

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-06-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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>), Kielb. krak. parzona 35g , Sałatka z szynką i ogór. ziel. 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>),	Barszcz biały z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Gołąbki w sosie pomid. 1 szt. 200g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Ziemniaki got. 250g , Sałata lodowa winegret 100g , 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>), Szynka konserw. 35g , Rzodkiewka 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jablko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2705.50 kcal; Białko ogółem: 84.08 g; Tłuszcz: 114.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.92 g; Węglowodny przyswajalne: 307.66 g; suma cukrów prostych: 64.54 g; Sól: 8.78 g; Sód: 3040.04 mg; Błonnik pokarmowy: 28.57 g;

środa 2025-06-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g , Pomidor 100g , Serek homog. owoc. 1szt (<i>MLE</i>),	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Udo gotowane 190g , Sos pomid. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Sałata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt , Szynka konserw. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jablko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2345.77 kcal; Białko ogółem: 121.04 g; Tłuszcz: 79.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.94 g; Węglowodny przyswajalne: 289.60 g; suma cukrów prostych: 71.29 g; Sól: 9.46 g; Sód: 3776.06 mg; Błonnik pokarmowy: 22.64 g;

środa 2025-06-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g , Pomidor 100g , Serek homog. owoc. 1szt (<i>MLE</i>),	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Udo gotowane 190g , Sos pomid. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Sałata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt , Szynka konserw. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jablko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2345.77 kcal; Białko ogółem: 121.04 g; Tłuszcz: 79.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.94 g; Węglowodny przyswajalne: 289.60 g; suma cukrów prostych: 71.29 g; Sól: 9.46 g; Sód: 3776.06 mg; Błonnik pokarmowy: 22.64 g;

środa 2025-06-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g , Pomidor 100g , Serek homog. owoc. 1szt (<i>MLE</i>),	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Udo gotowane 190g , Sos pomid. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Sałata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt , Szynka konserw. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jablko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2395.37 kcal; Białko ogółem: 121.36 g; Tłuszcz: 79.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.97 g; Węglowodny przyswajalne: 300.62 g; suma cukrów prostych: 71.97 g; Sól: 9.54 g; Sód: 3811.26 mg; Błonnik pokarmowy: 24.38 g;

środa 2025-06-11 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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>), Kielb. krak. parzona 35g , Sałatka z szynką i ogór. ziel. 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>),	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Gołąbki w sosie pomid. 1 szt. 200g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Ziemniaki got. 250g , Sałata lodowa winegret 100g , 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>), Szynka konserw. 35g , Rzodkiewka 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Kielb. krak. parzona 20g ,		Posiłek nocny: Jablko 1 szt. 1Por , Zupa ml. z pł. ows.- kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3228.45 kcal; Białko ogółem: 111.18 g; Tłuszcz: 129.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.70 g; Węglowodny przyswajalne: 373.13 g; suma cukrów prostych: 79.48 g; Sól: 10.43 g; Sód: 3766.53 mg; Błonnik pokarmowy: 36.88 g;

środa 2025-06-11 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g , Pomidor 100g , Serek homog. owoc. 1szt (<i>MLE</i>),	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Gołąbki w sosie pomid. 1 szt. 200g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Ziemniaki got. 250g , Sałata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt , Szynka konserw. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jablko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2344.85 kcal; Białko ogółem: 94.69 g; Tłuszcz: 74.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.01 g; Węglowodny przyswajalne: 311.39 g; suma cukrów prostych: 71.35 g; Sól: 9.16 g; Sód: 3657.76 mg; Błonnik pokarmowy: 27.90 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-11		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
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>), Kielb. krak. parzona 50g , Pomidor 100g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Serek homog. owoc. 1szt (<i>MLE</i>),		Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Gołąbki w sosie pomid. 1 szt. 200g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	
		Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt , Szynka konserw. 50g , Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,	
		Posiłek nocny: Jablko 1 szt. 1Por ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2615.12 kcal; Białko ogółem: 112.47 g; Tłuszcz: 82.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.83 g; Węglowodny przyswajalne: 347.17 g; suma cukrów prostych: 82.05 g; Sól: 9.93 g; Sód: 3967.30 mg; Błonnik pokarmowy: 25.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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>), Schab Benedykta 35g (<i>GOR</i>), Pomidor 100g , Musztarda szt. 1szt (<i>GOR</i>),	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Karkówka pieczona 65g , Sos chrzanowy 80g (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 140g (<i>GLU</i>), 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>), Paprykarz szczeciński 1szt (<i>GLU</i> , <i>SKR</i> , <i>RYB</i> , <i>SEL</i>), Przymak z fileta 35g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Ogórek kiszony 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Nektarynka 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2606.22 kcal; Białko ogółem: 105.64 g; Tłuszcz: 111.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.86 g; Węglowodny przyswajalne: 302.82 g; suma cukrów prostych: 52.16 g; Sól: 13.00 g; Sód: 4507.48 mg; Błonnik pokarmowy: 29.17 g;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab Benedykta 35g (<i>GOR</i>), Pomidor 100g , Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Bitki ze schabu dusz. z warz. 100g (<i>GLU</i> , <i>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>), Przymak z fileta 35g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 100g , Ogonówka parz. 45g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2413.25 kcal; Białko ogółem: 119.36 g; Tłuszcz: 81.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.83 g; Węglowodny przyswajalne: 289.26 g; suma cukrów prostych: 61.62 g; Sól: 5.92 g; Sód: 2358.83 mg; Błonnik pokarmowy: 25.02 g;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab Benedykta 35g (<i>GOR</i>), Pomidor 100g , Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Bitki ze schabu dusz. z warz. 100g (<i>GLU</i> , <i>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>), Przymak z fileta 35g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 100g , Ogonówka parz. 45g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2413.25 kcal; Białko ogółem: 119.36 g; Tłuszcz: 81.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.83 g; Węglowodny przyswajalne: 289.26 g; suma cukrów prostych: 61.62 g; Sól: 5.92 g; Sód: 2358.83 mg; Błonnik pokarmowy: 25.02 g;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab Benedykta 35g (<i>GOR</i>), Pomidor 100g , Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Bitki ze schabu dusz. z warz. 100g (<i>GLU</i> , <i>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>), Przymak z fileta 35g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 100g , Ogonówka parz. 45g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2462.85 kcal; Białko ogółem: 119.68 g; Tłuszcz: 81.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.87 g; Węglowodny przyswajalne: 300.28 g; suma cukrów prostych: 62.30 g; Sól: 6.01 g; Sód: 2394.03 mg; Błonnik pokarmowy: 26.76 g;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab Benedykta 35g (<i>GOR</i>), Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Bitki ze schabu dusz. z warz. 100g (<i>GLU</i> , <i>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>), Ogonówka parz. 45g , Przymak z fileta 35g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Schab Benedykta 20g (<i>GOR</i>),		Posiłek nocny: Nektarynka 1szt , Zupa ml. z kaszą manna-kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2759.95 kcal; Białko ogółem: 134.99 g; Tłuszcz: 90.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.26 g; Węglowodny przyswajalne: 320.82 g; suma cukrów prostych: 64.33 g; Sól: 8.14 g; Sód: 2646.19 mg; Błonnik pokarmowy: 33.95 g;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab Benedykta 35g (<i>GOR</i>), Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Bitki ze schabu dusz. z warz. 100g (<i>GLU</i> , <i>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>), Przymak z fileta 35g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 100g , Ogonówka parz. 45g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Nektarynka 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2297.55 kcal; Białko ogółem: 113.51 g; Tłuszcz: 78.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.32 g; Węglowodny przyswajalne: 268.04 g; suma cukrów prostych: 60.91 g; Sól: 6.06 g; Sód: 2415.94 mg; Błonnik pokarmowy: 34.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-06-12		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>), Schab Benedykta 50g (<i>GOR</i>), Pomidor 100g , Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bitki ze schabu dusz. z warz. 200g (<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>), Przysmak z fileta 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Przysmak z fileta 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Ogonówka parz. 45g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Nektarynka 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2774.74 kcal; Białko ogółem: 154.18 g; Tłuszcz: 98.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.00 g; Węglowodny przyswajalne: 305.51 g; suma cukrów prostych: 69.15 g; Sól: 6.97 g; Sód: 2777.25 mg; Błonnik pokarmowy: 26.94 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-06-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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>), Szynka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g, Ketchup 1szt,	Zupa z soczewicy 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Filet rybny panier. 120g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g, Surówka z białej kap. z koperkiem 150g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</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>), Pasztet drob. 1szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2866.03 kcal; Białko ogółem: 115.84 g; Tłuszcz: 101.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.23 g; Węglowodny przyswajalne: 352.35 g; suma cukrów prostych: 70.67 g; Sól: 8.43 g; Sód: 2685.68 mg; Błonnik pokarmowy: 35.81 g;

piątek 2025-06-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU</i> , <i>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>), Kielb. szynk. wędzona 35g, Dżem 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2298.33 kcal; Białko ogółem: 103.02 g; Tłuszcz: 72.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.11 g; Węglowodny przyswajalne: 295.74 g; suma cukrów prostych: 93.84 g; Sól: 5.85 g; Sód: 2335.59 mg; Błonnik pokarmowy: 25.14 g;

piątek 2025-06-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka na kartki 60g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU</i> , <i>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>), Kielb. szynk. wędzona 35g, Dżem 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2257.59 kcal; Białko ogółem: 100.85 g; Tłuszcz: 68.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.11 g; Węglowodny przyswajalne: 295.63 g; suma cukrów prostych: 93.98 g; Sól: 6.02 g; Sód: 2404.97 mg; Błonnik pokarmowy: 25.14 g;

piątek 2025-06-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU</i> , <i>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>), Kielb. szynk. wędzona 35g, Dżem 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.93 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 72.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.14 g; Węglowodny przyswajalne: 306.76 g; suma cukrów prostych: 94.52 g; Sól: 5.93 g; Sód: 2370.79 mg; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;

piątek 2025-06-13 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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>), Szynka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Filet rybny got. z warz. 120g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Surówka z białej kap. z koperkiem 150g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 10g, Szynka na kartki 25g,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Zupa ml. z pł. ows.- kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2625.44 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 90.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.94 g; Węglowodny przyswajalne: 315.54 g; suma cukrów prostych: 57.93 g; Sól: 8.77 g; Sód: 3023.58 mg; Błonnik pokarmowy: 33.81 g;

piątek 2025-06-13 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka na kartki 60g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU</i> , <i>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>), Kielb. szynk. wędzona 35g, Dżem 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2286.39 kcal; Białko ogółem: 101.01 g; Tłuszcz: 69.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.16 g; Węglowodny przyswajalne: 299.21 g; suma cukrów prostych: 94.82 g; Sól: 6.24 g; Sód: 2492.97 mg; Błonnik pokarmowy: 30.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-06-13		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
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>), Szynka na kartki 60g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Twarożek z ziemniakami 900g (<i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Kiełb. szynk. wędzona 50g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3004.24 kcal; Białko ogółem: 154.38 g; Tłuszcz: 97.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.39 g; Węglowodny przyswajalne: 365.18 g; suma cukrów prostych: 114.20 g; Sól: 7.63 g; Sód: 3047.00 mg; Błonnik pokarmowy: 28.60 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 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>), Ser topiony - plastry 2szt (<i>MLE</i>), Szynkowa luks. 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Salata mix 35g ,	Zupa pietruszkowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , 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>), Pastella 1szt (<i>JAJ, RYB, SEL, GOR</i>), Baleron z indyka 35g , Ogórek kons. 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Sok HPP 1szt (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2585.52 kcal; Białko ogółem: 83.04 g; Tłuszcz: 114.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.74 g; Węglowodny przyswajalne: 285.62 g; suma cukrów prostych: 35.33 g; Sól: 9.40 g; Sód: 3272.69 mg; Błonnik pokarmowy: 24.46 g;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
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>), Szynkowa luks. 50g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Salata mix 35g , Mus jabłkowy 70g ,	Zupa pietruszkowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pietr. 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>), Baleron z indyka 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Sok HPP 1szt (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2286.18 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 72.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.20 g; Węglowodny przyswajalne: 300.65 g; suma cukrów prostych: 64.68 g; Sól: 7.28 g; Sód: 2902.48 mg; Błonnik pokarmowy: 25.90 g;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
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>), Szynkowa luks. 50g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Salata mix 35g , Mus jabłkowy 70g ,	Zupa pietruszkowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pietr. 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>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Sok HPP 1szt (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2286.18 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 72.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.20 g; Węglowodny przyswajalne: 300.65 g; suma cukrów prostych: 64.68 g; Sól: 7.28 g; Sód: 2902.48 mg; Błonnik pokarmowy: 25.90 g;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
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>), Szynkowa luks. 50g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Salata mix 35g , Mus jabłkowy 70g ,	Zupa pietruszkowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pietr. 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>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Sok HPP 1szt (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2335.78 kcal; Białko ogółem: 92.82 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.24 g; Węglowodny przyswajalne: 311.67 g; suma cukrów prostych: 65.36 g; Sól: 7.37 g; Sód: 2937.68 mg; Błonnik pokarmowy: 27.64 g;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 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>), Ser topiony - plastry 2szt (<i>MLE</i>), Szynkowa luks. 50g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Salata mix 35g ,	Zupa pietruszkowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, 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>), Baleron z indyka 35g , 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 , Szynkowa luks. 20g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>),		Posiłek nocny: Sok HPP 1szt (<i>SEL</i>), Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2785.09 kcal; Białko ogółem: 113.65 g; Tłuszcz: 103.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.31 g; Węglowodny przyswajalne: 327.75 g; suma cukrów prostych: 54.31 g; Sól: 10.54 g; Sód: 3724.38 mg; Błonnik pokarmowy: 31.93 g;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 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>), Szynkowa luks. 50g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Mus jabłkowy 70g , Salata mix 35g ,	Zupa pietruszkowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g , Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Sok HPP 1szt (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2294.18 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 73.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.27 g; Węglowodny przyswajalne: 296.79 g; suma cukrów prostych: 65.68 g; Sól: 7.63 g; Sód: 3043.28 mg; Błonnik pokarmowy: 34.36 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-06-14		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>), Szynkowa luks. 50g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Salata mix 35g, Mus jabłkowy 70g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pietruszkowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. 180g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g, Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok HPP 1szt (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2606.24 kcal; Białko ogółem: 116.45 g; Tłuszcz: 81.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.14 g; Węglowodny przyswajalne: 337.39 g; suma cukrów prostych: 74.61 g; Sól: 8.42 g; Sód: 3357.49 mg; Błonnik pokarmowy: 27.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-06-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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>), Ogonówka parz. 45g , Salátka jarzynowa 100g (<i>JAJ</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>),	Barszcz czerwony z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Kotlet mielony wieprz. 110g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g , Kalafior 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>), Szynka konserw. 35g , Ogórek kiszony 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2586.22 kcal; Białko ogółem: 95.15 g; Tłuszcz: 106.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.69 g; Węglowodny przyswajalne: 294.35 g; suma cukrów prostych: 44.60 g; Sól: 9.12 g; Sód: 3637.67 mg; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;

niedziela 2025-06-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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 ,	Barszcz czerwony z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 50g , Pomidor 100g , Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2322.40 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 64.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.47 g; Węglowodny przyswajalne: 322.29 g; suma cukrów prostych: 61.19 g; Sól: 6.86 g; Sód: 2736.65 mg; Błonnik pokarmowy: 29.00 g;

niedziela 2025-06-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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 ,	Barszcz czerwony z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 50g , Pomidor 100g , Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2322.40 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 64.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.47 g; Węglowodny przyswajalne: 322.29 g; suma cukrów prostych: 61.19 g; Sól: 6.86 g; Sód: 2736.65 mg; Błonnik pokarmowy: 29.00 g;

niedziela 2025-06-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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 ,	Barszcz czerwony z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 50g , Pomidor 100g , Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2372.00 kcal; Białko ogółem: 98.29 g; Tłuszcz: 64.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.51 g; Węglowodny przyswajalne: 333.31 g; suma cukrów prostych: 61.87 g; Sól: 6.95 g; Sód: 2771.85 mg; Błonnik pokarmowy: 30.74 g;

niedziela 2025-06-15 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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>), Ogonówka parz. 45g , Salátka jarzynowa 100g (<i>JAJ</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>),	Barszcz czerwony z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Kalafior got. z buł. 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>), Ser żółty 35g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 50g , Ogórek kiszony 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Ogonówka parz. 25g ,		Posiłek nocny: Gruszka 1szt , Zupa ml. z pł. ows. - kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2958.18 kcal; Białko ogółem: 122.36 g; Tłuszcz: 106.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.68 g; Węglowodny przyswajalne: 355.54 g; suma cukrów prostych: 85.63 g; Sól: 11.66 g; Sód: 4653.58 mg; Błonnik pokarmowy: 45.09 g;

niedziela 2025-06-15 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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 ,	Barszcz czerwony z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 50g , Pomidor 100g , Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2351.20 kcal; Białko ogółem: 98.13 g; Tłuszcz: 64.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.52 g; Węglowodny przyswajalne: 325.87 g; suma cukrów prostych: 62.03 g; Sól: 7.08 g; Sód: 2824.65 mg; Błonnik pokarmowy: 34.10 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-06-15		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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>),	Barszcz czerwony z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drob. got. z konc. pom. 400g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyna got. 150g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 50g , Pomidor 100g , Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2767.68 kcal; Białko ogółem: 127.13 g; Tłuszcz: 76.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.85 g; Węglowodny przyswajalne: 375.06 g; suma cukrów prostych: 78.58 g; Sól: 8.39 g; Sód: 3348.77 mg; Błonnik pokarmowy: 35.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-06-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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>), Szynkówka firm. 35g , Pomidor 100g , Majonez 1szt (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>),	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Potrawka z kurczaka 250g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż biały na sypko 160g , Surówka z białej kap. - coleslaw 150g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</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>), Rzodkiewka 100g , Polędwica drob. z majer. 35g (<i>GOR</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2716.77 kcal; Białko ogółem: 104.60 g; Tłuszcz: 102.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.47 g; Węglowodny przyswajalne: 325.98 g; suma cukrów prostych: 76.11 g; Sól: 9.06 g; Sód: 3082.09 mg; Błonnik pokarmowy: 31.78 g;

poniedziałek 2025-06-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynkówka firm. 35g , Pomidor 100g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Potrawka z kurczaka 250g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż biały na sypko 160g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Polędwica drob. z majer. 35g (<i>GOR</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2515.10 kcal; Białko ogółem: 103.64 g; Tłuszcz: 87.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.45 g; Węglowodny przyswajalne: 314.58 g; suma cukrów prostych: 82.10 g; Sól: 7.87 g; Sód: 3143.23 mg; Błonnik pokarmowy: 26.98 g;

poniedziałek 2025-06-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 65g , Pomidor 100g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Potrawka z kurczaka 250g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż biały na sypko 160g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Polędwica drob. z majer. 35g (<i>GOR</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2517.39 kcal; Białko ogółem: 102.68 g; Tłuszcz: 88.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.83 g; Węglowodny przyswajalne: 314.78 g; suma cukrów prostych: 82.43 g; Sól: 8.64 g; Sód: 3448.89 mg; Błonnik pokarmowy: 26.98 g;

poniedziałek 2025-06-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynkówka firm. 35g , Pomidor 100g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Potrawka z kurczaka 250g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż biały na sypko 160g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Polędwica drob. z majer. 35g (<i>GOR</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2564.70 kcal; Białko ogółem: 103.96 g; Tłuszcz: 87.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.48 g; Węglowodny przyswajalne: 325.60 g; suma cukrów prostych: 82.78 g; Sól: 7.96 g; Sód: 3178.43 mg; Błonnik pokarmowy: 28.72 g;

poniedziałek 2025-06-16 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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>), Szynkówka firm. 35g , Pomidor 100g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Potrawka z kurczaka 250g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż biały na sypko 160g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka 100g , Polędwica drob. z majer. 35g (<i>GOR</i>), Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Szynkówka firm. 20g ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 1szt , Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2832.99 kcal; Białko ogółem: 124.76 g; Tłuszcz: 103.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.16 g; Węglowodny przyswajalne: 331.03 g; suma cukrów prostych: 72.00 g; Sól: 11.23 g; Sód: 4485.58 mg; Błonnik pokarmowy: 39.74 g;

poniedziałek 2025-06-16 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 65g , Pomidor 100g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Potrawka z kurczaka 250g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż biały na sypko 160g , Salata 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>), Pomidor 100g , Polędwica drob. z majer. 35g (<i>GOR</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2546.19 kcal; Białko ogółem: 102.84 g; Tłuszcz: 88.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.88 g; Węglowodny przyswajalne: 318.36 g; suma cukrów prostych: 83.27 g; Sól: 8.86 g; Sód: 3536.89 mg; Błonnik pokarmowy: 32.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-16		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynekówka firm. 65g , Pomidor 100g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Potrawka z kurczaka 250g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż biały na sypko 160g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Polędwica drob. z majer. 50g (<i>GOR</i>), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2867.33 kcal; Białko ogółem: 124.36 g; Tłuszcz: 100.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.92 g; Węglowodny przyswajalne: 354.74 g; suma cukrów prostych: 93.97 g; Sól: 9.81 g; Sód: 3916.82 mg; Błonnik pokarmowy: 29.26 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-06-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Pasztet zapiek. 45g (<i>GLU</i> , <i>GOR</i>), Szynka na kartki 45g, Salata mix 35g ,	Kapuśniak z białej kap. z kon. pom. 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Naleśniki z serem 2 szt. 200g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Surówka z march. i jabł. 100g , 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>), Szynkowa dęb. 35g , Ogórek zielony 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Brzoskwinia 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2363.99 kcal; Białko ogółem: 91.93 g; Tłuszcz: 89.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.42 g; Węglowodny przyswajalne: 283.62 g; suma cukrów prostych: 76.46 g; Sól: 8.13 g; Sód: 2780.99 mg; Błonnik pokarmowy: 25.56 g;

wtorek 2025-06-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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 ,	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Filet z kurczaka got. 60g , Sos pietr. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Włoszczyna got. 150g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Napój herbaciany 200g , Ziemniaki got. 250g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka biała 40g (<i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Szynkowa dęb. 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2165.04 kcal; Białko ogółem: 102.93 g; Tłuszcz: 55.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.36 g; Węglowodny przyswajalne: 298.33 g; suma cukrów prostych: 82.52 g; Sól: 7.40 g; Sód: 2958.09 mg; Błonnik pokarmowy: 29.38 g;

wtorek 2025-06-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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 ,	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Filet z kurczaka got. 60g , Sos pietr. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Włoszczyna got. 150g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Napój herbaciany 200g , Ziemniaki got. 250g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka biała 40g (<i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Szynkowa dęb. 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2165.04 kcal; Białko ogółem: 102.93 g; Tłuszcz: 55.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.36 g; Węglowodny przyswajalne: 298.33 g; suma cukrów prostych: 82.52 g; Sól: 7.40 g; Sód: 2958.09 mg; Błonnik pokarmowy: 29.38 g;

wtorek 2025-06-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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 ,	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Filet z kurczaka got. 60g , Sos pietr. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Włoszczyna got. 150g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Napój herbaciany 200g , Ziemniaki got. 250g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka biała 40g (<i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Szynkowa dęb. 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2214.64 kcal; Białko ogółem: 103.25 g; Tłuszcz: 55.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.39 g; Węglowodny przyswajalne: 309.35 g; suma cukrów prostych: 83.20 g; Sól: 7.49 g; Sód: 2993.29 mg; Błonnik pokarmowy: 31.12 g;

wtorek 2025-06-17 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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 ,	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Filet z kurczaka got. 60g , Sos pietr. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Włoszczyna got. 150g , Surówka z march. i jabł. 150g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka biała 40g (<i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Szynkowa dęb. 35g , Ogórek zielony 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Szynka na kartki 20g ,		Posiłek nocny: Brzoskwinia 1szt , Zupa ml. z pl. ows.- kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2550.87 kcal; Białko ogółem: 121.87 g; Tłuszcz: 67.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.84 g; Węglowodny przyswajalne: 344.89 g; suma cukrów prostych: 79.68 g; Sól: 10.17 g; Sód: 3462.08 mg; Błonnik pokarmowy: 35.76 g;

wtorek 2025-06-17 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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 ,	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Filet z kurczaka got. 60g , Sos pietr. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Włoszczyna got. 150g (<i>GLU</i> , <i>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>), Szynka biała 40g (<i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Szynkowa dęb. 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Brzoskwinia 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2147.09 kcal; Białko ogółem: 102.03 g; Tłuszcz: 55.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.40 g; Węglowodny przyswajalne: 291.36 g; suma cukrów prostych: 74.00 g; Sól: 7.62 g; Sód: 3043.22 mg; Błonnik pokarmowy: 35.27 g;

wtorek 2025-06-17 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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>), Jabłko pieczone 1szt, Szynka na kartki 60g, Pomidor 100g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Salata mix 35g,	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Filet z kurczaka got. 120g, Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g, Ziemniaki got. 250g,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka biała 40g (<i>SOJ, GOR</i>), Szynkowa dęb. 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Brzoskwinia 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.19 kcal; Białko ogółem: 130.36 g; Tłuszcz: 61.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.26 g; Węglowodny przyswajalne: 325.81 g; suma cukrów prostych: 83.75 g; Sól: 7.89 g; Sód: 3154.01 mg; Błonnik pokarmowy: 32.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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>), Kielb. krak. parzona 35g , Pomidor 100g , Musztarda szt. 1szt (<i>GOR</i>),	Krupnik jaglany 300g (<i>SEL</i>), Leczo warzywne z kiel. i makaronem 400g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek fromage 1szt (<i>MLE</i>), Przysmak z fileta 35g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2550.73 kcal; Białko ogółem: 109.38 g; Tłuszcz: 98.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.38 g; Węglowodny przyswajalne: 325.46 g; suma cukrów prostych: 61.24 g; Sól: 9.93 g; Sód: 3962.24 mg; Błonnik pokarmowy: 33.60 g;

środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 50g , Pomidor 100g , Dżem 1szt ,	Krupnik jaglany 300g (<i>SEL</i>), Pulpet drob. got. 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>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>), Pomidor 100g , Przysmak z fileta 35g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2195.21 kcal; Białko ogółem: 92.74 g; Tłuszcz: 62.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.33 g; Węglowodny przyswajalne: 299.73 g; suma cukrów prostych: 70.90 g; Sól: 6.67 g; Sód: 2667.27 mg; Błonnik pokarmowy: 28.67 g;

środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 50g , Pomidor 100g , Dżem 1szt ,	Krupnik jaglany 300g (<i>SEL</i>), Pulpet drob. got. 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>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>), Pomidor 100g , Przysmak z fileta 35g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2195.21 kcal; Białko ogółem: 92.74 g; Tłuszcz: 62.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.33 g; Węglowodny przyswajalne: 299.73 g; suma cukrów prostych: 70.90 g; Sól: 6.67 g; Sód: 2667.27 mg; Błonnik pokarmowy: 28.67 g;

środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 50g , Pomidor 100g , Dżem 1szt ,	Krupnik jaglany 300g (<i>SEL</i>), Pulpet drob. got. 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>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>), Pomidor 100g , Przysmak z fileta 35g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2244.81 kcal; Białko ogółem: 93.06 g; Tłuszcz: 62.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.36 g; Węglowodny przyswajalne: 310.75 g; suma cukrów prostych: 71.58 g; Sól: 6.76 g; Sód: 2702.47 mg; Błonnik pokarmowy: 30.41 g;

środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 50g , Pomidor 100g , Ogórek kiszony 100g ,	Krupnik jaglany 300g (<i>SEL</i>), Pulpet drob. got. 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</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 fromage 1szt (<i>MLE</i>), Przysmak z fileta 35g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Kielb. krak. parzona 20g ,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por , Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2688.11 kcal; Białko ogółem: 118.10 g; Tłuszcz: 80.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.31 g; Węglowodny przyswajalne: 351.70 g; suma cukrów prostych: 77.47 g; Sól: 10.90 g; Sód: 4356.74 mg; Błonnik pokarmowy: 40.99 g;

środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 50g , Pomidor 100g , Dżem 1szt ,	Krupnik jaglany 300g (<i>SEL</i>), Pulpet drob. got. 80g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g , Sos jarzyn. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), 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>), Pomidor 100g , Przysmak z fileta 35g (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2224.01 kcal; Białko ogółem: 92.90 g; Tłuszcz: 63.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.38 g; Węglowodny przyswajalne: 303.31 g; suma cukrów prostych: 71.74 g; Sól: 6.89 g; Sód: 2755.27 mg; Błonnik pokarmowy: 33.77 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-06-18		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>), Kielb. krak. parzona 50g , Pomidor 100g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Dżem 1szt ,	Krupnik jaglany 300g (<i>SEL</i>), Pulpet drob. got. 160g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g , Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Przysmak z fileta 50g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jablko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2631.01 kcal; Białko ogółem: 125.61 g; Tłuszcz: 75.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.40 g; Węglowodny przyswajalne: 348.60 g; suma cukrów prostych: 82.47 g; Sól: 8.26 g; Sód: 3301.85 mg; Błonnik pokarmowy: 31.58 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-06-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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>), Ogonówka parz. 45g, Sałatka z szynką i ogór. ziel. 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Roszponka 35g ,	Rosół z makaronem 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Udo pieczone 190g , Ziemniaki got. 250g , Fasolka szparag. 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>), Szynkówka firm. 35g , Ogórek zielony 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2538.78 kcal; Białko ogółem: 98.57 g; Tłuszcz: 109.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.33 g; Węglowodny przyswajalne: 274.73 g; suma cukrów prostych: 30.04 g; Sól: 8.25 g; Sód: 2827.93 mg; Błonnik pokarmowy: 27.08 g;

czwartek 2025-06-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ogonówka parz. 45g, Pomidor 100g , Serek homog. owoc. 1szt (<i>MLE</i>), Roszponka 35g ,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Udo gotowane 190g , Sos pietr. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Sałata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 35g , Pomidor 100g , Dżem 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2233.74 kcal; Białko ogółem: 103.56 g; Tłuszcz: 78.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.60 g; Węglowodny przyswajalne: 279.71 g; suma cukrów prostych: 48.71 g; Sól: 9.60 g; Sód: 3829.47 mg; Błonnik pokarmowy: 23.31 g;

czwartek 2025-06-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ogonówka parz. 45g, Pomidor 100g , Serek homog. owoc. 1szt (<i>MLE</i>), Roszponka 35g ,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Udo gotowane 190g , Sos pietr. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Sałata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 50g , Pomidor 100g , Dżem 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.34 kcal; Białko ogółem: 105.80 g; Tłuszcz: 80.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.44 g; Węglowodny przyswajalne: 279.94 g; suma cukrów prostych: 48.88 g; Sól: 10.06 g; Sód: 4012.96 mg; Błonnik pokarmowy: 23.31 g;

czwartek 2025-06-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ogonówka parz. 45g, Pomidor 100g , Serek homog. owoc. 1szt (<i>MLE</i>), Roszponka 35g ,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Udo gotowane 190g , Sos pietr. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Sałata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt , Pomidor 100g , Szynkówka firm. 50g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2314.94 kcal; Białko ogółem: 106.12 g; Tłuszcz: 80.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.48 g; Węglowodny przyswajalne: 290.96 g; suma cukrów prostych: 49.56 g; Sól: 10.15 g; Sód: 4048.16 mg; Błonnik pokarmowy: 25.05 g;

czwartek 2025-06-19 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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>), Ogonówka parz. 45g, Sałatka z szynką i ogór. ziel. 100g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Roszponka 35g ,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Udo gotowane 190g , Ziemniaki got. 250g , Fasolka szparag. z buł. 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>), Ser żółty 35g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 35g , Ogórek zielony 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Ogonówka parz. 20g ,		Posiłek nocny: Gruszka 1szt , Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2871.26 kcal; Białko ogółem: 120.73 g; Tłuszcz: 120.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.02 g; Węglowodny przyswajalne: 307.39 g; suma cukrów prostych: 63.47 g; Sól: 9.37 g; Sód: 3337.27 mg; Błonnik pokarmowy: 37.63 g;

czwartek 2025-06-19 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ogonówka parz. 45g , Serek homog. owoc. 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Roszponka 35g ,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Udo gotowane 190g , Sos pietr. 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Sałata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 50g , Dżem 1szt , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2273.34 kcal; Białko ogółem: 105.80 g; Tłuszcz: 81.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.51 g; Węglowodny przyswajalne: 276.08 g; suma cukrów prostych: 49.88 g; Sól: 10.42 g; Sód: 4153.76 mg; Błonnik pokarmowy: 31.77 g;

czwartek 2025-06-19		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 , Pomidor 100g , Serek homog. owoc. 1szt (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Roszponka 35g ,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU, SEL</i>), Udo gotowane 380g , Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegreť 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 50g , Pomidor 100g , Dżem 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2697.74 kcal; Białko ogółem: 141.35 g; Tłuszcz: 101.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 62.73 g; Węglowodny przyswajalne: 307.12 g; suma cukrów prostych: 58.78 g; Sól: 10.94 g; Sód: 4361.23 mg; Błonnik pokarmowy: 23.86 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-06-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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>), Szynka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet rybny panier. 120g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</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>), Szynka konserw. 35g, Szczypiorek 35g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2556.73 kcal; Białko ogółem: 104.14 g; Tłuszcz: 89.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.61 g; Węglowodny przyswajalne: 319.13 g; suma cukrów prostych: 81.25 g; Sól: 7.92 g; Sód: 2558.49 mg; Błonnik pokarmowy: 28.77 g;

piątek 2025-06-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pierogi leniwe 300g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 35g, Dżem 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2369.47 kcal; Białko ogółem: 92.67 g; Tłuszcz: 73.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.28 g; Węglowodny przyswajalne: 323.87 g; suma cukrów prostych: 93.66 g; Sól: 5.47 g; Sód: 2178.51 mg; Błonnik pokarmowy: 23.69 g;

piątek 2025-06-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka na kartki 60g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pierogi leniwe 300g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 35g, Dżem 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2328.73 kcal; Białko ogółem: 90.50 g; Tłuszcz: 69.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.28 g; Węglowodny przyswajalne: 323.75 g; suma cukrów prostych: 93.80 g; Sól: 5.64 g; Sód: 2247.89 mg; Błonnik pokarmowy: 23.69 g;

piątek 2025-06-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pierogi leniwe 300g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 35g, Dżem 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.07 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 73.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.31 g; Węglowodny przyswajalne: 334.89 g; suma cukrów prostych: 94.34 g; Sól: 5.56 g; Sód: 2213.71 mg; Błonnik pokarmowy: 25.43 g;

piątek 2025-06-20 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>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>), Szynka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Filet rybny got. z warz. 120g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 35g, Szczypiorek 35g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 10g, Szynka na kartki 25g,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Zupa ml. z pł. ows.- kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2545.45 kcal; Białko ogółem: 128.42 g; Tłuszcz: 85.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.91 g; Węglowodny przyswajalne: 303.16 g; suma cukrów prostych: 63.39 g; Sól: 9.38 g; Sód: 3140.60 mg; Błonnik pokarmowy: 32.10 g;

piątek 2025-06-20 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka na kartki 60g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pierogi leniwe 300g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <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>), Szynka konserw. 35g, Dżem 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2357.53 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.33 g; Węglowodny przyswajalne: 327.33 g; suma cukrów prostych: 94.64 g; Sól: 5.86 g; Sód: 2335.89 mg; Błonnik pokarmowy: 28.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-06-20		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
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>), Szynka na kartki 60g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 50g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pierogi leniwe 600g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Szynka konserw. 50g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3176.18 kcal; Białko ogółem: 130.72 g; Tłuszcz: 99.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.14 g; Węglowodny przyswajalne: 428.55 g; suma cukrów prostych: 107.66 g; Sól: 6.45 g; Sód: 2571.50 mg; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;