

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-05-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Parówka delikat. 1szt ( <i>GLU</i> ), Szynkowa luks. 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Sałatka z kiel. krak. i ananasem 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Musztarda szt. 1szt ( <i>GOR</i> ),	Rosół z makaronem 300g ( <i>GLU, SEL</i> ), Udo pieczone 190g, Ziemniaki got. 250g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g ( <i>JAJ, GOR</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Pasztet drob. 1szt ( <i>GLU, SOJ</i> ), Szynka konserw. 35g, Ogórek zielony 100g, Jogurt naturalny 1szt ( <i>MLE</i> ), Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt. 1Por,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2577.17 kcal; Białko ogółem: 104.07 g; Tłuszcz: 118.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.40 g; Węglowodny przyswajalne: 298.19 g; suma cukrów prostych: 57.37 g; Sól: 11.44 g; Sód: 3904.49 mg; Błonnik pokarmowy: 27.28 g;

<b>czwartek 2025-05-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Szynkowa luks. 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Serek homog. owoc. 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 100g,	Zupa wiedeńska 300g ( <i>GLU, SEL</i> ), Udo gotowane 190g, Sos pietr. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna gotowana 150g ( <i>GLU, SEL</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Szynka konserw. 50g, Dżem 1szt, Pomidor 100g, Jogurt naturalny 1szt ( <i>MLE</i> ), Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt. 1Por,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2341.59 kcal; Białko ogółem: 113.33 g; Tłuszcz: 81.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.80 g; Węglowodny przyswajalne: 291.03 g; suma cukrów prostych: 74.39 g; Sól: 10.12 g; Sód: 4037.82 mg; Błonnik pokarmowy: 30.08 g;

<b>czwartek 2025-05-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Szynkowa luks. 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Serek homog. owoc. 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 100g,	Zupa wiedeńska 300g ( <i>GLU, SEL</i> ), Udo gotowane 190g, Sos pietr. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna gotowana 150g ( <i>GLU, SEL</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Szynka konserw. 50g, Dżem 1szt, Pomidor 100g, Jogurt naturalny 1szt ( <i>MLE</i> ), Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt. 1Por,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2341.59 kcal; Białko ogółem: 113.33 g; Tłuszcz: 81.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.80 g; Węglowodny przyswajalne: 291.03 g; suma cukrów prostych: 74.39 g; Sól: 10.12 g; Sód: 4037.82 mg; Błonnik pokarmowy: 30.08 g;

<b>czwartek 2025-05-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Szynkowa luks. 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Serek homog. owoc. 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 100g,	Zupa wiedeńska 300g ( <i>GLU, SEL</i> ), Udo gotowane 190g, Sos pietr. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna gotowana 150g ( <i>GLU, SEL</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Szynka konserw. 50g, Dżem 1szt, Pomidor 100g, Jogurt naturalny 1szt ( <i>MLE</i> ), Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt. 1Por,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2391.19 kcal; Białko ogółem: 113.65 g; Tłuszcz: 81.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.83 g; Węglowodny przyswajalne: 302.05 g; suma cukrów prostych: 75.07 g; Sól: 10.21 g; Sód: 4073.02 mg; Błonnik pokarmowy: 31.82 g;

<b>czwartek 2025-05-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Szynkowa luks. 50g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Sałatka z kiel. krak. i ananasem 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pomidor 100g,	Zupa wiedeńska 300g ( <i>GLU, SEL</i> ), Udo gotowane 190g, Ziemniaki got. 250g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g ( <i>JAJ, GOR</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Szynka konserw. 50g, Ogórek zielony 100g, Jogurt naturalny 1szt ( <i>MLE</i> ), Herbata 200g,
<b>II Śniadanie:</b> Mleko 200g ( <i>MLE</i> ), Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Margaryna 5g, Szynkowa luks. 20g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt. 1Por, Zupa ml. z ryżem - kol 200g ( <i>MLE</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2819.39 kcal; Białko ogółem: 115.51 g; Tłuszcz: 104.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.15 g; Węglowodny przyswajalne: 339.96 g; suma cukrów prostych: 67.60 g; Sól: 10.57 g; Sód: 3616.83 mg; Błonnik pokarmowy: 34.53 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-05-01		Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa zboż. z młkiem 200g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb razowy 40g ( <b>GLU</b> ), Chleb zwykły 80g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Szynkowa luks. 35g ( <b>GLU, SOJ, GOR</b> ), Serek homog. owoc. 1szt ( <b>MLE</b> ), Pomidor 100g ,	Zupa wiedeńska 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), Udo gotowane 190g , Sos pietr. 80g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna gotowana 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 80g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 40g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Szynka konserw. 50g , Dżem 1szt , Pomidor 100g , Jogurt naturalny 1szt ( <b>MLE</b> ), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2370.39 kcal; Białko ogółem: 113.49 g; Tłuszcz: 81.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.85 g; Węglowodny przyswajalne: 294.61 g; suma cukrów prostych: 75.23 g; Sól: 10.34 g; Sód: 4125.82 mg; Błonnik pokarmowy: 35.18 g;

czwartek 2025-05-01		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa zboż. z młkiem 200g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb zwykły 120g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Szynkowa luks. 50g ( <b>GLU, SOJ, GOR</b> ), Serek homog. owoc. 1szt ( <b>MLE</b> ), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 1szt ( <b>MLE</b> ),	Zupa wiedeńska 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), Udo gotowane 380g , Sos pietr. 80g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna gotowana 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Szynka konserw. 50g , Dżem 1szt , Pomidor 100g , Jogurt naturalny 1szt ( <b>MLE</b> ), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2836.30 kcal; Białko ogółem: 148.35 g; Tłuszcz: 104.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 64.68 g; Węglowodny przyswajalne: 329.30 g; suma cukrów prostych: 85.14 g; Sól: 11.27 g; Sód: 4495.65 mg; Błonnik pokarmowy: 32.36 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-05-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. 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, Majonez 1szt (JAJ, GOR),	Zupa z soczewicy 300g (GLU, SEL), Filet rybny panier. 120g (GLU, JAJ), Ziemniaki got. 250g, Surówka z białej kap. - coleslaw 150g (JAJ, GOR), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Pasta z łososia łag. 1szt (GLU, RYB, MLE), Schab polski 35g (SOJ, GOR), Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3055.29 kcal; Białko ogółem: 122.40 g; Tłuszcz: 125.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.04 g; Węglowodny przyswajalne: 338.76 g; suma cukrów prostych: 33.83 g; Sól: 9.38 g; Sód: 3006.09 mg; Błonnik pokarmowy: 33.59 g;

<b>piątek 2025-05-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Schab na kartki 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (GLU, MLE, SEL), Makaron z serem białym 320g (GLU, MLE), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab polski 50g (SOJ, GOR), Miód 1szt, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2448.26 kcal; Białko ogółem: 104.28 g; Tłuszcz: 68.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.48 g; Węglowodny przyswajalne: 342.16 g; suma cukrów prostych: 63.76 g; Sól: 4.51 g; Sód: 1801.95 mg; Błonnik pokarmowy: 21.53 g;

<b>piątek 2025-05-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab na kartki 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (GLU, MLE, SEL), Makaron z serem białym 320g (GLU, MLE), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab polski 50g (SOJ, GOR), Miód 1szt, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2406.78 kcal; Białko ogółem: 102.02 g; Tłuszcz: 64.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.46 g; Węglowodny przyswajalne: 342.06 g; suma cukrów prostych: 63.76 g; Sól: 4.64 g; Sód: 1852.85 mg; Błonnik pokarmowy: 21.53 g;

<b>piątek 2025-05-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Schab na kartki 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (GLU, MLE, SEL), Makaron z serem białym 320g (GLU, MLE), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab polski 50g (SOJ, GOR), Miód 1szt, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2497.86 kcal; Białko ogółem: 104.60 g; Tłuszcz: 68.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.51 g; Węglowodny przyswajalne: 353.18 g; suma cukrów prostych: 64.44 g; Sól: 4.60 g; Sód: 1837.15 mg; Błonnik pokarmowy: 23.27 g;

<b>piątek 2025-05-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 80g (GLU), Chleb zwykły 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Schab na kartki 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (GLU, MLE, SEL), Filet rybny got. z warz. 120g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Surówka z białej kap. - coleslaw 150g (JAJ, GOR), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (GLU), Chleb razowy 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Pasta z łososia łag. 1szt (GLU, RYB, MLE), Schab polski 35g (SOJ, GOR), Pomidor 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 5g, Schab na kartki 20g,		Posiłek nocny: Gruszka 1szt, Zupa ml. z pł. ows. - kol 200g (GLU, MLE),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2813.64 kcal; Białko ogółem: 124.90 g; Tłuszcz: 102.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.36 g; Węglowodny przyswajalne: 327.43 g; suma cukrów prostych: 72.21 g; Sól: 9.78 g; Sód: 3368.44 mg; Błonnik pokarmowy: 37.97 g;

<b>piątek 2025-05-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 80g (GLU), Chleb razowy 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab na kartki 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (GLU, MLE, SEL), Makaron z serem białym 320g (GLU, MLE), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab polski 50g (SOJ, GOR), Miód 1szt, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2435.58 kcal; Białko ogółem: 102.18 g; Tłuszcz: 65.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.51 g; Węglowodny przyswajalne: 345.64 g; suma cukrów prostych: 64.60 g; Sól: 4.86 g; Sód: 1940.85 mg; Błonnik pokarmowy: 26.63 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-05-02		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb zwykły 120g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Schab na kartki 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g, Jogurt owocowy 1szt ( <b>MLE</b> ),	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Makaron z serem białym 640g ( <b>GLU, MLE</b> ), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Ser biały 100g ( <b>MLE</b> ), Miód 1szt, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3384.93 kcal; Białko ogółem: 149.64 g; Tłuszcz: 96.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.02 g; Węglowodny przyswajalne: 467.94 g; suma cukrów prostych: 96.53 g; Sól: 5.18 g; Sód: 2071.38 mg; Błonnik pokarmowy: 24.47 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-05-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Serek do chleba 1szt ( <i>MLE</i> ), Sałatka jarzynowa 100g ( <i>JAJ, SEL, GOR</i> ), Ogonówka parz. 45g ,	Zupa pomidorowa z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Kotlet mielony wieprz. 110g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Ziemniaki got. 250g , Surówka z buraczka z cebulką 150g , Napój herbaciany 200g	Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ser Deliser 2szt ( <i>MLE</i> ), Szyunkowa dęb. 35g , Ogórek kiszony 100g , Herbata 200g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Pomarańcza - pół 1Por ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2715.92 kcal; Białko ogółem: 89.21 g; Tłuszcz: 121.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.71 g; Węglowodny przyswajalne: 288.14 g; suma cukrów prostych: 47.93 g; Sól: 10.50 g; Sód: 3589.36 mg; Błonnik pokarmowy: 29.10 g;

<b>sobota 2025-05-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ogonówka parz. 60g , Pomidor 100g , Mus jabłkowy 70g ,	Zupa pomidorowa z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Gulasz drob. got. 200g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Szyunkowa dęb. 35g , Baleron z indyka 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 1szt ( <i>MLE</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2264.31 kcal; Białko ogółem: 96.09 g; Tłuszcz: 67.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.46 g; Węglowodny przyswajalne: 305.43 g; suma cukrów prostych: 80.40 g; Sól: 7.68 g; Sód: 3061.63 mg; Błonnik pokarmowy: 29.34 g;

<b>sobota 2025-05-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ogonówka parz. 60g , Pomidor 100g , Mus jabłkowy 70g ,	Zupa pomidorowa z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Gulasz drob. got. 200g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Baleron z indyka 35g , Szyunkowa dęb. 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 1szt ( <i>MLE</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2264.31 kcal; Białko ogółem: 96.09 g; Tłuszcz: 67.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.46 g; Węglowodny przyswajalne: 305.43 g; suma cukrów prostych: 80.40 g; Sól: 7.68 g; Sód: 3061.63 mg; Błonnik pokarmowy: 29.34 g;

<b>sobota 2025-05-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ogonówka parz. 60g , Pomidor 100g , Mus jabłkowy 70g ,	Zupa pomidorowa z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Gulasz drob. got. 200g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Baleron z indyka 35g , Szyunkowa dęb. 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 1szt ( <i>MLE</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2313.91 kcal; Białko ogółem: 96.41 g; Tłuszcz: 67.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.49 g; Węglowodny przyswajalne: 316.45 g; suma cukrów prostych: 81.08 g; Sól: 7.77 g; Sód: 3096.83 mg; Błonnik pokarmowy: 31.08 g;

<b>sobota 2025-05-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ogonówka parz. 45g , Sałatka jarzynowa 100g ( <i>JAJ, SEL, GOR</i> ), Serek do chleba 1szt ( <i>MLE</i> ),	Zupa pomidorowa z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Gulasz drob. got. 200g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g , Surówka z buraczka z cebulką 150g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ser Deliser 2szt ( <i>MLE</i> ), Szyunkowa dęb. 35g , Ogórek kiszony 100g , Herbata 200g ,
<b>II Śniadanie:</b> Mleko 200g ( <i>MLE</i> ), Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Margaryna 5g , Ogonówka parz. 20g ,		<b>Posiłek nocny:</b> Pomarańcza - pół 1Por , Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g ( <i>GLU, MLE</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2960.27 kcal; Białko ogółem: 108.88 g; Tłuszcz: 118.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 58.02 g; Węglowodny przyswajalne: 333.14 g; suma cukrów prostych: 70.95 g; Sól: 12.18 g; Sód: 4259.79 mg; Błonnik pokarmowy: 38.18 g;

<b>sobota 2025-05-03</b> <b>Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ogonówka parz. 60g , Mus jabłkowy 70g , Pomidor 100g ,	Zupa pomidorowa z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Gulasz drob. got. 200g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Szyunkowa dęb. 35g , Baleron z indyka 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Pomarańcza - pół 1Por ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2166.56 kcal; Białko ogółem: 90.65 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.97 g; Węglowodny przyswajalne: 287.26 g; suma cukrów prostych: 83.25 g; Sól: 7.83 g; Sód: 3121.88 mg; Błonnik pokarmowy: 39.82 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-05-03		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb zwykły 120g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Ogonówka parz. 60g, Pomidor 100g, Mus jabłkowy 70g, Jogurt owocowy 1szt ( <b>MLE</b> ),	Zupa pomidorowa z mak. 300g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Gulasz drob. got. 400g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g ( <b>GLU</b> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Szynkowa dęb. 50g, Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Pomarańcza - pół 1Por,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2542.64 kcal; Białko ogółem: 118.58 g; Tłuszcz: 75.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.18 g; Węglowodny przyswajalne: 331.57 g; suma cukrów prostych: 97.60 g; Sól: 9.02 g; Sód: 3598.28 mg; Błonnik pokarmowy: 35.85 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-05-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Serek Capresi 1szt ( <i>MLE</i> ), Kiełb. krak. parzona 50g, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g ( <i>SEL</i> ), Karkówka pieczona 65g, Sos chrzanowy 80g ( <i>GLU</i> ), Kasza jęczmienna 140g ( <i>GLU</i> ), Kalaflor got. z buł. tartą 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ser żółty 35g ( <i>MLE</i> ), Schab Benedykta 35g ( <i>GOR</i> ), Ogórek kons. 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok HPP 1szt ( <i>SEL</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2333.80 kcal; Białko ogółem: 92.26 g; Tłuszcz: 95.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.52 g; Węglowodny przyswajalne: 259.91 g; suma cukrów prostych: 34.06 g; Sól: 7.35 g; Sód: 2846.94 mg; Błonnik pokarmowy: 28.59 g;

<b>niedziela 2025-05-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Kiełb. krak. parzona 35g, Serek homog. nat. 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g ( <i>SEL</i> ), Bitki ze schabu dusz. z warz. 100g ( <i>GLU, SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Schab Benedykta 35g ( <i>GOR</i> ), Szynekowa firm. 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok HPP 1szt ( <i>SEL</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2260.04 kcal; Białko ogółem: 103.54 g; Tłuszcz: 77.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.62 g; Węglowodny przyswajalne: 271.58 g; suma cukrów prostych: 45.14 g; Sól: 5.85 g; Sód: 2330.59 mg; Błonnik pokarmowy: 24.17 g;

<b>niedziela 2025-05-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Kiełb. krak. parzona 35g, Serek homog. nat. 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g ( <i>SEL</i> ), Bitki ze schabu dusz. z warz. 100g ( <i>GLU, SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Schab Benedykta 35g ( <i>GOR</i> ), Szynekowa firm. 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok HPP 1szt ( <i>SEL</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2260.04 kcal; Białko ogółem: 103.54 g; Tłuszcz: 77.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.62 g; Węglowodny przyswajalne: 271.58 g; suma cukrów prostych: 45.14 g; Sól: 5.85 g; Sód: 2330.59 mg; Błonnik pokarmowy: 24.17 g;

<b>niedziela 2025-05-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Kiełb. krak. parzona 35g, Serek homog. nat. 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g ( <i>SEL</i> ), Bitki ze schabu dusz. z warz. 100g ( <i>GLU, SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Schab Benedykta 35g ( <i>GOR</i> ), Szynekowa firm. 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok HPP 1szt ( <i>SEL</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2309.64 kcal; Białko ogółem: 103.86 g; Tłuszcz: 77.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.65 g; Węglowodny przyswajalne: 282.60 g; suma cukrów prostych: 45.82 g; Sól: 5.94 g; Sód: 2365.79 mg; Błonnik pokarmowy: 25.91 g;

<b>niedziela 2025-05-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Serek Capresi 1szt ( <i>MLE</i> ), Kiełb. krak. parzona 50g, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g ( <i>SEL</i> ), Bitki ze schabu dusz. z warz. 100g ( <i>GLU, SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ser żółty 35g ( <i>MLE</i> ), Schab Benedykta 35g ( <i>GOR</i> ), Pomidor 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g ( <i>MLE</i> ), Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Margaryna 5g, Kiełb. krak. parzona 20g,	Posiłek nocny: Sok HPP 1szt ( <i>SEL</i> ), Zupa ml. z pt. ows.-kol 200g ( <i>GLU, MLE</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2756.89 kcal; Białko ogółem: 119.74 g; Tłuszcz: 93.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.36 g; Węglowodny przyswajalne: 336.95 g; suma cukrów prostych: 64.77 g; Sól: 8.02 g; Sód: 3197.80 mg; Błonnik pokarmowy: 37.71 g;

<b>niedziela 2025-05-04</b> <b>Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Kiełb. krak. parzona 35g, Serek homog. nat. 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g ( <i>SEL</i> ), Bitki ze schabu dusz. z warz. 100g ( <i>GLU, SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Schab Benedykta 35g ( <i>GOR</i> ), Szynekowa firm. 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok HPP 1szt ( <i>SEL</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2288.84 kcal; Białko ogółem: 103.70 g; Tłuszcz: 78.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.67 g; Węglowodny przyswajalne: 275.16 g; suma cukrów prostych: 45.98 g; Sól: 6.07 g; Sód: 2418.59 mg; Błonnik pokarmowy: 29.27 g;

<b>niedziela 2025-05-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>		
--	--	--

**Jadłospisy dla oddziałów**

Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb zwykły 120g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Kielb. krak. parzona 50g , Serek homog. nat. 1szt ( <b>MLE</b> ), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 1szt ( <b>MLE</b> ),	Zupa ryżowa 300g ( <b>SEL</b> ), Bitki ze schabu dusz. z warz. 100g ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g ( <b>GLU</b> ), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Schab Benedykta 50g ( <b>GOR</b> ), Szynkówka firm. 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok HPP 1szt ( <b>SEL</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2526.75 kcal; Białko ogółem: 118.71 g; Tłuszcz: 84.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.79 g; Węglowodny przyswajalne: 309.60 g; suma cukrów prostych: 55.72 g; Sól: 6.48 g; Sód: 2581.32 mg; Błonnik pokarmowy: 26.45 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-05-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Jajko gotowane 1szt ( <i>JAJ</i> ), Kiel.szynk.wyborna 35g ( <i>SOJ, GOR</i> ), Pomidor 100g, Ketchup 1szt,	Barszcz czerwony z ziem. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Risotto drobiowo - wołowe 300g ( <i>SEL</i> ), Sos pomid. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Surówka z ogórka kisz. 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Rybka na raz po grecku 1szt ( <i>GLU, SKR, JAJ, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Ser biały 70g ( <i>MLE</i> ), Dżem 1szt, Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2469.78 kcal; Białko ogółem: 91.46 g; Tłuszcz: 75.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.67 g; Węglowodny przyswajalne: 336.61 g; suma cukrów prostych: 103.17 g; Sól: 8.78 g; Sód: 3500.76 mg; Błonnik pokarmowy: 33.10 g;

<b>poniedziałek 2025-05-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Jajko gotowane 1szt ( <i>JAJ</i> ), Kiel.szynk.wyborna 35g ( <i>SOJ, GOR</i> ), Pomidor 100g,	Barszcz czerwony z ziem. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Risotto drobiowo - wołowe 300g ( <i>SEL</i> ), Sos pomid. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ser biały 70g ( <i>MLE</i> ), Dżem 1szt, Szynkowa luks. 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2331.31 kcal; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 72.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.52 g; Węglowodny przyswajalne: 317.92 g; suma cukrów prostych: 101.76 g; Sól: 7.08 g; Sód: 2820.15 mg; Błonnik pokarmowy: 26.65 g;

<b>poniedziałek 2025-05-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Kiel.szynk.wyborna 60g ( <i>SOJ, GOR</i> ), Pomidor 100g,	Barszcz czerwony z ziem. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Risotto drobiowo - wołowe 300g ( <i>SEL</i> ), Sos pomid. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ser biały 70g ( <i>MLE</i> ), Dżem 1szt, Szynkowa luks. 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2297.84 kcal; Białko ogółem: 88.36 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.57 g; Węglowodny przyswajalne: 318.04 g; suma cukrów prostych: 101.76 g; Sól: 7.54 g; Sód: 3002.92 mg; Błonnik pokarmowy: 26.65 g;

<b>poniedziałek 2025-05-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Jajko gotowane 1szt ( <i>JAJ</i> ), Kiel.szynk.wyborna 35g ( <i>SOJ, GOR</i> ), Pomidor 100g,	Barszcz czerwony z ziem. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Risotto drobiowo - wołowe 300g ( <i>SEL</i> ), Sos pomid. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ser biały 70g ( <i>MLE</i> ), Dżem 1szt, Szynkowa luks. 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2380.91 kcal; Białko ogółem: 89.59 g; Tłuszcz: 72.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.56 g; Węglowodny przyswajalne: 328.94 g; suma cukrów prostych: 102.44 g; Sól: 7.17 g; Sód: 2855.35 mg; Błonnik pokarmowy: 28.39 g;

<b>poniedziałek 2025-05-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Jajko gotowane 1szt ( <i>JAJ</i> ), Kiel.szynk.wyborna 35g ( <i>SOJ, GOR</i> ), Pomidor 100g,	Barszcz czerwony z ziem. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Risotto drobiowo - wołowe 300g ( <i>SEL</i> ), Sos pomid. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Rybka na raz po grecku 1szt ( <i>GLU, SKR, JAJ, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Ser biały 70g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g ( <i>MLE</i> ), Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Margaryna 5g, Polędwica sop. 25g,		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 1szt, Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g ( <i>GLU, MLE</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2712.69 kcal; Białko ogółem: 115.07 g; Tłuszcz: 89.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.63 g; Węglowodny przyswajalne: 340.65 g; suma cukrów prostych: 85.82 g; Sól: 9.20 g; Sód: 3665.91 mg; Błonnik pokarmowy: 39.61 g;

<b>poniedziałek 2025-05-05</b> <b>Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Kiel.szynk.wyborna 60g ( <i>SOJ, GOR</i> ), Pomidor 100g,	Barszcz czerwony z ziem. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Risotto drobiowo - wołowe 300g ( <i>SEL</i> ), Sos pomid. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ser biały 70g ( <i>MLE</i> ), Dżem 1szt, Szynkowa luks. 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2326.64 kcal; Białko ogółem: 88.52 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.62 g; Węglowodny przyswajalne: 321.62 g; suma cukrów prostych: 102.60 g; Sól: 7.76 g; Sód: 3090.92 mg; Błonnik pokarmowy: 31.75 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-05-05		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb zwykły 120g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Kiel.szynk.wyborna 60g ( <b>SOJ, GOR</b> ), Pomidor 100g, Jogurt owocowy 1szt ( <b>MLE</b> ),	Barszcz czerwony z ziem. 300g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Risotto drobiowo - wołowe 300g ( <b>SEL</b> ), Sos pomid. 80g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Ser biały 100g ( <b>MLE</b> ), Szynkowa luks. 50g ( <b>GLU, SOJ, GOR</b> ), Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2655.03 kcal; Białko ogółem: 108.62 g; Tłuszcz: 82.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.17 g; Węglowodny przyswajalne: 357.66 g; suma cukrów prostych: 113.47 g; Sól: 8.48 g; Sód: 3380.76 mg; Błonnik pokarmowy: 28.93 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-05-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Parówka delikat. 1szt ( <i>GLU</i> ), Szynka na kartki 45g, Salata mix 35g, Musztarda szt. 1szt ( <i>GOR</i> ),	Żurek z ziemniakami 300g ( <i>GLU, SEL</i> ), Kielbasa zapiekana z cebulką 140g, Ziemniaki got. 250g, Kapusta kiszona got. 200g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ser topiony trójkąt 2szt ( <i>MLE</i> ), Przymak z fileta 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Pomarańcza - pół 1Por,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2453.54 kcal; Białko ogółem: 105.62 g; Tłuszcz: 105.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.12 g; Węglowodny przyswajalne: 290.77 g; suma cukrów prostych: 57.02 g; Sól: 14.06 g; Sód: 4947.82 mg; Błonnik pokarmowy: 33.19 g;

<b>wtorek 2025-05-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Jabłko pieczone 1szt, Szynka na kartki 60g, Pomidor 100g, Salata mix 35g,	Zupa wiedeńska 300g ( <i>GLU, SEL</i> ), Filet z kurczaka got. 60g, Sos pietr. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Włoszczyzna gotowana 150g ( <i>GLU, SEL</i> ), Napój herbaciany 200g, Ziemniaki got. 250g,	Chleb pszenny 100g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ogonówka parz. 45g, Pomidor 100g, Przymak z fileta 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowy 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2070.24 kcal; Białko ogółem: 98.46 g; Tłuszcz: 56.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.37 g; Węglowodny przyswajalne: 276.77 g; suma cukrów prostych: 73.93 g; Sól: 7.11 g; Sód: 2834.05 mg; Błonnik pokarmowy: 31.44 g;

<b>wtorek 2025-05-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Szynka na kartki 60g, Pomidor 100g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa wiedeńska 300g ( <i>GLU, SEL</i> ), Filet z kurczaka got. 60g, Sos pietr. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Włoszczyzna gotowana 150g ( <i>GLU, SEL</i> ), Napój herbaciany 200g, Ziemniaki got. 250g,	Chleb pszenny 100g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ogonówka parz. 45g, Pomidor 100g, Przymak z fileta 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowy 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2070.24 kcal; Białko ogółem: 98.46 g; Tłuszcz: 56.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.37 g; Węglowodny przyswajalne: 276.77 g; suma cukrów prostych: 73.93 g; Sól: 7.11 g; Sód: 2834.05 mg; Błonnik pokarmowy: 31.44 g;

<b>wtorek 2025-05-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Jabłko pieczone 1szt, Szynka na kartki 60g, Pomidor 100g, Salata mix 35g,	Zupa wiedeńska 300g ( <i>GLU, SEL</i> ), Filet z kurczaka got. 60g, Sos pietr. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Włoszczyzna gotowana 150g ( <i>GLU, SEL</i> ), Napój herbaciany 200g, Ziemniaki got. 250g,	Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ogonówka parz. 45g, Pomidor 100g, Przymak z fileta 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowy 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2119.84 kcal; Białko ogółem: 98.78 g; Tłuszcz: 56.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.41 g; Węglowodny przyswajalne: 287.79 g; suma cukrów prostych: 74.61 g; Sól: 7.20 g; Sód: 2869.25 mg; Błonnik pokarmowy: 33.18 g;

<b>wtorek 2025-05-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Jabłko pieczone 1szt, Szynka na kartki 60g, Pomidor 100g, Salata mix 35g,	Zupa wiedeńska 300g ( <i>GLU, SEL</i> ), Filet z kurczaka got. 60g, Sos pietr. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Włoszczyzna gotowana 150g ( <i>GLU, SEL</i> ), Napój herbaciany 200g, Ziemniaki got. 250g,	Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ser topiony trójkąt 2szt ( <i>MLE</i> ), Przymak z fileta 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
<b>II Śniadanie:</b> Mleko 200g ( <i>MLE</i> ), Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Margaryna 5g, Szynka na kartki 20g,	<b>Posiłek nocny:</b> Pomarańcza - pół 1Por, Zupa ml. z ryżem - kol 200g ( <i>MLE</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2507.77 kcal; Białko ogółem: 113.05 g; Tłuszcz: 76.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.12 g; Węglowodny przyswajalne: 320.81 g; suma cukrów prostych: 85.99 g; Sól: 8.62 g; Sód: 3435.93 mg; Błonnik pokarmowy: 42.76 g;

<b>wtorek 2025-05-06</b> <b>Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Szynka na kartki 60g, Pomidor 100g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa wiedeńska 300g ( <i>GLU, SEL</i> ), Filet z kurczaka got. 60g, Sos pietr. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Włoszczyzna gotowana 150g ( <i>GLU, SEL</i> ), Napój herbaciany 200g, Ziemniaki got. 250g,	Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ogonówka parz. 45g, Pomidor 100g, Przymak z fileta 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Pomarańcza - pół 1Por,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2063.49 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; Tłuszcz: 56.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.42 g; Węglowodny przyswajalne: 272.04 g; suma cukrów prostych: 69.12 g; Sól: 7.32 g; Sód: 2920.10 mg; Błonnik pokarmowy: 37.91 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-05-06		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb zwykły 120g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Jabłko pieczone 1szt, Szynka na kartki 60g, Pomidor 100g, Jogurt owocowy 1szt ( <b>MLE</b> ), Salata mix 35g,	Zupa wiedeńska 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), Filet z kurczaka got. 120g, Sos pietr. 80g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Włoszczyzna gotowana 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Napój herbaciany 200g, Ziemniaki got. 250g,	Chleb zwykły 120g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Ogonówka parz. 45g, Przymak z fileta 35g ( <b>GLU, SOJ, GOR</b> ), Pomidor 100g, Herbata 200g,	
		<b>Posiłek nocny:</b> Pomarańcza - pół 1Por,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2351.59 kcal; Białko ogółem: 126.06 g; Tłuszcz: 61.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.28 g; Węglowodny przyswajalne: 306.50 g; suma cukrów prostych: 78.86 g; Sól: 7.60 g; Sód: 3030.89 mg; Błonnik pokarmowy: 35.09 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-05-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z młkiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Serek do chleba 1szt ( <i>MLE</i> ), Kiełb. krak. parzona 35g, Pomidor 100g,	Zupa ogórkowa z ziem. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Makaron spaghetti z sosem bolognese 400g ( <i>GLU, SEL</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Serek fromange 1szt ( <i>MLE</i> ), Szynkowa dęb. 35g, Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt. 1Por,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2631.03 kcal; Białko ogółem: 111.47 g; Tłuszcz: 101.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.88 g; Węglowodny przyswajalne: 301.29 g; suma cukrów prostych: 57.92 g; Sól: 9.74 g; Sód: 3810.15 mg; Błonnik pokarmowy: 30.35 g;

<b>środa 2025-05-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z młkiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Kiełb. krak. parzona 35g, Serek homog. owoc. 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 100g,	Polewka z ziemniakami 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Pulpet drob. got. 80g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Sos jarzyn. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ser biały 70g ( <i>MLE</i> ), Szynkowa dęb. 35g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt. 1Por,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2307.25 kcal; Białko ogółem: 114.12 g; Tłuszcz: 66.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.43 g; Węglowodny przyswajalne: 313.20 g; suma cukrów prostych: 78.02 g; Sól: 9.79 g; Sód: 3912.13 mg; Błonnik pokarmowy: 25.02 g;

<b>środa 2025-05-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z młkiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Kiełb. krak. parzona 35g, Serek homog. owoc. 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 100g,	Polewka z ziemniakami 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Pulpet drob. got. 80g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Sos jarzyn. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ser biały 70g ( <i>MLE</i> ), Szynkowa dęb. 35g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt. 1Por,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2307.25 kcal; Białko ogółem: 114.12 g; Tłuszcz: 66.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.43 g; Węglowodny przyswajalne: 313.20 g; suma cukrów prostych: 78.02 g; Sól: 9.79 g; Sód: 3912.13 mg; Błonnik pokarmowy: 25.02 g;

<b>środa 2025-05-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z młkiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Kiełb. krak. parzona 35g, Serek homog. owoc. 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 100g,	Polewka z ziemniakami 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Pulpet drob. got. 80g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Sos jarzyn. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ser biały 70g ( <i>MLE</i> ), Szynkowa dęb. 35g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt. 1Por,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2356.85 kcal; Białko ogółem: 114.44 g; Tłuszcz: 66.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.47 g; Węglowodny przyswajalne: 324.22 g; suma cukrów prostych: 78.70 g; Sól: 9.88 g; Sód: 3947.33 mg; Błonnik pokarmowy: 26.76 g;

<b>środa 2025-05-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z młkiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Serek do chleba 1szt ( <i>MLE</i> ), Kiełb. krak. parzona 35g, Pomidor 100g,	Polewka z ziemniakami 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Pulpet drob. got. 80g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Sos jarzyn. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Serek fromange 1szt ( <i>MLE</i> ), Szynkowa dęb. 35g, Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g ( <i>MLE</i> ), Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Margaryna 5g, Kiełb. krak. parzona 20g,		<b>Posiłek nocny:</b> Zupa ml. z pł. ows.-kol 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Jabłko 1 szt. 1Por,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2999.89 kcal; Białko ogółem: 127.54 g; Tłuszcz: 105.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.73 g; Węglowodny przyswajalne: 364.31 g; suma cukrów prostych: 89.68 g; Sól: 10.30 g; Sód: 4116.57 mg; Błonnik pokarmowy: 40.26 g;

<b>środa 2025-05-07</b> <b>Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z młkiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Kiełb. krak. parzona 35g, Serek homog. owoc. 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 100g,	Polewka z ziemniakami 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Pulpet drob. got. 80g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Sos jarzyn. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ser biały 70g ( <i>MLE</i> ), Szynkowa dęb. 35g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt. 1Por,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2336.05 kcal; Białko ogółem: 114.28 g; Tłuszcz: 67.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.48 g; Węglowodny przyswajalne: 316.78 g; suma cukrów prostych: 78.86 g; Sól: 10.01 g; Sód: 4000.13 mg; Błonnik pokarmowy: 30.12 g;

<b>środa 2025-05-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>		
--	--	--

**Jadłospisy dla oddziałów**

Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb zwykły 120g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Kielb. krak. parzona 50g, Serek homog. owoc. 1szt ( <b>MLE</b> ), Pomidor 100g, Jogurt owocowy 1szt ( <b>MLE</b> ),	Polewka z ziemniakami 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Pulpet drob. got. 160g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g ( <b>GLU</b> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Ser biały 100g ( <b>MLE</b> ), Szykowa dęb. 50g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt. 1Por,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2677.56 kcal; Białko ogółem: 146.66 g; Tłuszcz: 76.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.36 g; Węglowodny przyswajalne: 351.96 g; suma cukrów prostych: 86.50 g; Sól: 11.54 g; Sód: 4610.86 mg; Błonnik pokarmowy: 26.65 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-05-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ser żółty 35g ( <i>MLE</i> ), Ogonówka parz. 45g, Sałatka z szynką i ogór. ziel. 100g ( <i>GLU, JAJ, SEL, GOR</i> ),	Zupa pomidorowa z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Udo pieczone 190g, ziemniaki got. 250g, Fasolka szparag. z bul. tartą 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Paszlet drob. 1szt ( <i>GLU, SOJ</i> ), Przymak z fileta 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Ogórek kons. 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2589.57 kcal; Białko ogółem: 104.19 g; Tłuszcz: 114.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.17 g; Węglowodny przyswajalne: 270.55 g; suma cukrów prostych: 47.73 g; Sól: 9.33 g; Sód: 3323.47 mg; Błonnik pokarmowy: 28.50 g;

<b>czwartek 2025-05-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ogonówka parz. 45g, Serek homog. nat. 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Udo gotowane 190g, Sos jarzyn. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Przymak z fileta 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Polędwica sop. 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2353.20 kcal; Białko ogółem: 116.61 g; Tłuszcz: 82.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.86 g; Węglowodny przyswajalne: 272.73 g; suma cukrów prostych: 59.37 g; Sól: 6.80 g; Sód: 2712.73 mg; Błonnik pokarmowy: 27.72 g;

<b>czwartek 2025-05-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ogonówka parz. 45g, Serek homog. nat. 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Udo gotowane 190g, Sos jarzyn. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Przymak z fileta 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Polędwica sop. 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2353.20 kcal; Białko ogółem: 116.61 g; Tłuszcz: 82.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.86 g; Węglowodny przyswajalne: 272.73 g; suma cukrów prostych: 59.37 g; Sól: 6.80 g; Sód: 2712.73 mg; Błonnik pokarmowy: 27.72 g;

<b>czwartek 2025-05-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ogonówka parz. 45g, Serek homog. nat. 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Udo gotowane 190g, Sos jarzyn. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Przymak z fileta 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Polędwica sop. 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2402.80 kcal; Białko ogółem: 116.93 g; Tłuszcz: 82.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.89 g; Węglowodny przyswajalne: 283.75 g; suma cukrów prostych: 60.05 g; Sól: 6.89 g; Sód: 2747.93 mg; Błonnik pokarmowy: 29.46 g;

<b>czwartek 2025-05-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ser żółty 35g ( <i>MLE</i> ), Ogonówka parz. 45g, Sałatka z szynką i ogór. ziel. 100g ( <i>GLU, JAJ, SEL, GOR</i> ),	Zupa pomidorowa z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Udo gotowane 190g, ziemniaki got. 250g, Fasolka szparag. z bul. tartą 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Przymak z fileta 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Polędwica sop. 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g ( <i>MLE</i> ), Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Margaryna 5g, Ogonówka parz. 25g,	Posiłek nocny: Kiwi 1szt, Zupa ml. z kaszą manna-kol 200g ( <i>GLU, MLE</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2976.85 kcal; Białko ogółem: 137.12 g; Tłuszcz: 112.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.56 g; Węglowodny przyswajalne: 334.19 g; suma cukrów prostych: 64.54 g; Sól: 10.12 g; Sód: 3639.56 mg; Błonnik pokarmowy: 37.54 g;

<b>czwartek 2025-05-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ogonówka parz. 45g, Serek homog. nat. 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Udo gotowane 190g, Sos jarzyn. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Przymak z fileta 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Polędwica sop. 45g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2382.00 kcal; Białko ogółem: 116.77 g; Tłuszcz: 82.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.91 g; Węglowodny przyswajalne: 276.31 g; suma cukrów prostych: 60.21 g; Sól: 7.02 g; Sód: 2800.73 mg; Błonnik pokarmowy: 32.82 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-05-08		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ogonówka parz. 60g , Serek homog. nat. 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 1szt ( <i>MLE</i> ),	Zupa pomidorowa z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Udo gotowane 380g , Sos jarzyn. 80g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Przymak z fileta 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Polędwica sop. 45g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2835.20 kcal; Białko ogółem: 152.49 g; Tłuszcz: 103.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.18 g; Węglowodny przyswajalne: 310.92 g; suma cukrów prostych: 69.95 g; Sól: 7.77 g; Sód: 3096.20 mg; Błonnik pokarmowy: 30.00 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-05-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Jajko gotowane 1szt ( <i>JAJ</i> ), Schab na kartki 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Barszcz ukraiński 300ml ( <i>GLU, SEL</i> ), Krokiety 2 szt. 200g ( <i>GLU, JAJ, MLE, GOR</i> ), Surówka z czerw. kapusty 150g ( <i>JAJ, GOR</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Paprykarz szczeciński 1szt ( <i>GLU, SKR, RYB, SEL</i> ), Ser Deliser 2szt ( <i>MLE</i> ), Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2564.31 kcal; Białko ogółem: 79.79 g; Tłuszcz: 105.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.52 g; Węglowodny przyswajalne: 302.18 g; suma cukrów prostych: 88.09 g; Sól: 9.80 g; Sód: 3370.04 mg; Błonnik pokarmowy: 34.82 g;

<b>piątek 2025-05-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Jajko gotowane 1szt ( <i>JAJ</i> ), Schab na kartki 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Barszcz czerwony z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Twarożek z ziemniakami 450g ( <i>MLE</i> ), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Baleron z indyka 35g, Miód 1szt, Ser biały 70g ( <i>MLE</i> ), Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2347.77 kcal; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz: 71.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.52 g; Węglowodny przyswajalne: 310.30 g; suma cukrów prostych: 98.35 g; Sól: 5.61 g; Sód: 2236.96 mg; Błonnik pokarmowy: 23.05 g;

<b>piątek 2025-05-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Schab na kartki 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Barszcz czerwony z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Twarożek z ziemniakami 450g ( <i>MLE</i> ), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Baleron z indyka 35g, Miód 1szt, Ser biały 70g ( <i>MLE</i> ), Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2306.29 kcal; Białko ogółem: 101.98 g; Tłuszcz: 67.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.51 g; Węglowodny przyswajalne: 310.21 g; suma cukrów prostych: 98.35 g; Sól: 5.74 g; Sód: 2287.86 mg; Błonnik pokarmowy: 23.05 g;

<b>piątek 2025-05-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Jajko gotowane 1szt ( <i>JAJ</i> ), Schab na kartki 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Barszcz czerwony z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Twarożek z ziemniakami 450g ( <i>MLE</i> ), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Baleron z indyka 35g, Miód 1szt, Ser biały 70g ( <i>MLE</i> ), Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2397.37 kcal; Białko ogółem: 104.56 g; Tłuszcz: 71.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.56 g; Węglowodny przyswajalne: 321.32 g; suma cukrów prostych: 99.03 g; Sól: 5.70 g; Sód: 2272.16 mg; Błonnik pokarmowy: 24.79 g;

<b>piątek 2025-05-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Jajko gotowane 1szt ( <i>JAJ</i> ), Schab na kartki 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Barszcz czerwony z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Filet rybny got. z warz. 120g ( <i>SEL</i> ), Ziemniaki got. 250g, Surówka z czerw. kapusty 150g ( <i>JAJ, GOR</i> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Paprykarz szczeciński 1szt ( <i>GLU, SKR, RYB, SEL</i> ), Ser Deliser 2szt ( <i>MLE</i> ), Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g ( <i>MLE</i> ), Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Margaryna 10g, Schab na kartki 20g,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1szt ( <i>MLE</i> ), Zupa ml. z pł. ows.- kol 200g ( <i>GLU, MLE</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2803.79 kcal; Białko ogółem: 118.20 g; Tłuszcz: 107.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.45 g; Węglowodny przyswajalne: 325.24 g; suma cukrów prostych: 69.32 g; Sól: 11.47 g; Sód: 4099.16 mg; Błonnik pokarmowy: 33.00 g;

<b>piątek 2025-05-09</b> <b>Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b>		
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Schab na kartki 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Barszcz czerwony z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Twarożek z ziemniakami 450g ( <i>MLE</i> ), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Baleron z indyka 35g, Miód 1szt, Ser biały 70g ( <i>MLE</i> ), Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Banan 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2335.09 kcal; Białko ogółem: 102.14 g; Tłuszcz: 68.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.56 g; Węglowodny przyswajalne: 313.79 g; suma cukrów prostych: 99.19 g; Sól: 5.96 g; Sód: 2375.86 mg; Błonnik pokarmowy: 28.15 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-05-09		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
Zupa ml. z kaszą manną 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb zwykły 120g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Schab na kartki 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g, Jogurt owocowy 1szt ( <b>MLE</b> ),	Barszcz czerwony z mak. 300g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Twarożek z ziemniakami 900g ( <b>MLE</b> ), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Ser biały 100g ( <b>MLE</b> ), Miód 1szt, Baleron z indyka 50g, Herbata 200g,	
		Posiłek nocny: Banan 1szt,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3053.74 kcal; Białko ogółem: 156.27 g; Tłuszcz: 95.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.79 g; Węglowodny przyswajalne: 379.68 g; suma cukrów prostych: 118.41 g; Sól: 7.14 g; Sód: 2848.22 mg; Błonnik pokarmowy: 26.51 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-05-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 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> ), Szynkowa luks. 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Sałata mix 35g ,	Zupa pietruszkowa z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemiaki got. 250g , Surówka z białej kap. z koperkiem 150g ( <i>JAJ, GOR</i> ), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Pasta z łososia łag. 1szt ( <i>GLU, RYB, MLE</i> ), Szynkówka firm. 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Pomarańcza - pół 1Por ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2519.80 kcal; Białko ogółem: 91.58 g; Tłuszcz: 107.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.61 g; Węglowodny przyswajalne: 280.10 g; suma cukrów prostych: 51.86 g; Sól: 10.92 g; Sód: 3877.06 mg; Błonnik pokarmowy: 30.87 g;

<b>sobota 2025-05-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Szynkowa luks. 50g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Sałata mix 35g , Mus jabłkowy 70g ,	Zupa pietruszkowa z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemiaki got. 250g , Marchew got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Szynkówka firm. 35g , Kiel.szynk.wyborna 35g ( <i>SOJ, GOR</i> ), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 1szt ( <i>MLE</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2272.87 kcal; Białko ogółem: 89.48 g; Tłuszcz: 73.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.12 g; Węglowodny przyswajalne: 301.14 g; suma cukrów prostych: 76.37 g; Sól: 8.58 g; Sód: 3424.27 mg; Błonnik pokarmowy: 28.55 g;

<b>sobota 2025-05-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Szynkowa luks. 50g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Sałata mix 35g , Mus jabłkowy 70g ,	Zupa pietruszkowa z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemiaki got. 250g , Marchew got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Kiel.szynk.wyborna 35g ( <i>SOJ, GOR</i> ), Szynkówka firm. 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 1szt ( <i>MLE</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2272.87 kcal; Białko ogółem: 89.48 g; Tłuszcz: 73.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.12 g; Węglowodny przyswajalne: 301.14 g; suma cukrów prostych: 76.37 g; Sól: 8.58 g; Sód: 3424.27 mg; Błonnik pokarmowy: 28.55 g;

<b>sobota 2025-05-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Szynkowa luks. 50g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Sałata mix 35g , Mus jabłkowy 70g ,	Zupa pietruszkowa z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemiaki got. 250g , Marchew got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Kiel.szynk.wyborna 35g ( <i>SOJ, GOR</i> ), Szynkówka firm. 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 1szt ( <i>MLE</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2322.47 kcal; Białko ogółem: 89.80 g; Tłuszcz: 73.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.15 g; Węglowodny przyswajalne: 312.16 g; suma cukrów prostych: 77.05 g; Sól: 8.67 g; Sód: 3459.47 mg; Błonnik pokarmowy: 30.29 g;

<b>sobota 2025-05-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Ser topiony - plastry 2szt ( <i>MLE</i> ), Szynkowa luks. 35g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Sałata mix 35g ,	Zupa pietruszkowa z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemiaki got. 250g , Surówka z białej kap. z koperkiem 150g ( <i>JAJ, GOR</i> ), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Szynkówka firm. 35g , Kiel.szynk.wyborna 35g ( <i>SOJ, GOR</i> ), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g ( <i>MLE</i> ), Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Margaryna 5g , Szynkowa luks. 20g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Pomarańcza - pół 1Por , Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g ( <i>GLU, MLE</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2628.43 kcal; Białko ogółem: 104.45 g; Tłuszcz: 96.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.82 g; Węglowodny przyswajalne: 316.70 g; suma cukrów prostych: 67.68 g; Sól: 11.18 g; Sód: 3982.13 mg; Błonnik pokarmowy: 36.60 g;

<b>sobota 2025-05-10</b> <b>Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b>		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa zboż. z makiem 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Szynkowa luks. 50g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Mus jabłkowy 70g , Sałata mix 35g ,	Zupa pietruszkowa z mak. 300g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemiaki got. 250g , Marchew got. 150g ( <i>GLU</i> ), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 15g ( <i>MLE</i> ), Szynkówka firm. 35g , Kiel.szynk.wyborna 35g ( <i>SOJ, GOR</i> ), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 1szt ( <i>MLE</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2280.87 kcal; Białko ogółem: 89.48 g; Tłuszcz: 74.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.18 g; Węglowodny przyswajalne: 297.28 g; suma cukrów prostych: 77.37 g; Sól: 8.94 g; Sód: 3565.07 mg; Błonnik pokarmowy: 37.01 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-05-10		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa zboż. z mlekiem 200g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb zwykły 120g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Szynkowa luks. 50g ( <b>GLU, SOJ, GOR</b> ), Salata mix 35g, Mus jabłkowy 70g, Jogurt owocowy 1szt ( <b>MLE</b> ),	Zupa pietruszkowa z mak. 300g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Gulasz drob. got. z konc. pom. 400g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g ( <b>GLU</b> ), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g ( <b>MLE</b> ), Szynkówka firm. 50g, Kiel.szynk.wyborna 35g ( <b>SOJ, GOR</b> ), Pomidor 100g, Herbata 200g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Pomarańcza - pół 1Por,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2575.53 kcal; Białko ogółem: 112.02 g; Tłuszcz: 83.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.47 g; Węglowodny przyswajalne: 328.65 g; suma cukrów prostych: 95.09 g; Sól: 10.01 g; Sód: 3995.02 mg; Błonnik pokarmowy: 35.34 g;