

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-02-01 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), Ser topiony 50g (MLE), Szynkowa luksusowa 35g (GLU, SOJ, GOR), Sałata mix 35g,	Polewka z ziemniakami 300g (GLU, MLE), Pulpet drobiowy gotowany 80g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko 160g, Surówka z kiszzonej kapusty 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g, Pasta z łososia łag. 1szt (GLU, RYB, MLE), Blok koperkowy 35g (SOJ), Ogórek kiszony 100g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2845.10 kcal; Białko ogółem: 106.64 g; Tłuszcz: 115.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.35 g; Węglowodny przyswajalne: 333.61 g; suma cukrów prostych: 53.61 g; Sól: 12.95 g; Sód: 5178.62 mg; Błonnik pokarmowy: 27.51 g;

sobota 2025-02-01 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), Szynkowa luksusowa 35g (GLU, SOJ, GOR), Sałata mix 35g, Serek homog. naturalny 1szt (MLE),	Polewka z ziemniakami 300g (GLU, MLE), Pulpet drobiowy gotowany 80g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko 160g, Włoszczyzna gotowana 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Blok koperkowy 35g (SOJ), Ogonówka parzona 45g, Pomidor 100g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2583.86 kcal; Białko ogółem: 112.39 g; Tłuszcz: 84.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.16 g; Węglowodny przyswajalne: 335.76 g; suma cukrów prostych: 56.65 g; Sól: 7.92 g; Sód: 3165.50 mg; Błonnik pokarmowy: 23.34 g;

sobota 2025-02-01 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), Szynkowa luksusowa 35g (GLU, SOJ, GOR), Sałata mix 35g, Serek homog. naturalny 1szt (MLE),	Polewka z ziemniakami 300g (GLU, MLE), Pulpet drobiowy gotowany 80g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko 160g, Włoszczyzna gotowana 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Ogonówka parzona 45g, Blok koperkowy 35g (SOJ), Pomidor 100g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2583.86 kcal; Białko ogółem: 112.39 g; Tłuszcz: 84.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.16 g; Węglowodny przyswajalne: 335.76 g; suma cukrów prostych: 56.65 g; Sól: 7.92 g; Sód: 3165.50 mg; Błonnik pokarmowy: 23.34 g;

sobota 2025-02-01 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), Szynkowa luksusowa 35g (GLU, SOJ, GOR), Sałata mix 35g, Serek homog. naturalny 1szt (MLE),	Polewka z ziemniakami 300g (GLU, MLE), Pulpet drobiowy gotowany 80g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko 160g, Włoszczyzna gotowana 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Ogonówka parzona 45g, Blok koperkowy 35g (SOJ), Pomidor 100g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2633.46 kcal; Białko ogółem: 112.71 g; Tłuszcz: 84.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.19 g; Węglowodny przyswajalne: 346.78 g; suma cukrów prostych: 57.33 g; Sól: 8.01 g; Sód: 3200.70 mg; Błonnik pokarmowy: 25.08 g;

sobota 2025-02-01 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), Szynkowa luksusowa 35g (GLU, SOJ, GOR), Serek homog. naturalny 1szt (MLE), Sałata mix 35g,	Polewka z ziemniakami 300g (GLU, MLE), Pulpet drobiowy gotowany 80g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko 160g, Surówka z kiszzonej kapusty 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Margaryna 20g, Blok koperkowy 35g (SOJ), Ogonówka parzona 45g, Pomidor 100g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 5g, Szynkowa luksusowa 20g (GLU, SOJ, GOR),		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt, Zupa mleczna z płatkami owsianymi - kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2949.21 kcal; Białko ogółem: 132.43 g; Tłuszcz: 103.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.04 g; Węglowodny przyswajalne: 358.31 g; suma cukrów prostych: 79.94 g; Sól: 10.39 g; Sód: 4154.37 mg; Błonnik pokarmowy: 35.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-01			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), Szynkowa luksusowa 35g (GLU, SOJ, GOR), Serek homog. naturalny 1szt (MLE), Sałata mix 35g ,	Polewka z ziemniakami 300g (GLU, MLE), Pulpet drobiowy gotowany 80g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko 160g , Włoszczyzna gotowana 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Margaryna 20g , Blok koperkowy 35g (SOJ), Ogonówka parzona 45g , Pomidor 100g , Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g ,			
			Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2591.86 kcal; Białko ogółem: 112.39 g; Tłuszcz: 84.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.23 g; Węglowodny przyswajalne: 331.90 g; suma cukrów prostych: 57.65 g; Sól: 8.27 g; Sód: 3306.30 mg; Błonnik pokarmowy: 31.80 g;

sobota 2025-02-01			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), Szynkowa luksusowa 50g (GLU, SOJ, GOR), Sałata mix 35g , Serek homog. naturalny 1szt (MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Polewka z ziemniakami 300g (GLU, MLE), Pulpet drobiowy gotowany 160g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko 160g , Włoszczyzna gotowana 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g , Blok koperkowy 45g (SOJ), Ogonówka parzona 45g , Pomidor 100g , Herbata 200g , Jogurt naturalny 1szt (MLE),			
			Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2952.77 kcal; Białko ogółem: 139.90 g; Tłuszcz: 96.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.12 g; Węglowodny przyswajalne: 373.22 g; suma cukrów prostych: 66.74 g; Sól: 9.73 g; Sód: 3891.46 mg; Błonnik pokarmowy: 24.50 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-02-02		
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), Galantyna drobiowa 55g, Ser kanapkowy 1szt (MLE), Sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, GOR),	Zupa wiedeńska 300g (GLU, SEL), Kotlet schabowy panierowany 120g (GLU, JAJ), Ziemniaki got. 250g, Bukiet warzyw got. z bulgą tartą 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Margaryna 20g, Ser żółty 35g (MLE), Szynek firmowa 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2612.91 kcal; Białko ogółem: 95.35 g; Tłuszcz: 119.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.07 g; Węglowodny przyswajalne: 269.44 g; suma cukrów prostych: 44.10 g; Sól: 6.86 g; Sód: 2732.49 mg; Błonnik pokarmowy: 36.90 g;

niedziela 2025-02-02		
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), Kielb. krak. parzona 50g, Mus jabłkowy 70g, Pomidor 100g,	Zupa wiedeńska 300g (GLU, SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynek firmowa 35g, Polędwica sopocka 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2194.78 kcal; Białko ogółem: 99.58 g; Tłuszcz: 66.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.62 g; Węglowodny przyswajalne: 286.89 g; suma cukrów prostych: 76.96 g; Sól: 7.43 g; Sód: 2963.06 mg; Błonnik pokarmowy: 29.25 g;

niedziela 2025-02-02		
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), Kielb. krak. parzona 50g, Mus jabłkowy 70g, Pomidor 100g,	Zupa wiedeńska 300g (GLU, SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynek firmowa 35g, Polędwica sopocka 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2194.78 kcal; Białko ogółem: 99.58 g; Tłuszcz: 66.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.62 g; Węglowodny przyswajalne: 286.89 g; suma cukrów prostych: 76.96 g; Sól: 7.43 g; Sód: 2963.06 mg; Błonnik pokarmowy: 29.25 g;

niedziela 2025-02-02		
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), Kielb. krak. parzona 50g, Mus jabłkowy 70g, Pomidor 100g,	Zupa wiedeńska 300g (GLU, SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Szynek firmowa 35g, Polędwica sopocka 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2244.38 kcal; Białko ogółem: 99.90 g; Tłuszcz: 66.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.66 g; Węglowodny przyswajalne: 297.91 g; suma cukrów prostych: 77.64 g; Sól: 7.52 g; Sód: 2998.26 mg; Błonnik pokarmowy: 30.99 g;

niedziela 2025-02-02		
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), Galantyna drobiowa 55g, Ser kanapkowy 1szt (MLE), Sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, GOR),	Zupa wiedeńska 300g (GLU, 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 żółty 35g (MLE), Szynek firmowa 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 5g, Kielb. krak. parzona 20g,	Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por, Zupa mleczna z ryżem - kol 200g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2695.85 kcal; Białko ogółem: 112.41 g; Tłuszcz: 101.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.37 g; Węglowodny przyswajalne: 312.28 g; suma cukrów prostych: 78.13 g; Sól: 8.25 g; Sód: 3289.28 mg; Błonnik pokarmowy: 42.66 g;

niedziela 2025-02-02		
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), Kielb. krak. parzona 50g, Mus jabłkowy 70g, Pomidor 100g,	Zupa wiedeńska 300g (GLU, 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, Polędwica sopocka 45g, Szynek firmowa 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2117.83 kcal; Białko ogółem: 94.29 g; Tłuszcz: 62.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.12 g; Węglowodny przyswajalne: 276.16 g; suma cukrów prostych: 79.65 g; Sól: 7.45 g; Sód: 2970.51 mg; Błonnik pokarmowy: 36.37 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-02		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), Kielb. krak. parzona 50g, Mus jabłkowy 70g, Pomidor 100g, Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Zupa wiedeńska 300g (GLU, SEL), Schab mielony z jarzynami 360g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynkówka firmowa 45g, Połędwica sopocka 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,	
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.62 kcal; Białko ogółem: 126.93 g; Tłuszcz: 72.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.97 g; Węglowodny przyswajalne: 305.74 g; suma cukrów prostych: 94.53 g; Sól: 8.28 g; Sód: 3301.18 mg; Błonnik pokarmowy: 36.52 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-03 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),	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz wieprzowo - warzywny (top.) 250g (GLU, SEL), Kasza jęczmienna 140g (GLU), Surówka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR), Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Margaryna 20g, Twarożek z rzodkiewką 180g (MLE), Śledzik na raz 1szt (JAJ, RYB, MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2891.12 kcal; Białko ogółem: 97.87 g; Tłuszcz: 127.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.59 g; Węglowodny przyswajalne: 323.40 g; suma cukrów prostych: 78.63 g; Sól: 7.39 g; Sód: 2337.52 mg; Błonnik pokarmowy: 35.66 g;

poniedziałek 2025-02-03 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,	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), Baleron z indyka 35g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2251.70 kcal; Białko ogółem: 99.93 g; Tłuszcz: 67.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.85 g; Węglowodny przyswajalne: 298.13 g; suma cukrów prostych: 87.92 g; Sól: 6.16 g; Sód: 2459.54 mg; Błonnik pokarmowy: 24.99 g;

poniedziałek 2025-02-03 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, 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), Baleron z indyka 35g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2287.01 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 64.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.76 g; Węglowodny przyswajalne: 317.98 g; suma cukrów prostych: 88.42 g; Sól: 6.38 g; Sód: 2546.43 mg; Błonnik pokarmowy: 24.99 g;

poniedziałek 2025-02-03 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,	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), Baleron z indyka 35g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.30 kcal; Białko ogółem: 100.25 g; Tłuszcz: 67.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.89 g; Węglowodny przyswajalne: 309.15 g; suma cukrów prostych: 88.60 g; Sól: 6.25 g; Sód: 2494.74 mg; Błonnik pokarmowy: 26.73 g;

poniedziałek 2025-02-03 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,	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, Twarożek z rzodkiewką 180g (MLE), Rybka na raz po grecku 1szt (GLU, SKR, JAJ, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR), 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]: 2601.23 kcal; Białko ogółem: 122.24 g; Tłuszcz: 86.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.21 g; Węglowodny przyswajalne: 319.48 g; suma cukrów prostych: 70.94 g; Sól: 8.82 g; Sód: 3522.16 mg; Błonnik pokarmowy: 38.63 g;

poniedziałek 2025-02-03 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), 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), Baleron z indyka 35g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2315.81 kcal; Białko ogółem: 97.44 g; Tłuszcz: 64.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.81 g; Węglowodny przyswajalne: 321.56 g; suma cukrów prostych: 89.26 g; Sól: 6.60 g; Sód: 2634.43 mg; Błonnik pokarmowy: 30.09 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-03		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), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szynka konserwowa 50g, Pomidor 100g, Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (GLU, MLE, SEL), Filet z kurczaka gotowany 120g, Sos jarzynowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 100g (MLE), Baleron z indyka 45g, Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2652.55 kcal; Białko ogółem: 138.74 g; Tłuszcz: 77.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.37 g; Węglowodny przyswajalne: 337.61 g; suma cukrów prostych: 99.47 g; Sól: 7.23 g; Sód: 2885.88 mg; Błonnik pokarmowy: 27.28 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-04 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), Salceson 50g, Szyńka na kartki 45g, Salata mix 35g, Mandarynka 1szt,	Zupa grochowa 300g (GLU, SEL), Makaron z serem białym 320g (GLU, MLE), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g, Ser topiony trójkąt 2szt (MLE), Szyńkówka firmowa 35g, Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2745.91 kcal; Białko ogółem: 113.15 g; Tłuszcz: 94.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.99 g; Węglowodny przyswajalne: 341.02 g; suma cukrów prostych: 77.21 g; Sól: 9.87 g; Sód: 3741.12 mg; Błonnik pokarmowy: 38.54 g;

wtorek 2025-02-04 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), Szyńka na kartki 60g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Szyńkówka firmowa 35g, Szyńka gotowana 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2184.75 kcal; Białko ogółem: 90.84 g; Tłuszcz: 65.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.55 g; Węglowodny przyswajalne: 294.13 g; suma cukrów prostych: 77.62 g; Sól: 8.14 g; Sód: 3247.75 mg; Błonnik pokarmowy: 28.71 g;

wtorek 2025-02-04 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), Szyńka na kartki 60g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Szyńkówka firmowa 35g, Szyńka gotowana 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2184.75 kcal; Białko ogółem: 90.84 g; Tłuszcz: 65.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.55 g; Węglowodny przyswajalne: 294.13 g; suma cukrów prostych: 77.62 g; Sól: 8.14 g; Sód: 3247.75 mg; Błonnik pokarmowy: 28.71 g;

wtorek 2025-02-04 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), Szyńka na kartki 60g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Szyńkówka firmowa 35g, Szyńka gotowana 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2234.35 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz: 65.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.58 g; Węglowodny przyswajalne: 305.15 g; suma cukrów prostych: 78.30 g; Sól: 8.23 g; Sód: 3282.95 mg; Błonnik pokarmowy: 30.45 g;

wtorek 2025-02-04 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), Szyńka na kartki 60g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Margaryna 20g, Szyńkówka firmowa 35g, Szyńka gotowana 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 5g, Szyńka na kartki 25g,	Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por, Zupa mleczna z płatkami owsianymi - kol 200g (GLU, MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2596.10 kcal; Białko ogółem: 112.72 g; Tłuszcz: 79.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.89 g; Węglowodny przyswajalne: 335.81 g; suma cukrów prostych: 91.16 g; Sól: 9.84 g; Sód: 3925.71 mg; Błonnik pokarmowy: 41.94 g;

wtorek 2025-02-04 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), Szyńka na kartki 60g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Margaryna 20g, Chleb razowy 40g (GLU), Szyńkówka firmowa 35g, Szyńka gotowana 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2178.00 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz: 65.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.60 g; Węglowodny przyswajalne: 289.40 g; suma cukrów prostych: 72.81 g; Sól: 8.36 g; Sód: 3333.80 mg; Błonnik pokarmowy: 35.17 g;

wtorek 2025-02-04		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), Szynka na kartki 70g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt, Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Pieczeń rzymska drobiowa 180g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynkówka firmowa 45g, Szynka gotowana 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2503.76 kcal; Białko ogółem: 117.58 g; Tłuszcz: 76.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.26 g; Węglowodny przyswajalne: 322.81 g; suma cukrów prostych: 82.10 g; Sól: 9.80 g; Sód: 3910.29 mg; Błonnik pokarmowy: 31.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-02-05 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), Kiełb. krak. parzona 35g, Ogórek zielony 100g,	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Kotlet mielony wieprzowy 110g (GLU, JAJ), ziemniaki got. 250g, Surówka z buraczką z cebulką 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g, Ser Deliser 2szt (MLE), Przymak z fileta 35g (GLU, SOJ, GOR), Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.95 kcal; Białko ogółem: 102.41 g; Tłuszcz: 94.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.46 g; Węglowodny przyswajalne: 282.29 g; suma cukrów prostych: 50.46 g; Sól: 9.27 g; Sód: 3097.26 mg; Błonnik pokarmowy: 27.62 g;

środa 2025-02-05 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), Kiełb. krak. parzona 35g, Serek wiejski 1szt (MLE), Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drobiowy gotowany 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna gotowana 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Przymak z fileta 50g (GLU, SOJ, GOR), Dżem szt. 1szt, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2226.15 kcal; Białko ogółem: 104.67 g; Tłuszcz: 67.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.77 g; Węglowodny przyswajalne: 285.10 g; suma cukrów prostych: 76.77 g; Sól: 8.54 g; Sód: 3406.42 mg; Błonnik pokarmowy: 30.83 g;

środa 2025-02-05 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), Kiełb. krak. parzona 35g, Serek wiejski 1szt (MLE), Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drobiowy gotowany 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna gotowana 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Dżem szt. 1szt, Przymak z fileta 50g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2226.15 kcal; Białko ogółem: 104.67 g; Tłuszcz: 67.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.77 g; Węglowodny przyswajalne: 285.10 g; suma cukrów prostych: 76.77 g; Sól: 8.54 g; Sód: 3406.42 mg; Błonnik pokarmowy: 30.83 g;

środa 2025-02-05 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), Kiełb. krak. parzona 35g, Serek wiejski 1szt (MLE), Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drobiowy gotowany 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna gotowana 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Margaryna 20g, Dżem szt. 1szt, Przymak z fileta 50g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.75 kcal; Białko ogółem: 104.99 g; Tłuszcz: 67.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.80 g; Węglowodny przyswajalne: 296.12 g; suma cukrów prostych: 77.45 g; Sól: 8.63 g; Sód: 3441.62 mg; Błonnik pokarmowy: 32.57 g;

środa 2025-02-05 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), Kiełb. krak. parzona 35g, Serek wiejski 1szt (MLE), Ogórek zielony 100g,	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drobiowy gotowany 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Surówka z buraczką z cebulką 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Margaryna 20g, Ser Deliser 2szt (MLE), Przymak z fileta 35g (GLU, SOJ, GOR), Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 5g, Kiełb. krak. parzona 25g,		Posiłek nocny: Kiwi 1szt, Zupa mleczna z płatkami owsianymi - kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2754.99 kcal; Białko ogółem: 122.18 g; Tłuszcz: 92.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.90 g; Węglowodny przyswajalne: 326.82 g; suma cukrów prostych: 73.53 g; Sól: 11.07 g; Sód: 3818.99 mg; Błonnik pokarmowy: 36.96 g;

środa 2025-02-05 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), Kiełb. krak. parzona 35g, Serek wiejski 1szt (MLE), Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drobiowy gotowany 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna gotowana 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Margaryna 20g, Szynekowa firmowa 50g, Dżem szt. 1szt, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2272.00 kcal; Białko ogółem: 102.15 g; Tłuszcz: 72.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.78 g; Węglowodny przyswajalne: 282.00 g; suma cukrów prostych: 78.32 g; Sól: 9.33 g; Sód: 3721.66 mg; Błonnik pokarmowy: 39.29 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-05		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 45g, Serek wiejski 1szt (MLE), Pomidor 100g, Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drobiowy gotowany 400g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna gotowana 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynkówka firmowa 60g, Dżem szt. 1szt, Pomidor 100g, Herbata 200g,	
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2664.12 kcal; Białko ogółem: 130.59 g; Tłuszcz: 85.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.45 g; Węglowodny przyswajalne: 326.23 g; suma cukrów prostych: 92.77 g; Sól: 10.64 g; Sód: 4246.71 mg; Błonnik pokarmowy: 35.31 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-06 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), Parówka cienka 1szt (GLU), Szynekowa luksusowa 50g (GLU, SOJ, GOR), Roszponka 35g, Ketchup 1szt,	Rosół z makaronem 300g (GLU, SEL), Udo pieczone 190g, Ziemniaki got. 250g, Fasolka szparagowa z bułką tartą 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g, Ser żółty 35g (MLE), Szyńka konserwowa 35g, Ogórek konserwowy 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2396.96 kcal; Białko ogółem: 99.99 g; Tłuszcz: 104.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.81 g; Węglowodny przyswajalne: 249.37 g; suma cukrów prostych: 43.31 g; Sól: 9.90 g; Sód: 3890.82 mg; Błonnik pokarmowy: 29.18 g;

czwartek 2025-02-06 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 50g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 100g, Roszponka 35g, Jabłko pieczone 1szt,	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, Szyńka konserwowa 35g, Szyńka gotowana 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2324.23 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 81.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.42 g; Węglowodny przyswajalne: 283.54 g; suma cukrów prostych: 67.11 g; Sól: 7.89 g; Sód: 3148.22 mg; Błonnik pokarmowy: 30.12 g;

czwartek 2025-02-06 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 50g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 100g, Roszponka 35g, Jabłko pieczone 1szt,	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, Szyńka konserwowa 35g, Szyńka gotowana 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2324.23 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 81.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.42 g; Węglowodny przyswajalne: 283.54 g; suma cukrów prostych: 67.11 g; Sól: 7.89 g; Sód: 3148.22 mg; Błonnik pokarmowy: 30.12 g;

czwartek 2025-02-06 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 50g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 100g, Roszponka 35g, Jabłko pieczone 1szt,	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, Szyńka konserwowa 35g, Szyńka gotowana 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2373.83 kcal; Białko ogółem: 100.35 g; Tłuszcz: 81.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.45 g; Węglowodny przyswajalne: 294.56 g; suma cukrów prostych: 67.79 g; Sól: 7.98 g; Sód: 3183.42 mg; Błonnik pokarmowy: 31.86 g;

czwartek 2025-02-06 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), Szynekowa luksusowa 50g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 100g, Roszponka 35g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa wiedeńska 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 190g, Ziemniaki got. 250g, Fasolka szparagowa z bułką tartą 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Margaryna 20g, Szyńka gotowana 45g, Szyńka konserwowa 35g, Pomidor 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]: 2680.28 kcal; Białko ogółem: 114.28 g; Tłuszcz: 95.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.87 g; Węglowodny przyswajalne: 320.69 g; suma cukrów prostych: 73.41 g; Sól: 9.40 g; Sód: 3747.78 mg; Błonnik pokarmowy: 41.39 g;

czwartek 2025-02-06 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 50g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 100g, Roszponka 35g, Jabłko pieczone 1szt,	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, Szyńka konserwowa 35g, Szyńka gotowana 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2224.33 kcal; Białko ogółem: 94.07 g; Tłuszcz: 77.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.90 g; Węglowodny przyswajalne: 268.49 g; suma cukrów prostych: 66.33 g; Sól: 7.90 g; Sód: 3152.52 mg; Błonnik pokarmowy: 36.39 g;

czwartek 2025-02-06		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 60g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 100g, Roszponka 35g, Jogurt owocowy 1szt (MLE), Jabłko pieczone 1szt,	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 konserwowa 45g, Szynka gotowana 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,	
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2690.68 kcal; Białko ogółem: 130.00 g; Tłuszcz: 99.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.60 g; Węglowodny przyswajalne: 303.26 g; suma cukrów prostych: 76.18 g; Sól: 8.92 g; Sód: 3558.84 mg; Błonnik pokarmowy: 33.58 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-07 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,	Barszcz ukraiński 300ml (GLU, SEL), Ryba zapiekana 125g (GLU, JAJ, MLE), Ziemniaki got. 250g, Surówka z marchwi i jabłka 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Margaryna 20g, Ser biały 70g (MLE), Filet kruchy 40g (SOJ), Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2691.99 kcal; Białko ogółem: 115.51 g; Tłuszcz: 86.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.46 g; Węglowodny przyswajalne: 344.12 g; suma cukrów prostych: 94.22 g; Sól: 8.44 g; Sód: 2704.94 mg; Błonnik pokarmowy: 33.78 g;

piątek 2025-02-07 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,	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 70g (MLE), Filet kruchy 40g (SOJ), Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2657.06 kcal; Białko ogółem: 123.11 g; Tłuszcz: 78.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.22 g; Węglowodny przyswajalne: 352.27 g; suma cukrów prostych: 106.91 g; Sól: 7.08 g; Sód: 2424.30 mg; Błonnik pokarmowy: 19.31 g;

piątek 2025-02-07 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,	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 70g (MLE), Filet kruchy 40g (SOJ), Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2616.32 kcal; Białko ogółem: 120.94 g; Tłuszcz: 75.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.22 g; Węglowodny przyswajalne: 352.16 g; suma cukrów prostych: 107.06 g; Sól: 7.26 g; Sód: 2493.69 mg; Błonnik pokarmowy: 19.31 g;

piątek 2025-02-07 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,	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 70g (MLE), Filet kruchy 40g (SOJ), Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2706.66 kcal; Białko ogółem: 123.43 g; Tłuszcz: 78.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.25 g; Węglowodny przyswajalne: 363.29 g; suma cukrów prostych: 107.59 g; Sól: 7.17 g; Sód: 2459.50 mg; Błonnik pokarmowy: 21.05 g;

piątek 2025-02-07 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,	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, Ser biały 70g (MLE), Filet kruchy 40g (SOJ), 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]: 2594.86 kcal; Białko ogółem: 134.14 g; Tłuszcz: 75.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.52 g; Węglowodny przyswajalne: 329.45 g; suma cukrów prostych: 73.48 g; Sól: 10.05 g; Sód: 3410.18 mg; Błonnik pokarmowy: 32.71 g;

piątek 2025-02-07 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 80g (GLU), Chleb zwykły 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Szyunka na kartki 60g, 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 70g (MLE), Filet kruchy 40g (SOJ), Dżem szt. 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2645.12 kcal; Białko ogółem: 121.10 g; Tłuszcz: 75.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.27 g; Węglowodny przyswajalne: 355.74 g; suma cukrów prostych: 107.90 g; Sól: 7.48 g; Sód: 2581.69 mg; Błonnik pokarmowy: 24.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-02-07		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>),	Barszcz czerwony z makaronem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pierogi leniwe z cukrem 600g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z marchwi i jabłka 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g , Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 40g (<i>SOJ</i>), Dżem szt. 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3668.62 kcal; Białko ogółem: 185.98 g; Tłuszcz: 111.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.51 g; Węglowodny przyswajalne: 469.96 g; suma cukrów prostych: 139.51 g; Sól: 8.09 g; Sód: 2824.99 mg; Błonnik pokarmowy: 21.54 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-02-08		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 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>), Ser topiony - plastry 2szt (<i>MLE</i>), Filet kruchy 40g (<i>SOJ</i>), Salata mix 35g ,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Surówka z selera i brzoskwiną 150g (<i>JAJ, SEL, GOR</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g , Paprykarz szczeciński 1szt (<i>GLU, SKR, RYB, SEL</i>), Szynek firmowa 50g , Ogórek kiszony 100g , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2579.29 kcal; Białko ogółem: 102.98 g; Tłuszcz: 98.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.85 g; Węglowodny przyswajalne: 305.41 g; suma cukrów prostych: 49.98 g; Sól: 12.09 g; Sód: 4651.32 mg; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;

sobota 2025-02-08		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
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>), Filet kruchy 40g (<i>SOJ</i>), Salata mix 35g , Skyr serek owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 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 50g , Miód 1szt , Pomidor 100g , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2389.70 kcal; Białko ogółem: 99.82 g; Tłuszcz: 68.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.59 g; Węglowodny przyswajalne: 329.60 g; suma cukrów prostych: 63.10 g; Sól: 7.32 g; Sód: 2924.71 mg; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;

sobota 2025-02-08		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
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>), Filet kruchy 40g (<i>SOJ</i>), Salata mix 35g , Skyr serek owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 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 , Miód 1szt , Szynek firmowa 50g , Pomidor 100g , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2389.70 kcal; Białko ogółem: 99.82 g; Tłuszcz: 68.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.59 g; Węglowodny przyswajalne: 329.60 g; suma cukrów prostych: 63.10 g; Sól: 7.32 g; Sód: 2924.71 mg; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;

sobota 2025-02-08		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
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>), Filet kruchy 40g (<i>SOJ</i>), Salata mix 35g , Skyr serek owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g , Miód 1szt , Szynek firmowa 50g , Pomidor 100g , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2439.30 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 68.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.63 g; Węglowodny przyswajalne: 340.62 g; suma cukrów prostych: 63.78 g; Sól: 7.41 g; Sód: 2959.91 mg; Błonnik pokarmowy: 32.13 g;

sobota 2025-02-08		
Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
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>), Filet kruchy 40g (<i>SOJ</i>), Skyr serek naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Salata mix 35g ,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Surówka z selera i brzoskwiną 150g (<i>JAJ, SEL, GOR</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g , Szynek firmowa 50g , Ogórek kiszony 100g , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Filet kruchy 20g (<i>SOJ</i>),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por , Zupa mleczna z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2727.75 kcal; Białko ogółem: 124.93 g; Tłuszcz: 86.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.90 g; Węglowodny przyswajalne: 346.80 g; suma cukrów prostych: 67.08 g; Sól: 11.03 g; Sód: 4137.71 mg; Błonnik pokarmowy: 36.33 g;

sobota 2025-02-08		
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>), Filet kruchy 40g (<i>SOJ</i>), Skyr serek owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Salata mix 35g ,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 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 50g , Miód 1szt , Pomidor 100g , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2397.70 kcal; Białko ogółem: 99.82 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.66 g; Węglowodny przyswajalne: 325.74 g; suma cukrów prostych: 64.10 g; Sól: 7.67 g; Sód: 3065.51 mg; Błonnik pokarmowy: 38.85 g;

sobota 2025-02-08		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), Filet kruchy 40g (SOJ), Sałata mix 35g, Skyr serek owocowy 1szt (MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Pieczeń rzymska drobiowa 180g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew gotowana 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynkówka firmowa 60g, Miód 1szt, Pomidor 100g, Herbata 200g, Jogurt naturalny 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2730.83 kcal; Białko ogółem: 125.27 g; Tłuszcz: 79.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.10 g; Węglowodny przyswajalne: 366.49 g; suma cukrów prostych: 73.14 g; Sól: 8.76 g; Sód: 3502.05 mg; Błonnik pokarmowy: 31.56 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-02-09		
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), Ogonówka parzona 60g, Ser kanapkowy 1szt (MLE), Sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, GOR),	Zupa ryżowa 300g (SEL), Karkówka pieczona 65g, Sos chrzanowy 80g (GLU), Ziemniaki got. 250g, Kalafior got. z bulką tartą 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Margaryna 20g, Ser żółty 35g (MLE), Galantyna drobiowa 40g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.93 kcal; Białko ogółem: 90.33 g; Tłuszcz: 104.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.09 g; Węglowodny przyswajalne: 250.37 g; suma cukrów prostych: 41.46 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2617.64 mg; Błonnik pokarmowy: 32.15 g;

niedziela 2025-02-09		
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), Ogonówka parzona 60g, Mus jabłkowy 70g, 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, Połędwica sopocka 45g, Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2245.13 kcal; Białko ogółem: 108.47 g; Tłuszcz: 70.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.07 g; Węglowodny przyswajalne: 294.53 g; suma cukrów prostych: 73.59 g; Sól: 9.16 g; Sód: 3653.64 mg; Błonnik pokarmowy: 26.87 g;

niedziela 2025-02-09		
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), Ogonówka parzona 60g, Mus jabłkowy 70g, 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, Połędwica sopocka 45g, Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2245.13 kcal; Białko ogółem: 108.47 g; Tłuszcz: 70.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.07 g; Węglowodny przyswajalne: 294.53 g; suma cukrów prostych: 73.59 g; Sól: 9.16 g; Sód: 3653.64 mg; Błonnik pokarmowy: 26.87 g;

niedziela 2025-02-09		
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), Ogonówka parzona 60g, Mus jabłkowy 70g, 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, Połędwica sopocka 45g, Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2294.73 kcal; Białko ogółem: 108.79 g; Tłuszcz: 70.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.10 g; Węglowodny przyswajalne: 305.55 g; suma cukrów prostych: 74.27 g; Sól: 9.24 g; Sód: 3688.84 mg; Błonnik pokarmowy: 28.61 g;

niedziela 2025-02-09		
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), Ogonówka parzona 60g, Ser kanapkowy 1szt (MLE), Sałatka jarzynowa 100g (JAJ, 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 zielony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 5g, Ogonówka parzona 25g,		Posiłek nocny: Kiwi 1szt, Zupa mleczna z płatkami owsianymi - kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2779.62 kcal; Białko ogółem: 116.54 g; Tłuszcz: 108.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.27 g; Węglowodny przyswajalne: 315.71 g; suma cukrów prostych: 71.44 g; Sól: 8.05 g; Sód: 3209.23 mg; Błonnik pokarmowy: 39.23 g;

niedziela 2025-02-09		
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), Ogonówka parzona 60g, Mus jabłkowy 70g, 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, Połędwica sopocka 45g, Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2273.93 kcal; Białko ogółem: 108.63 g; Tłuszcz: 70.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.12 g; Węglowodny przyswajalne: 298.11 g; suma cukrów prostych: 74.43 g; Sól: 9.38 g; Sód: 3741.64 mg; Błonnik pokarmowy: 31.97 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-09		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 60g, Mus jabłkowy 70g, 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, Polędwica sopočka 55g, Serek homog. owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2685.21 kcal; Białko ogółem: 139.86 g; Tłuszcz: 89.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.08 g; Węglowodny przyswajalne: 331.02 g; suma cukrów prostych: 85.51 g; Sól: 9.80 g; Sód: 3912.30 mg; Błonnik pokarmowy: 29.39 g;