem: 104.50 g; Tłuszcz: 68.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.73 g; Węglowodny przyswajalne: 296.73 g; suma cukrów prostych: 41.55 g; Sól: 7.88 g; Sód: 3151.11 mg; Błonnik pokarmowy: 35.91 g;

sobota 2025-02-22	Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Przymak z fileta 35g (GLU, SOJ, GOR), Salata mix 35g , Serek homog. naturalny 1szt (MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pieczeń rzymska drobiowa 180g (GLU, JAJ), Sos pietruszkowy 80g (GLU, MLE, SEL), ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna gotowana 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g , Filet kruchy 50g (SOJ), Ogonówka parzona 45g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2623.58 kcal; Białko ogółem: 130.73 g; Tłuszcz: 77.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.63 g; Węglowodny przyswajalne: 337.35 g; suma cukrów prostych: 50.51 g; Sól: 8.92 g; Sód: 3566.09 mg; Błonnik pokarmowy: 28.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-23		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Polędwica sopocka 70g , Dżem szt. 1szt , Pomidor 100g , Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Zupa wiedeńska 300g (GLU, SEL), Schab gotowany 130g , Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), ziemniaki got. 250g , Marchew gotowana 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g , Szynkówka firmowa 45g , Ogonówka parzona 45g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,	
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2389.87 kcal; Białko ogółem: 125.38 g; Tłuszcz: 74.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.57 g; Węglowodny przyswajalne: 291.03 g; suma cukrów prostych: 72.26 g; Sól: 8.07 g; Sód: 3220.27 mg; Błonnik pokarmowy: 29.56 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szynka konserwowa 35g, Pomidor 100g, Majonez 1szt (JAJ, GOR),	Barszcz czerwony z ziemniakami 300g (GLU, MLE, SEL), Risotto drobiowo - wołowe 300g (SEL), Sos pomidorowy 80g (GLU, MLE, SEL), Surówka z ogórka kiszzonego 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Rzodkiewka 100g, Szynka gotowana 45g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2421.85 kcal; Białko ogółem: 95.35 g; Tłuszcz: 79.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.52 g; Węglowodny przyswajalne: 314.90 g; suma cukrów prostych: 93.57 g; Sól: 9.43 g; Sód: 3762.45 mg; Błonnik pokarmowy: 34.13 g;

poniedziałek 2025-02-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szynka konserwowa 35g, Pomidor 100g,	Barszcz czerwony z ziemniakami 300g (GLU, MLE, SEL), Risotto drobiowo - wołowe 300g (SEL), Sos pomidorowy 80g (GLU, MLE, SEL), Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Dżem szt. 1szt, Szynka gotowana 45g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2322.02 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 69.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.73 g; Węglowodny przyswajalne: 318.03 g; suma cukrów prostych: 101.33 g; Sól: 6.89 g; Sód: 2742.40 mg; Błonnik pokarmowy: 26.45 g;

poniedziałek 2025-02-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka konserwowa 50g, Pomidor 100g, Dżem szt. 1szt,	Barszcz czerwony z ziemniakami 300g (GLU, MLE, SEL), Risotto drobiowo - wołowe 300g (SEL), Sos pomidorowy 80g (GLU, MLE, SEL), Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Dżem szt. 1szt, Szynka gotowana 45g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2315.83 kcal; Białko ogółem: 90.72 g; Tłuszcz: 65.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.64 g; Węglowodny przyswajalne: 327.25 g; suma cukrów prostych: 110.58 g; Sól: 7.10 g; Sód: 2827.78 mg; Błonnik pokarmowy: 26.65 g;

poniedziałek 2025-02-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szynka konserwowa 35g, Pomidor 100g,	Barszcz czerwony z ziemniakami 300g (GLU, MLE, SEL), Risotto drobiowo - wołowe 300g (SEL), Sos pomidorowy 80g (GLU, MLE, SEL), Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Dżem szt. 1szt, Szynka gotowana 45g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2371.62 kcal; Białko ogółem: 93.69 g; Tłuszcz: 69.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.77 g; Węglowodny przyswajalne: 329.05 g; suma cukrów prostych: 102.01 g; Sól: 6.97 g; Sód: 2777.60 mg; Błonnik pokarmowy: 28.19 g;

poniedziałek 2025-02-24 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 80g (GLU), Chleb zwykły 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szynka konserwowa 35g, Pomidor 100g,	Barszcz czerwony z ziemniakami 300g (GLU, MLE, SEL), Risotto drobiowo - wołowe 300g (SEL), Sos pomidorowy 80g (GLU, MLE, SEL), Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Szynka gotowana 45g, Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 5g, Szynka konserwowa 20g,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 1szt, Zupa mleczna z płatkami owsianymi - kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2607.72 kcal; Białko ogółem: 115.73 g; Tłuszcz: 83.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.82 g; Węglowodny przyswajalne: 327.77 g; suma cukrów prostych: 84.49 g; Sól: 10.14 g; Sód: 4042.80 mg; Błonnik pokarmowy: 40.40 g;

poniedziałek 2025-02-24 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka konserwowa 50g, Pomidor 100g, Dżem szt. 1szt,	Barszcz czerwony z ziemniakami 300g (GLU, MLE, SEL), Risotto drobiowo - wołowe 300g (SEL), Sos pomidorowy 80g (GLU, MLE, SEL), Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Dżem szt. 1szt, Szynka gotowana 45g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2344.63 kcal; Białko ogółem: 90.88 g; Tłuszcz: 66.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.69 g; Węglowodny przyswajalne: 330.83 g; suma cukrów prostych: 111.42 g; Sól: 7.32 g; Sód: 2915.78 mg; Błonnik pokarmowy: 31.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-24		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka konserwowa 50g, Pomidor 100g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Barszcz czerwony z ziemniakami 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto drobiowo - wołowe 450g (<i>SEL</i>), Sos pomidorowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Szynka gotowana 45g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2773.79 kcal; Białko ogółem: 117.57 g; Tłuszcz: 80.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.86 g; Węglowodny przyswajalne: 382.11 g; suma cukrów prostych: 114.53 g; Sól: 7.99 g; Sód: 3185.01 mg; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Pasztet zapiekany 40g (GLU, GOR), Szynka na kartki 45g, Salata mix 35g, Mandarynka 1szt,	Zupa fasolowa 300g (GLU, SEL), Pyzy drożdżowe z sosem owocowym 350g (MLE), Jablko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g, Ser topiony trójkąt 2szt (MLE), Blok koperkowy 35g (SOJ), Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2692.27 kcal; Białko ogółem: 95.48 g; Tłuszcz: 78.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.10 g; Węglowodny przyswajalne: 365.21 g; suma cukrów prostych: 83.67 g; Sól: 8.14 g; Sód: 2748.84 mg; Błonnik pokarmowy: 38.83 g;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka na kartki 60g, Salata mix 35g, Jablko pieczone 1szt, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Filet z kurczaka gotowany 60g, Sos jarzynowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Blok koperkowy 35g (SOJ), Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2136.07 kcal; Białko ogółem: 92.06 g; Tłuszcz: 63.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.25 g; Węglowodny przyswajalne: 285.35 g; suma cukrów prostych: 77.18 g; Sól: 6.88 g; Sód: 2744.11 mg; Błonnik pokarmowy: 27.93 g;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka na kartki 60g, Salata mix 35g, Jablko pieczone 1szt, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Filet z kurczaka gotowany 60g, Sos jarzynowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Blok koperkowy 35g (SOJ), Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2136.07 kcal; Białko ogółem: 92.06 g; Tłuszcz: 63.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.25 g; Węglowodny przyswajalne: 285.35 g; suma cukrów prostych: 77.18 g; Sól: 6.88 g; Sód: 2744.11 mg; Błonnik pokarmowy: 27.93 g;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka na kartki 60g, Salata mix 35g, Jablko pieczone 1szt, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Filet z kurczaka gotowany 60g, Sos jarzynowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Blok koperkowy 35g (SOJ), Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2185.67 kcal; Białko ogółem: 92.38 g; Tłuszcz: 63.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.28 g; Węglowodny przyswajalne: 296.37 g; suma cukrów prostych: 77.86 g; Sól: 6.97 g; Sód: 2779.31 mg; Błonnik pokarmowy: 29.67 g;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka na kartki 60g, Salata mix 35g, Jablko pieczone 1szt, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Filet z kurczaka gotowany 60g, Sos jarzynowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Margaryna 20g, Blok koperkowy 35g (SOJ), Baleron z indyka 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 5g, Szynka na kartki 25g,		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por, Zupa mleczna z kaszą manna-kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2531.26 kcal; Białko ogółem: 113.75 g; Tłuszcz: 76.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.39 g; Węglowodny przyswajalne: 326.23 g; suma cukrów prostych: 89.07 g; Sól: 8.58 g; Sód: 3422.32 mg; Błonnik pokarmowy: 40.12 g;

wtorek 2025-02-25 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka na kartki 60g, Salata mix 35g, Jablko pieczone 1szt, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Filet z kurczaka gotowany 60g, Sos jarzynowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Margaryna 20g, Chleb razowy 40g (GLU), Blok koperkowy 35g (SOJ), Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2129.32 kcal; Białko ogółem: 91.33 g; Tłuszcz: 63.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.29 g; Węglowodny przyswajalne: 280.62 g; suma cukrów prostych: 72.37 g; Sól: 7.10 g; Sód: 2830.16 mg; Błonnik pokarmowy: 34.40 g;

wtorek 2025-02-25		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Szyntka na kartki 70g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt, Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Filet z kurczaka gotowany 120g, Sos jarzynowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Blok koperkowy 35g (SOJ), Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2381.25 kcal; Białko ogółem: 121.51 g; Tłuszcz: 69.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.32 g; Węglowodny przyswajalne: 304.16 g; suma cukrów prostych: 81.53 g; Sól: 7.51 g; Sód: 2992.89 mg; Błonnik pokarmowy: 29.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Ogonówka parzona 45g, Pomidor 100g,	Zupa ogórkowa z makaronem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Stek drobiowy z cebulką 110g (<i>GLU, JAJ</i>), ziemniaki got. 250g, Fasolka szparagowa z bulką tartą 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Ser Deliser 2szt (<i>MLE</i>), Przymak z fileta 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2522.15 kcal; Białko ogółem: 109.50 g; Tłuszcz: 101.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.21 g; Węglowodny przyswajalne: 276.28 g; suma cukrów prostych: 54.22 g; Sól: 10.55 g; Sód: 4149.63 mg; Błonnik pokarmowy: 32.28 g;

środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ogonówka parzona 45g, Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g,	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU, MLE</i>), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna gotowana 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Przymak z fileta 50g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Dżem szt. 1szt, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2287.66 kcal; Białko ogółem: 112.00 g; Tłuszcz: 66.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.12 g; Węglowodny przyswajalne: 294.49 g; suma cukrów prostych: 79.98 g; Sól: 8.77 g; Sód: 3504.62 mg; Błonnik pokarmowy: 30.18 g;

środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ogonówka parzona 45g, Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g,	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU, MLE</i>), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna gotowana 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Przymak z fileta 50g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Dżem szt. 1szt, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2287.66 kcal; Białko ogółem: 112.00 g; Tłuszcz: 66.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.12 g; Węglowodny przyswajalne: 294.49 g; suma cukrów prostych: 79.98 g; Sól: 8.77 g; Sód: 3504.62 mg; Błonnik pokarmowy: 30.18 g;

środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ogonówka parzona 45g, Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g,	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU, MLE</i>), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna gotowana 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Przymak z fileta 50g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Dżem szt. 1szt, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2337.26 kcal; Białko ogółem: 112.32 g; Tłuszcz: 66.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.16 g; Węglowodny przyswajalne: 305.51 g; suma cukrów prostych: 80.66 g; Sól: 8.86 g; Sód: 3539.82 mg; Błonnik pokarmowy: 31.92 g;

środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Ogonówka parzona 45g, Pomidor 100g,	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU, MLE</i>), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Fasolka szparagowa z bulką tartą 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Dżem szt. 1szt, Przymak z fileta 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g, Ogonówka parzona 25g,		Posiłek nocny: Kiwi 1szt, Zupa mleczna z płatkami owsianymi - kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2839.59 kcal; Białko ogółem: 134.81 g; Tłuszcz: 87.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.25 g; Węglowodny przyswajalne: 357.37 g; suma cukrów prostych: 91.70 g; Sól: 10.22 g; Sód: 4083.24 mg; Błonnik pokarmowy: 42.23 g;

środa 2025-02-26 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ogonówka parzona 45g, Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g,	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU, MLE</i>), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna gotowana 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Przymak z fileta 50g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Dżem szt. 1szt, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2316.46 kcal; Białko ogółem: 112.16 g; Tłuszcz: 67.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.17 g; Węglowodny przyswajalne: 298.07 g; suma cukrów prostych: 80.82 g; Sól: 8.99 g; Sód: 3592.62 mg; Błonnik pokarmowy: 35.28 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-26		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Ogonówka parzona 45g, Serek wiejski 1szt (MLE), Pomidor 100g, Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Polewka z ziemniakami 300g (GLU, MLE), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 400g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna gotowana 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Przymak z fileta 60g (GLU, SOJ, GOR), Dżem szt. 1szt, Pomidor 100g, Herbata 200g,	
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2727.56 kcal; Białko ogółem: 140.07 g; Tłuszcz: 79.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.40 g; Węglowodny przyswajalne: 347.10 g; suma cukrów prostych: 97.37 g; Sól: 10.24 g; Sód: 4095.06 mg; Błonnik pokarmowy: 36.69 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-27		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser żółty 35g (MLE), Sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, GOR), Szynekowa luksusowa 50g (GLU, SOJ, GOR), Roszponka 35g,	Rosół z makaronem 300g (GLU, SEL), Udo pieczone 190g, Ziemniaki got. 250g, Surówka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g, Pastella 1szt (JAJ, RYB, SEL, GOR), Szynekowa firmowa 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2765.03 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz: 142.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.65 g; Węglowodny przyswajalne: 257.54 g; suma cukrów prostych: 37.07 g; Sól: 9.13 g; Sód: 3100.86 mg; Błonnik pokarmowy: 27.40 g;

czwartek 2025-02-27		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynekowa luksusowa 35g (GLU, SOJ, GOR), Roszponka 35g, Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g,	Zupa wiedeńska 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 190g, Sos jarzynowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew gotowana 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynek gotowana 45g, Szynekowa firmowa 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2398.46 kcal; Białko ogółem: 116.39 g; Tłuszcz: 88.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.19 g; Węglowodny przyswajalne: 284.68 g; suma cukrów prostych: 55.73 g; Sól: 10.80 g; Sód: 4309.93 mg; Błonnik pokarmowy: 27.42 g;

czwartek 2025-02-27		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynekowa luksusowa 35g (GLU, SOJ, GOR), Roszponka 35g, Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g,	Zupa wiedeńska 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 190g, Sos jarzynowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew gotowana 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynek gotowana 45g, Szynekowa firmowa 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2398.46 kcal; Białko ogółem: 116.39 g; Tłuszcz: 88.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.19 g; Węglowodny przyswajalne: 284.68 g; suma cukrów prostych: 55.73 g; Sól: 10.80 g; Sód: 4309.93 mg; Błonnik pokarmowy: 27.42 g;

czwartek 2025-02-27		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynekowa luksusowa 35g (GLU, SOJ, GOR), Roszponka 35g, Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g,	Zupa wiedeńska 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 190g, Sos jarzynowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew gotowana 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Szynek gotowana 45g, Szynekowa firmowa 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2448.06 kcal; Białko ogółem: 116.71 g; Tłuszcz: 88.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.23 g; Węglowodny przyswajalne: 295.70 g; suma cukrów prostych: 56.41 g; Sól: 10.89 g; Sód: 4345.13 mg; Błonnik pokarmowy: 29.16 g;

czwartek 2025-02-27		
Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser żółty 35g (MLE), Szynekowa luksusowa 35g (GLU, SOJ, GOR), Sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, GOR), Roszponka 35g,	Zupa wiedeńska 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 190g, Ziemniaki got. 250g, Surówka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Margaryna 20g, Pastella 1szt (JAJ, RYB, SEL, GOR), Szynekowa firmowa 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 80g (GLU), Margaryna 5g, Szynekowa luksusowa 20g (GLU, SOJ, GOR),	Posiłek nocny: Mandarynka 1szt, Zupa mleczna z ryżem - kol 200g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3198.12 kcal; Białko ogółem: 114.14 g; Tłuszcz: 152.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.19 g; Węglowodny przyswajalne: 320.25 g; suma cukrów prostych: 54.95 g; Sól: 10.42 g; Sód: 3679.28 mg; Błonnik pokarmowy: 35.36 g;

czwartek 2025-02-27		
Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynekowa luksusowa 35g (GLU, SOJ, GOR), Roszponka 35g, Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g,	Zupa wiedeńska 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 190g, Sos jarzynowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew gotowana 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g, Szynek gotowana 45g, Szynekowa firmowa 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt,
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2298.56 kcal; Białko ogółem: 110.43 g; Tłuszcz: 84.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.68 g; Węglowodny przyswajalne: 269.63 g; suma cukrów prostych: 54.95 g; Sól: 10.81 g; Sód: 4314.23 mg; Błonnik pokarmowy: 33.69 g;</p>		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
<p>czwartek 2025-02-27</p>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luksusowa 45g (GLU, SOJ, GOR), Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Roszponka 35g, Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g,	Zupa wiedeńska 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 380g, Sos jarzynowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew gotowana 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Szynka gotowana 45g, Szynkówka firmowa 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt,
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2753.94 kcal; Białko ogółem: 144.55 g; Tłuszcz: 106.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 61.23 g; Węglowodny przyswajalne: 304.24 g; suma cukrów prostych: 64.81 g; Sól: 11.58 g; Sód: 4622.90 mg; Błonnik pokarmowy: 30.88 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szyunka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa z soczewicy 300g (GLU, SEL), Naleśnik 1 szt. z dżemem 300g (GLU, JAJ, MLE), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g, Śledzik na raz 1szt (JAJ, RYB, MLE), Kielb. krak. parzona 35g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2990.64 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 105.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.99 g; Węglowodny przyswajalne: 388.95 g; suma cukrów prostych: 107.73 g; Sól: 6.33 g; Sód: 2326.72 mg; Błonnik pokarmowy: 35.12 g;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szyunka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Makaron z serem białym 320g (GLU, MLE), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Kielb. krak. parzona 35g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2543.09 kcal; Białko ogółem: 108.34 g; Tłuszcz: 74.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.65 g; Węglowodny przyswajalne: 346.78 g; suma cukrów prostych: 108.97 g; Sól: 5.53 g; Sód: 2211.44 mg; Błonnik pokarmowy: 23.81 g;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Szyunka na kartki 60g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Makaron z serem białym 320g (GLU, MLE), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Kielb. krak. parzona 35g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2502.35 kcal; Białko ogółem: 106.17 g; Tłuszcz: 71.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.66 g; Węglowodny przyswajalne: 346.66 g; suma cukrów prostych: 109.11 g; Sól: 5.71 g; Sód: 2280.82 mg; Błonnik pokarmowy: 23.81 g;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szyunka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Makaron z serem białym 320g (GLU, MLE), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Kielb. krak. parzona 35g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2592.69 kcal; Białko ogółem: 108.66 g; Tłuszcz: 74.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.69 g; Węglowodny przyswajalne: 357.80 g; suma cukrów prostych: 109.65 g; Sól: 5.62 g; Sód: 2246.64 mg; Błonnik pokarmowy: 25.55 g;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 80g (GLU), Chleb zwykły 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szyunka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Filet rybny gotowany z warzywami 120g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g (JAJ, GOR), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Kielb. krak. parzona 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 5g, Szyunka na kartki 45g,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt (MLE), Zupa mleczna z płatkami owsianymi - kol 200g (GLU, MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2581.64 kcal; Białko ogółem: 132.48 g; Tłuszcz: 84.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.41 g; Węglowodny przyswajalne: 309.78 g; suma cukrów prostych: 64.36 g; Sól: 9.75 g; Sód: 3295.33 mg; Błonnik pokarmowy: 33.79 g;

piątek 2025-02-28 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Szyunka na kartki 60g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Makaron z serem białym 320g (GLU, MLE), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Kielb. krak. parzona 35g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2531.15 kcal; Białko ogółem: 106.33 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.71 g; Węglowodny przyswajalne: 350.24 g; suma cukrów prostych: 109.95 g; Sól: 5.93 g; Sód: 2368.82 mg; Błonnik pokarmowy: 28.91 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-28		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka na kartki 60g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Makaron z serem białym 640g (<i>GLU, MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3473.40 kcal; Białko ogółem: 159.21 g; Tłuszcz: 100.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.43 g; Węglowodny przyswajalne: 469.95 g; suma cukrów prostych: 139.64 g; Sól: 6.28 g; Sód: 2511.41 mg; Błonnik pokarmowy: 26.75 g;