

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-01 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 topiony - plastry 2szt (MLE), Polędwica sopocka 45g, Salata mix 35g,	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pulpet drobiowy gotowany 80g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Surówka z kiszzonej kapusty 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g, Pasztet drobiowy 1szt (GLU, SOJ), Szynkówka firmowa 35g, Ogórek konserwowy 100g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.55 kcal; Białko ogółem: 93.69 g; Tłuszcz: 88.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.56 g; Węglowodny przyswajalne: 307.20 g; suma cukrów prostych: 49.24 g; Sól: 10.42 g; Sód: 4164.48 mg; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

sobota 2025-03-01 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), Polędwica sopocka 45g, Salata mix 35g, Serek homog. naturalny 1szt (MLE),	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pulpet drobiowy gotowany 80g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew gotowana 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynkówka firmowa 35g, Ogonówka parzona 45g, Pomidor 100g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2468.49 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 79.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.27 g; Węglowodny przyswajalne: 314.80 g; suma cukrów prostych: 51.16 g; Sól: 7.92 g; Sód: 3164.74 mg; Błonnik pokarmowy: 27.21 g;

sobota 2025-03-01 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), Polędwica sopocka 45g, Salata mix 35g, Serek homog. naturalny 1szt (MLE),	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pulpet drobiowy gotowany 80g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew gotowana 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Ogonówka parzona 45g, Szynkówka firmowa 35g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2468.49 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 79.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.27 g; Węglowodny przyswajalne: 314.80 g; suma cukrów prostych: 51.16 g; Sól: 7.92 g; Sód: 3164.74 mg; Błonnik pokarmowy: 27.21 g;

sobota 2025-03-01 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), Polędwica sopocka 45g, Salata mix 35g, Serek homog. naturalny 1szt (MLE),	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pulpet drobiowy gotowany 80g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew gotowana 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Ogonówka parzona 45g, Szynkówka firmowa 35g, Pomidor 100g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2518.09 kcal; Białko ogółem: 112.31 g; Tłuszcz: 79.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.31 g; Węglowodny przyswajalne: 325.82 g; suma cukrów prostych: 51.84 g; Sól: 8.01 g; Sód: 3199.94 mg; Błonnik pokarmowy: 28.95 g;

sobota 2025-03-01 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), Polędwica sopocka 45g, Serek homog. naturalny 1szt (MLE), Salata mix 35g,	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pulpet drobiowy gotowany 80g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Surówka z kiszzonej kapusty 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Margaryna 20g, Szynkówka firmowa 35g, Ogonówka parzona 45g, Pomidor 100g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 5g, Polędwica sopocka 25g,	Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por, Zupa mleczna z kaszą manna-kol 200g (GLU, MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2831.42 kcal; Białko ogółem: 136.63 g; Tłuszcz: 94.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.88 g; Węglowodny przyswajalne: 341.56 g; suma cukrów prostych: 76.90 g; Sól: 10.18 g; Sód: 4067.12 mg; Błonnik pokarmowy: 40.78 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-01			Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 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>), Polędwica sopočka 45g, Serek homog. naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Sałata mix 35g,	Krupnik jaglany 300g (<i>SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Szynek firmowa 35g, Ogonówka parzona 45g, Pomidor 100g, Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g,			
			Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2476.49 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 80.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.34 g; Węglowodny przyswajalne: 310.94 g; suma cukrów prostych: 52.16 g; Sól: 8.27 g; Sód: 3305.54 mg; Błonnik pokarmowy: 35.67 g;

sobota 2025-03-01			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 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>), Polędwica sopočka 45g, Sałata mix 35g, Serek homog. naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Krupnik jaglany 300g (<i>SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany 160g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Szynek firmowa 45g, Ogonówka parzona 45g, Pomidor 100g, Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g,			
			Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2809.61 kcal; Białko ogółem: 137.43 g; Tłuszcz: 90.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.78 g; Węglowodny przyswajalne: 351.70 g; suma cukrów prostych: 61.20 g; Sól: 9.36 g; Sód: 3742.09 mg; Błonnik pokarmowy: 28.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-02 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), Kielb. szynk. wędzona 50g, Ser kanapkowy 1szt (MLE), Sałatka z kielbasą krakowską i ananasem 100g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR),	Zupa ryżowa 300g (SEL), Karkówka pieczona 65g, Sos chrzanowy 80g (GLU), Ziemniaki got. 250g, Kalafior got. z bułką tartą 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Margaryna 20g, Ser żółty 35g (MLE), Galantyna drobiowa 40g, Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2387.95 kcal; Białko ogółem: 85.66 g; Tłuszcz: 105.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.16 g; Węglowodny przyswajalne: 258.07 g; suma cukrów prostych: 42.84 g; Sól: 8.72 g; Sód: 3396.02 mg; Błonnik pokarmowy: 30.25 g;

niedziela 2025-03-02 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), Kielb. szynk. wędzona 50g, Dżem szt. 1szt, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitki ze schabu duszone z warzywami 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Baleron z indyka 35g, Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2245.78 kcal; Białko ogółem: 97.94 g; Tłuszcz: 78.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.87 g; Węglowodny przyswajalne: 285.89 g; suma cukrów prostych: 69.14 g; Sól: 9.36 g; Sód: 3733.68 mg; Błonnik pokarmowy: 27.07 g;

niedziela 2025-03-02 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), Kielb. szynk. wędzona 50g, Dżem szt. 1szt, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitki ze schabu duszone z warzywami 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Baleron z indyka 35g, Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2245.78 kcal; Białko ogółem: 97.94 g; Tłuszcz: 78.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.87 g; Węglowodny przyswajalne: 285.89 g; suma cukrów prostych: 69.14 g; Sól: 9.36 g; Sód: 3733.68 mg; Błonnik pokarmowy: 27.07 g;

niedziela 2025-03-02 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), Kielb. szynk. wędzona 50g, Dżem szt. 1szt, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitki ze schabu duszone z warzywami 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Baleron z indyka 35g, Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.38 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.91 g; Węglowodny przyswajalne: 296.91 g; suma cukrów prostych: 69.82 g; Sól: 9.45 g; Sód: 3768.88 mg; Błonnik pokarmowy: 28.81 g;

niedziela 2025-03-02 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), Kielb. szynk. wędzona 50g, Ser kanapkowy 1szt (MLE), Sałatka z kielbasą krakowską i ananasem 100g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR),	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitki ze schabu duszone z warzywami 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 80g (GLU), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 20g, Ser żółty 35g (MLE), Galantyna drobiowa 40g, Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 5g, Kielb. szynk. wędzona 20g,	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por, Zupa mleczna z płatkami owsianymi - kol 200g (GLU, MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2807.31 kcal; Białko ogółem: 109.70 g; Tłuszcz: 110.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.01 g; Węglowodny przyswajalne: 323.45 g; suma cukrów prostych: 73.05 g; Sól: 10.15 g; Sód: 4050.41 mg; Błonnik pokarmowy: 37.33 g;

niedziela 2025-03-02 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), Kielb. szynk. wędzona 50g, Dżem szt. 1szt, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitki ze schabu duszone z warzywami 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Margaryna 20g, Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2274.58 kcal; Białko ogółem: 98.10 g; Tłuszcz: 79.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.93 g; Węglowodny przyswajalne: 289.47 g; suma cukrów prostych: 69.98 g; Sól: 9.58 g; Sód: 3821.68 mg; Błonnik pokarmowy: 32.17 g;

niedziela 2025-03-02		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), Kielb. szynk. wędzona 50g, Dżem szt. 1szt, Pomidor 100g, Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitki ze schabu duszone z warzywami 200g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Baleron z indyka 35g, Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2671.98 kcal; Białko ogółem: 126.92 g; Tłuszcz: 97.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.72 g; Węglowodny przyswajalne: 322.27 g; suma cukrów prostych: 81.06 g; Sól: 9.84 g; Sód: 3924.57 mg; Błonnik pokarmowy: 29.59 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-03		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szynka konserwowa 35g, Pomidor 100g, Majonez 1szt (JAJ, GOR),	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz wieprzowo - warzywny (top.) 250g (GLU, SEL), Kasza jęczmienna 140g (GLU), Surówka z białej kapusty - colesław 150g (JAJ, GOR), Napój herbaciany 200g	Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Margaryna 20g, Serek fromage 1szt (MLE), Przymak z fileta 35g (GLU, SOJ, GOR), Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2741.72 kcal; Białko ogółem: 101.59 g; Tłuszcz: 110.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.23 g; Węglowodny przyswajalne: 316.06 g; suma cukrów prostych: 78.26 g; Sól: 9.02 g; Sód: 2929.76 mg; Błonnik pokarmowy: 36.18 g;

poniedziałek 2025-03-03		
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), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szynka konserwowa 35g, Pomidor 100g,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Filet z kurczaka gotowany 60g, Sos jarzynowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Przymak z fileta 35g (GLU, SOJ, GOR), Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2229.73 kcal; Białko ogółem: 99.78 g; Tłuszcz: 65.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.62 g; Węglowodny przyswajalne: 297.57 g; suma cukrów prostych: 87.96 g; Sól: 6.33 g; Sód: 2527.99 mg; Błonnik pokarmowy: 25.19 g;

poniedziałek 2025-03-03		
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 konserwowa 50g, Pomidor 100g, Miód 1szt,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Filet z kurczaka gotowany 60g, Sos jarzynowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Przymak z fileta 35g (GLU, SOJ, GOR), Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.04 kcal; Białko ogółem: 97.13 g; Tłuszcz: 61.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.53 g; Węglowodny przyswajalne: 317.42 g; suma cukrów prostych: 88.46 g; Sól: 6.55 g; Sód: 2614.87 mg; Błonnik pokarmowy: 25.19 g;

poniedziałek 2025-03-03		
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), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szynka konserwowa 35g, Pomidor 100g,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Filet z kurczaka gotowany 60g, Sos jarzynowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Przymak z fileta 35g (GLU, SOJ, GOR), Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2279.33 kcal; Białko ogółem: 100.10 g; Tłuszcz: 65.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.66 g; Węglowodny przyswajalne: 308.59 g; suma cukrów prostych: 88.64 g; Sól: 6.42 g; Sód: 2563.19 mg; Błonnik pokarmowy: 26.93 g;

poniedziałek 2025-03-03		
Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 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,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Filet z kurczaka gotowany 60g, Sos jarzynowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 80g (GLU), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 20g, Serek fromage 1szt (MLE), Przymak z fileta 35g (GLU, SOJ, GOR), 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 kaszą manna-kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2576.33 kcal; Białko ogółem: 126.03 g; Tłuszcz: 85.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.79 g; Węglowodny przyswajalne: 306.89 g; suma cukrów prostych: 70.52 g; Sól: 10.30 g; Sód: 4114.40 mg; Błonnik pokarmowy: 38.90 g;

poniedziałek 2025-03-03		
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 konserwowa 50g, Pomidor 100g, Miód 1szt,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Filet z kurczaka gotowany 60g, Sos jarzynowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Przymak z fileta 35g (GLU, SOJ, GOR), Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2293.84 kcal; Białko ogółem: 97.29 g; Tłuszcz: 62.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.58 g; Węglowodny przyswajalne: 321.00 g; suma cukrów prostych: 89.30 g; Sól: 6.77 g; Sód: 2702.87 mg; Błonnik pokarmowy: 30.29 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03	Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 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>),	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet z kurczaka gotowany 120g, Sos jarzynowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Przymak z fileta 45g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2622.48 kcal; Białko ogółem: 138.58 g; Tłuszcz: 74.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.75 g; Węglowodny przyswajalne: 336.95 g; suma cukrów prostych: 99.51 g; Sól: 7.45 g; Sód: 2973.88 mg; Błonnik pokarmowy: 27.48 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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), Salceson 45g, Schab na kartki 35g, Salata mix 35g, Mandarynka 1szt,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Kotlet mielony wieprzowy 110g (GLU, JAJ), Ziemniaki got. 250g, Surówka z buraczka z cebulką 150g, 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]: 2478.44 kcal; Białko ogółem: 84.77 g; Tłuszcz: 98.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.01 g; Węglowodny przyswajalne: 285.15 g; suma cukrów prostych: 52.76 g; Sól: 8.92 g; Sód: 2957.20 mg; Błonnik pokarmowy: 28.23 g;

wtorek 2025-03-04 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), Schab na kartki 50g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt, Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Udo gotowane 190g, Sos pietruszkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Blok koperkowy 35g (SOJ), Polędwica sopočka 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2319.70 kcal; Białko ogółem: 101.40 g; Tłuszcz: 74.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.23 g; Węglowodny przyswajalne: 296.03 g; suma cukrów prostych: 83.46 g; Sól: 6.91 g; Sód: 2755.17 mg; Błonnik pokarmowy: 28.05 g;

wtorek 2025-03-04 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, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt, Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Udo gotowane 190g, Sos pietruszkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Blok koperkowy 35g (SOJ), Polędwica sopočka 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2319.70 kcal; Białko ogółem: 101.40 g; Tłuszcz: 74.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.23 g; Węglowodny przyswajalne: 296.03 g; suma cukrów prostych: 83.46 g; Sól: 6.91 g; Sód: 2755.17 mg; Błonnik pokarmowy: 28.05 g;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		
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, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt, Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Udo gotowane 190g, Sos pietruszkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Blok koperkowy 35g (SOJ), Polędwica sopočka 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2369.30 kcal; Białko ogółem: 101.72 g; Tłuszcz: 74.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.26 g; Węglowodny przyswajalne: 307.05 g; suma cukrów prostych: 84.14 g; Sól: 7.00 g; Sód: 2790.37 mg; Błonnik pokarmowy: 29.79 g;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab na kartki 50g, Salata mix 35g, Pomidor 100g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Udo gotowane 190g, Sos pietruszkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Surówka z buraczka z cebulką 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Margaryna 20g, Blok koperkowy 35g (SOJ), Polędwica sopočka 45g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 5g, Schab na kartki 25g,		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por, Zupa mleczna z płatkami owsianymi - kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2746.76 kcal; Białko ogółem: 119.34 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.38 g; Węglowodny przyswajalne: 335.61 g; suma cukrów prostych: 80.67 g; Sól: 9.76 g; Sód: 3294.42 mg; Błonnik pokarmowy: 37.26 g;

wtorek 2025-03-04 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, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt, Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Udo gotowane 190g, Sos pietruszkowy 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), Polędwica sopočka 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2312.95 kcal; Białko ogółem: 100.68 g; Tłuszcz: 74.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.27 g; Węglowodny przyswajalne: 291.30 g; suma cukrów prostych: 78.65 g; Sól: 7.13 g; Sód: 2841.22 mg; Błonnik pokarmowy: 34.52 g;

wtorek 2025-03-04		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), Schab na kartki 60g , Salata mix 35g , Jabłko pieczone 1szt , Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Udo gotowane 380g , Sos pietruszkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g , Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g , Blok koperkowy 45g (SOJ), Połędwica sopocka 45g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2727.87 kcal; Białko ogółem: 136.42 g; Tłuszcz: 96.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.59 g; Węglowodny przyswajalne: 315.35 g; suma cukrów prostych: 87.71 g; Sól: 7.91 g; Sód: 3154.63 mg; Błonnik pokarmowy: 29.96 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Ser żółty 35g (MLE), Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Barszcz czerwony z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Śledzie w śmietanie z cebulką 300g (RYB, MLE), Ziemniaki got. 250g, Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g, Paprykarz szczeciński 1szt (GLU, SKR, RYB, SEL), Twarożek z rzodkiewką 180g (MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2587.60 kcal; Białko ogółem: 113.11 g; Tłuszcz: 102.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.19 g; Węglowodny przyswajalne: 294.48 g; suma cukrów prostych: 83.40 g; Sól: 24.91 g; Sód: 9953.81 mg; Błonnik pokarmowy: 31.20 g;

środa 2025-03-05 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), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Serek homog. naturalny 1szt (MLE), Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Barszcz czerwony z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Pierogi leniwe z cukrem 300g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z marchwi i jabłka 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 100g (MLE), Pomidor 100g, Miód 2szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2803.50 kcal; Białko ogółem: 126.09 g; Tłuszcz: 89.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.08 g; Węglowodny przyswajalne: 361.82 g; suma cukrów prostych: 74.63 g; Sól: 5.16 g; Sód: 1655.39 mg; Błonnik pokarmowy: 19.38 g;

środa 2025-03-05 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), Serek homog. naturalny 1szt (MLE), Dżem szt. 2szt, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Barszcz czerwony z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Pierogi leniwe z cukrem 300g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z marchwi i jabłka 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 100g (MLE), Pomidor 100g, Miód 2szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2819.10 kcal; Białko ogółem: 120.80 g; Tłuszcz: 85.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.78 g; Węglowodny przyswajalne: 380.06 g; suma cukrów prostych: 93.13 g; Sól: 5.01 g; Sód: 1594.56 mg; Błonnik pokarmowy: 19.78 g;

środa 2025-03-05 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), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Serek homog. naturalny 1szt (MLE), Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Barszcz czerwony z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Pierogi leniwe z cukrem 300g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z marchwi i jabłka 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 100g (MLE), Pomidor 100g, Miód 2szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2853.10 kcal; Białko ogółem: 126.41 g; Tłuszcz: 89.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.12 g; Węglowodny przyswajalne: 372.84 g; suma cukrów prostych: 75.31 g; Sól: 5.25 g; Sód: 1690.59 mg; Błonnik pokarmowy: 21.12 g;

środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 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), Serek homog. naturalny 1szt (MLE), Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Barszcz czerwony z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Filet rybny gotowany z warzywami 120g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Surówka z marchwi i jabłka 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Margaryna 20g, Paprykarz szczeciński 1szt (GLU, SKR, RYB, SEL), Twarożek z rzodkiewką 180g (MLE), Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 5g, Twarożek śniadaniowy 80g (MLE),		Posiłek nocny: Kiwi 1szt, Zupa mleczna z kaszą manna-kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2870.33 kcal; Białko ogółem: 143.47 g; Tłuszcz: 97.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.05 g; Węglowodny przyswajalne: 346.77 g; suma cukrów prostych: 75.76 g; Sól: 8.90 g; Sód: 2949.18 mg; Błonnik pokarmowy: 36.17 g;

środa 2025-03-05 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), Serek homog. naturalny 1szt (MLE), Dżem szt. 2szt, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Barszcz czerwony z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Pierogi leniwe z cukrem 300g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z marchwi i jabłka 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 100g (MLE), Pomidor 100g, Miód 2szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2847.90 kcal; Białko ogółem: 120.96 g; Tłuszcz: 85.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.83 g; Węglowodny przyswajalne: 383.64 g; suma cukrów prostych: 93.97 g; Sól: 5.23 g; Sód: 1682.56 mg; Błonnik pokarmowy: 24.88 g;

środa 2025-03-05		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), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Serek homog. naturalny 1szt (MLE), Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g, Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Barszcz czerwony z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Pierogi leniwe z cukrem 600g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z marchwi i jabłka 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 100g (MLE), Miód 2szt, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3749.00 kcal; Białko ogółem: 180.09 g; Tłuszcz: 119.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.23 g; Węglowodny przyswajalne: 478.25 g; suma cukrów prostych: 106.12 g; Sól: 5.80 g; Sód: 1912.16 mg; Błonnik pokarmowy: 21.61 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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), Parówka cienka 1szt (GLU), Kielb. krak. parzona 35g, Sałatka z szynką i ogórkiem zielonym 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Ketchup 1szt,	Barszcz biały z ziemniakami 300g (GLU, MLE, SEL), Makaron z sosem po bolońsku 400g (GLU, SEL), Fasolka szparagowa z bułką tartą 150g (GLU), Napój herbaciany 200g	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g, Ser żółty 35g (MLE), Szynka gotowana 45g, Ogórek konserwowy 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2991.21 kcal; Białko ogółem: 102.37 g; Tłuszcz: 129.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.56 g; Węglowodny przyswajalne: 337.98 g; suma cukrów prostych: 66.25 g; Sól: 12.03 g; Sód: 4336.23 mg; Błonnik pokarmowy: 31.07 g;

czwartek 2025-03-06 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), Kielb. krak. parzona 35g, Serek wiejski 1szt (MLE), Pomidor 100g,	Polewka z ziemniakami 300g (GLU, MLE), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynka konserwowa 35g, Szynka gotowana 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2222.10 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 69.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.00 g; Węglowodny przyswajalne: 274.74 g; suma cukrów prostych: 69.26 g; Sól: 9.39 g; Sód: 3750.60 mg; Błonnik pokarmowy: 26.11 g;

czwartek 2025-03-06 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), Kielb. krak. parzona 35g, Serek wiejski 1szt (MLE), Pomidor 100g,	Polewka z ziemniakami 300g (GLU, MLE), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynka gotowana 45g, Szynka konserwowa 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2222.10 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 69.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.00 g; Węglowodny przyswajalne: 274.74 g; suma cukrów prostych: 69.26 g; Sól: 9.39 g; Sód: 3750.60 mg; Błonnik pokarmowy: 26.11 g;

czwartek 2025-03-06 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), Kielb. krak. parzona 35g, Serek wiejski 1szt (MLE), Pomidor 100g,	Polewka z ziemniakami 300g (GLU, MLE), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Szynka gotowana 45g, Szynka konserwowa 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.70 kcal; Białko ogółem: 112.31 g; Tłuszcz: 69.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.04 g; Węglowodny przyswajalne: 285.76 g; suma cukrów prostych: 69.94 g; Sól: 9.48 g; Sód: 3785.80 mg; Błonnik pokarmowy: 27.85 g;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek wiejski 1szt (MLE), Kielb. krak. parzona 35g, Pomidor 100g,	Polewka z ziemniakami 300g (GLU, MLE), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Margaryna 20g, Szynka konserwowa 35g, Szynka gotowana 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 80g (GLU), Margaryna 5g, Kielb. krak. parzona 20g,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por, Zupa mleczna z płatkami owsianymi - kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2760.49 kcal; Białko ogółem: 135.27 g; Tłuszcz: 84.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.21 g; Węglowodny przyswajalne: 345.33 g; suma cukrów prostych: 88.77 g; Sól: 11.33 g; Sód: 4526.48 mg; Błonnik pokarmowy: 39.66 g;

czwartek 2025-03-06 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), Kielb. krak. parzona 35g, Serek wiejski 1szt (MLE), Pomidor 100g,	Polewka z ziemniakami 300g (GLU, MLE), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g, Szynka gotowana 45g, Szynka konserwowa 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2250.90 kcal; Białko ogółem: 112.15 g; Tłuszcz: 69.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.05 g; Węglowodny przyswajalne: 278.32 g; suma cukrów prostych: 70.10 g; Sól: 9.61 g; Sód: 3838.60 mg; Błonnik pokarmowy: 31.21 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-06		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), Kielb. krak. parzona 35g, 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, Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Szynka gotowana 55g, Szynka konserwowa 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2661.10 kcal; Białko ogółem: 140.11 g; Tłuszcz: 81.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.29 g; Węglowodny przyswajalne: 327.46 g; suma cukrów prostych: 86.65 g; Sól: 10.83 g; Sód: 4326.35 mg; Błonnik pokarmowy: 32.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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), 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 czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g, Rybka na raz po grecku 1szt (GLU, SKR, JAJ, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR), Ser biały 70g (MLE), Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2935.28 kcal; Białko ogółem: 113.68 g; Tłuszcz: 103.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.40 g; Węglowodny przyswajalne: 364.05 g; suma cukrów prostych: 76.43 g; Sól: 7.02 g; Sód: 2121.49 mg; Błonnik pokarmowy: 35.27 g;

piątek 2025-03-07 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), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Schab na kartki 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Twarożek z ziemniakami 450g (MLE), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Szynek firmowa 35g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2303.76 kcal; Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz: 74.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.46 g; Węglowodny przyswajalne: 295.47 g; suma cukrów prostych: 93.44 g; Sól: 5.58 g; Sód: 2228.36 mg; Błonnik pokarmowy: 25.34 g;

piątek 2025-03-07 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), Schab na kartki 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Twarożek z ziemniakami 450g (MLE), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Szynek firmowa 35g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2262.28 kcal; Białko ogółem: 98.16 g; Tłuszcz: 70.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.45 g; Węglowodny przyswajalne: 295.37 g; suma cukrów prostych: 93.44 g; Sól: 5.70 g; Sód: 2279.27 mg; Błonnik pokarmowy: 25.34 g;

piątek 2025-03-07 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), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Schab na kartki 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Twarożek z ziemniakami 450g (MLE), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Szynek firmowa 35g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2353.36 kcal; Białko ogółem: 100.74 g; Tłuszcz: 74.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.50 g; Węglowodny przyswajalne: 306.49 g; suma cukrów prostych: 94.12 g; Sól: 5.67 g; Sód: 2263.56 mg; Błonnik pokarmowy: 27.08 g;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 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,	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Filet rybny gotowany z warzywami 120g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Surówka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Margaryna 20g, Szynek firmowa 35g, Ser biały 70g (MLE), Pomidor 100g, 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 kaszą manna- kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2617.15 kcal; Białko ogółem: 121.86 g; Tłuszcz: 89.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.14 g; Węglowodny przyswajalne: 313.70 g; suma cukrów prostych: 58.82 g; Sól: 8.59 g; Sód: 2954.04 mg; Błonnik pokarmowy: 34.55 g;

piątek 2025-03-07 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), Schab na kartki 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Twarożek z ziemniakami 450g (MLE), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Szynek firmowa 35g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2291.08 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 71.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.50 g; Węglowodny przyswajalne: 298.95 g; suma cukrów prostych: 94.28 g; Sól: 5.92 g; Sód: 2367.27 mg; Błonnik pokarmowy: 30.44 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-07		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), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Schab na kartki 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g, Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Twarożek z ziemniakami 900g (MLE), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 100g (MLE), Szynkówka firmowa 35g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2977.33 kcal; Białko ogółem: 149.45 g; Tłuszcz: 96.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.88 g; Węglowodny przyswajalne: 364.70 g; suma cukrów prostych: 113.49 g; Sól: 6.85 g; Sód: 2737.80 mg; Błonnik pokarmowy: 28.80 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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), Serek wiejski 1szt (MLE), Szynka konserwowa 35g, Salata mix 35g,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Pieczeń rzymska 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 łag. 1szt (GLU, RYB, MLE), Blok koperkowy 35g (SOJ), Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2667.70 kcal; Białko ogółem: 112.55 g; Tłuszcz: 100.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.71 g; Węglowodny przyswajalne: 312.16 g; suma cukrów prostych: 41.77 g; Sól: 12.33 g; Sód: 4929.56 mg; Błonnik pokarmowy: 26.94 g;

sobota 2025-03-08 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), Szynka konserwowa 35g, Salata mix 35g, Serek wiejski 1szt (MLE),	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (GLU, JAJ), Sos pietruszkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew gotowana 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Blok koperkowy 35g (SOJ), Ser biały 70g (MLE), Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2378.74 kcal; Białko ogółem: 112.43 g; Tłuszcz: 72.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.76 g; Węglowodny przyswajalne: 304.47 g; suma cukrów prostych: 55.17 g; Sól: 8.67 g; Sód: 3465.79 mg; Błonnik pokarmowy: 26.74 g;

sobota 2025-03-08 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 35g, Salata mix 35g, Serek wiejski 1szt (MLE),	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (GLU, JAJ), Sos pietruszkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew gotowana 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Blok koperkowy 35g (SOJ), Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2378.74 kcal; Białko ogółem: 112.43 g; Tłuszcz: 72.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.76 g; Węglowodny przyswajalne: 304.47 g; suma cukrów prostych: 55.17 g; Sól: 8.67 g; Sód: 3465.79 mg; Błonnik pokarmowy: 26.74 g;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka konserwowa 35g, Salata mix 35g, Serek wiejski 1szt (MLE),	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (GLU, JAJ), Sos pietruszkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew gotowana 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Blok koperkowy 35g (SOJ), Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2428.34 kcal; Białko ogółem: 112.75 g; Tłuszcz: 72.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.80 g; Węglowodny przyswajalne: 315.49 g; suma cukrów prostych: 55.85 g; Sól: 8.76 g; Sód: 3500.99 mg; Błonnik pokarmowy: 28.48 g;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka konserwowa 35g, Serek wiejski 1szt (MLE), Salata mix 35g,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Pieczeń rzymska 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, Blok koperkowy 35g (SOJ), Ser biały 70g (MLE), Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 5g, Szynka konserwowa 20g,	Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por, Zupa mleczna z płatkami owsianymi - kol 200g (GLU, MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2788.30 kcal; Białko ogółem: 133.85 g; Tłuszcz: 91.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.73 g; Węglowodny przyswajalne: 337.25 g; suma cukrów prostych: 71.40 g; Sól: 11.70 g; Sód: 4678.35 mg; Błonnik pokarmowy: 35.49 g;

sobota 2025-03-08 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 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka konserwowa 35g, Serek wiejski 1szt (MLE), Salata mix 35g,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (GLU, JAJ), Sos pietruszkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew gotowana 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Margaryna 20g, Blok koperkowy 35g (SOJ), Ser biały 70g (MLE), Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2386.74 kcal; Białko ogółem: 112.43 g; Tłuszcz: 73.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.83 g; Węglowodny przyswajalne: 300.61 g; suma cukrów prostych: 56.17 g; Sól: 9.02 g; Sód: 3606.59 mg; Błonnik pokarmowy: 35.20 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-08		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), Szynka konserwowa 50g, Salata mix 35g, Serek wiejski 1szt (MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Pieczeń rzymska drobiowa 180g (GLU, JAJ), Sos pietruszkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew gotowana 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Blok koperkowy 50g (SOJ), Ser biały 70g (MLE), Pomidor 100g, Herbata 200g,	
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2741.14 kcal; Białko ogółem: 141.08 g; Tłuszcz: 83.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.18 g; Węglowodny przyswajalne: 342.18 g; suma cukrów prostych: 65.10 g; Sól: 10.50 g; Sód: 4198.44 mg; Błonnik pokarmowy: 27.91 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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), Ser żółty 35g (MLE), Sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, GOR),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Kotlet schabowy panierowany 120g (GLU, JAJ), Ziemniaki got. 250g, Kalafor got. z bułką tartą 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Margaryna 20g, Ser kanapkowy 1szt (MLE), Filet kruchy 40g (SOJ), Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2668.24 kcal; Białko ogółem: 98.64 g; Tłuszcz: 121.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.40 g; Węglowodny przyswajalne: 279.43 g; suma cukrów prostych: 47.28 g; Sól: 7.84 g; Sód: 3126.75 mg; Błonnik pokarmowy: 32.74 g;

niedziela 2025-03-09 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), Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Filet kruchy 40g (SOJ), Ogonówka parzona 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2186.05 kcal; Białko ogółem: 112.95 g; Tłuszcz: 66.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.18 g; Węglowodny przyswajalne: 281.62 g; suma cukrów prostych: 66.57 g; Sól: 10.43 g; Sód: 4164.49 mg; Błonnik pokarmowy: 29.35 g;

niedziela 2025-03-09 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), Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Filet kruchy 40g (SOJ), Ogonówka parzona 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2186.05 kcal; Białko ogółem: 112.95 g; Tłuszcz: 66.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.18 g; Węglowodny przyswajalne: 281.62 g; suma cukrów prostych: 66.57 g; Sól: 10.43 g; Sód: 4164.49 mg; Błonnik pokarmowy: 29.35 g;

niedziela 2025-03-09 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), Szynekowa luksusowa 35g (GLU, SOJ, GOR), Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Filet kruchy 40g (SOJ), Ogonówka parzona 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2235.65 kcal; Białko ogółem: 113.27 g; Tłuszcz: 66.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.21 g; Węglowodny przyswajalne: 292.64 g; suma cukrów prostych: 67.25 g; Sól: 10.52 g; Sód: 4199.69 mg; Błonnik pokarmowy: 31.09 g;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 80g (GLU), Chleb zwykły 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynekowa luksusowa 35g (GLU, SOJ, GOR), Ser żółty 20g (MLE), Sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, GOR),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 80g (GLU), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 20g, Ser kanapkowy 1szt (MLE), Filet kruchy 40g (SOJ), Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 5g, Szynekowa luksusowa 20g (GLU, SOJ, GOR),	Posiłek nocny: Kiwi 1szt, Zupa mleczna z kaszą manna-kol 200g (GLU, MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2742.52 kcal; Białko ogółem: 113.42 g; Tłuszcz: 101.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.66 g; Węglowodny przyswajalne: 321.85 g; suma cukrów prostych: 82.28 g; Sól: 9.11 g; Sód: 3632.62 mg; Błonnik pokarmowy: 41.62 g;

niedziela 2025-03-09 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), Szynekowa luksusowa 35g (GLU, SOJ, GOR), Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Margaryna 20g, Filet kruchy 40g (SOJ), Ogonówka parzona 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2214.85 kcal; Białko ogółem: 113.11 g; Tłuszcz: 67.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.23 g; Węglowodny przyswajalne: 285.20 g; suma cukrów prostych: 67.41 g; Sól: 10.65 g; Sód: 4252.49 mg; Błonnik pokarmowy: 34.45 g;

niedziela 2025-03-09		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), Szynkowa luksusowa 45g (GLU, SOJ, GOR), Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g, Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Schab mielony z jarzynami 360g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Filet kruchy 40g (SOJ), Ogonówka parzona 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2548.64 kcal; Białko ogółem: 145.75 g; Tłuszcz: 77.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.09 g; Węglowodny przyswajalne: 314.78 g; suma cukrów prostych: 82.29 g; Sól: 11.48 g; Sód: 4583.16 mg; Błonnik pokarmowy: 34.60 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-10 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), Polędwica sopocka 45g, Pomidor 100g, Majonez 1szt (JAJ, GOR),	Barszcz ukraiński 300ml (GLU, SEL), Gulasz wieprzowo-warzywny (szyn.) 250g (GLU, SEL), Kasza jęczmienna 140g (GLU), Ogórek kiszony 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Rzodkiewka 100g, Szynekówka firmowa 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2640.17 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 94.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.79 g; Węglowodny przyswajalne: 319.15 g; suma cukrów prostych: 91.63 g; Sól: 9.18 g; Sód: 3463.17 mg; Błonnik pokarmowy: 41.45 g;

poniedziałek 2025-03-10 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), Polędwica sopocka 45g, Pomidor 100g,	Barszcz czerwony z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Pulpet drobiowy gotowany 80g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Szynekówka firmowa 35g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2342.98 kcal; Białko ogółem: 97.64 g; Tłuszcz: 71.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.66 g; Węglowodny przyswajalne: 314.60 g; suma cukrów prostych: 97.40 g; Sól: 7.26 g; Sód: 2892.39 mg; Błonnik pokarmowy: 24.68 g;

poniedziałek 2025-03-10 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), Polędwica sopocka 60g, Pomidor 100g, Miód 1szt,	Barszcz czerwony z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Pulpet drobiowy gotowany 80g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Szynekówka firmowa 35g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2382.66 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 68.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.61 g; Węglowodny przyswajalne: 334.37 g; suma cukrów prostych: 97.90 g; Sól: 7.37 g; Sód: 2934.47 mg; Błonnik pokarmowy: 24.68 g;

poniedziałek 2025-03-10 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), Polędwica sopocka 45g, Pomidor 100g,	Barszcz czerwony z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Pulpet drobiowy gotowany 80g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Szynekówka firmowa 35g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2392.58 kcal; Białko ogółem: 97.96 g; Tłuszcz: 71.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.70 g; Węglowodny przyswajalne: 325.62 g; suma cukrów prostych: 98.08 g; Sól: 7.35 g; Sód: 2927.59 mg; Błonnik pokarmowy: 26.42 g;

poniedziałek 2025-03-10 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), Polędwica sopocka 45g, Pomidor 100g,	Barszcz czerwony z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Pulpet drobiowy gotowany 80g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 80g (GLU), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Szynekówka firmowa 35g, Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 5g, Polędwica sopocka 20g,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 1szt, Zupa mleczna z płatkami owsianymi - kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2634.51 kcal; Białko ogółem: 121.19 g; Tłuszcz: 86.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.81 g; Węglowodny przyswajalne: 324.23 g; suma cukrów prostych: 80.56 g; Sól: 10.37 g; Sód: 4133.06 mg; Błonnik pokarmowy: 38.64 g;

poniedziałek 2025-03-10 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), Polędwica sopocka 60g, Pomidor 100g, Miód 1szt,	Barszcz czerwony z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Pulpet drobiowy gotowany 80g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Szynekówka firmowa 35g, Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2386.82 kcal; Białko ogółem: 96.72 g; Tłuszcz: 68.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.70 g; Węglowodny przyswajalne: 330.14 g; suma cukrów prostych: 90.85 g; Sól: 7.61 g; Sód: 3030.54 mg; Błonnik pokarmowy: 31.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-10		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>), Polędwica sopočka 60g, Pomidor 100g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Barszcz czerwony z makaronem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany 160g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Szynkówka firmowa 35g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2779.37 kcal; Białko ogółem: 131.12 g; Tłuszcz: 83.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.74 g; Węglowodny przyswajalne: 363.62 g; suma cukrów prostych: 108.97 g; Sól: 8.78 g; Sód: 3497.47 mg; Błonnik pokarmowy: 27.59 g;