

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Kielbaski kornetki 2szt (SEL), Ketchup 1szt, Szyunka z liściem 45g (GOR), Sałatka warzywna 1szt (JAJ, SEL, GOR), Mandarynka 1szt, Pomidor 120g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Karkówka pieczona 1 por. 65g, Sos musztard. 80g (GLU, GOR), Ziemniaki got. 250g, Surówka z białej kap. - coleslaw 150g (JAJ, GOR), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser żółty 2 pl. 2szt (MLE), Schab wieśniowy 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2719.21 kcal; Białko ogółem: 110.93 g; Tłuszcz: 110.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.32 g; Węglowodny przyswajalne: 302.80 g; suma cukrów prostych: 51.66 g; Sól: 9.47 g; Sód: 3156.74 mg; Błonnik pokarmowy: 30.40 g;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Szyunka z liściem 60g (GOR), Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g, Mandarynka 1szt,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Bitki ze schabu dusz. z warz. 1 szt. 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab wieśniowy 70g, Pomidor 120g, Piernikowa kanapka 1szt (GLU, JAJ), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2491.61 kcal; Białko ogółem: 130.09 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 60.96 g; Węglowodny przyswajalne: 327.08 g; suma cukrów prostych: 63.90 g; Sól: 9.17 g; Sód: 3660.18 mg; Błonnik pokarmowy: 27.25 g;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Pomidor 120g, Szyunka z liściem 60g (GOR), Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Mandarynka 1szt,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Bitki ze schabu dusz. z warz. 1 szt. 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab wieśniowy 70g, Piernikowa kanapka 1szt (GLU, JAJ), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2491.61 kcal; Białko ogółem: 130.09 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 60.96 g; Węglowodny przyswajalne: 327.08 g; suma cukrów prostych: 63.90 g; Sól: 9.17 g; Sód: 3660.18 mg; Błonnik pokarmowy: 27.25 g;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (SEL), Herbata 200g, Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Margaryna 20g, Szyunka z liściem 60g (GOR), Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g, Mandarynka 1szt,	Zupa pomidorowa z mak. bezml. 300g (GLU, SEL), Bitki ze schabu dusz. z warz. 1 szt. 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Margaryna 20g, Schab wieśniowy 70g, Piernikowa kanapka 1szt (GLU, JAJ), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2491.50 kcal; Białko ogółem: 120.01 g; Tłuszcz: 70.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.44 g; Węglowodny przyswajalne: 339.85 g; suma cukrów prostych: 52.86 g; Sól: 9.31 g; Sód: 3721.65 mg; Błonnik pokarmowy: 33.36 g;

czwartek 2026-01-01 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Kielbaski kornetki 2szt (SEL), Sałatka warzywna 1szt (JAJ, SEL, GOR), Szyunka z liściem 45g (GOR), Mandarynka 1szt, Pomidor 120g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Bitki ze schabu dusz. z warz. 1 szt. 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser żółty 2 pl. 2szt (MLE), Schab wieśniowy 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Margaryna 5g, Szyunka z liściem 20g (GOR),	Posiłek nocny: Grejfrut - pół szt. 1Por, Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (GLU, MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3075.73 kcal; Białko ogółem: 140.84 g; Tłuszcz: 110.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.16 g; Węglowodny przyswajalne: 357.28 g; suma cukrów prostych: 90.00 g; Sól: 9.20 g; Sód: 3668.35 mg; Błonnik pokarmowy: 44.54 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-01-01		Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Szyunka z liściem 60g (GOR), Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g, Mandarynka 1szt,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Bitki ze schabu dusz. z warz. 1 szt. 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab wiśniowy 70g, Piernikowa kanapka 1szt (GLU, JAJ), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2520.41 kcal; Białko ogółem: 130.25 g; Tłuszcz: 73.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 61.01 g; Węglowodny przyswajalne: 330.66 g; suma cukrów prostych: 64.74 g; Sól: 9.39 g; Sód: 3748.18 mg; Błonnik pokarmowy: 32.35 g;

czwartek 2026-01-01		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Szyunka z liściem 60g (GOR), Pomidor 120g, Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Mandarynka 1szt, Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Zupa pomidorowa z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Bitki ze schabu dusz. z warz. 1 szt. 200g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab wiśniowy 70g, Piernikowa kanapka 1szt (GLU, JAJ), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2939.21 kcal; Białko ogółem: 158.29 g; Tłuszcz: 91.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 64.57 g; Węglowodny przyswajalne: 369.99 g; suma cukrów prostych: 74.86 g; Sól: 9.71 g; Sód: 3872.16 mg; Błonnik pokarmowy: 31.42 g;

czwartek 2026-01-01		Jadłospis dla diety: Papkowata
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Papka mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Mandarynka 1szt, Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Bitki ze schabu dusz. z warz. 1 szt. 200g (GLU, SEL), Ziemniaki puree 250g (MLE), Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Papka kolacja 500g, Pomidor 120g, Schab wiśniowy 70g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2540.56 kcal; Białko ogółem: 137.38 g; Tłuszcz: 102.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.63 g; Węglowodny przyswajalne: 255.80 g; suma cukrów prostych: 89.00 g; Sól: 3.08 g; Sód: 1222.93 mg; Błonnik pokarmowy: 22.87 g;

czwartek 2026-01-01		Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza
Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 100g, Mus owocowy 1szt,	Płynna odżywcza ze schabem got. 500g (GLU, MLE, SEL),	Płynna odżywcza ze schabem got. 500g (GLU, MLE, SEL),
		Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2169.35 kcal; Białko ogółem: 122.83 g; Tłuszcz: 98.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.37 g; Węglowodny przyswajalne: 189.56 g; suma cukrów prostych: 48.02 g; Sól: 2.22 g; Sód: 884.93 mg; Błonnik pokarmowy: 18.01 g;

czwartek 2026-01-01		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Szyunka z liściem 60g (GOR), Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g, Mandarynka 1szt,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Bitki ze schabu dusz. z warz. 1 szt. 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab wiśniowy 70g, Piernikowa kanapka 1szt (GLU, JAJ), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2541.21 kcal; Białko ogółem: 130.41 g; Tłuszcz: 73.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 61.00 g; Węglowodny przyswajalne: 338.10 g; suma cukrów prostych: 64.58 g; Sól: 9.26 g; Sód: 3695.38 mg; Błonnik pokarmowy: 28.99 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g , Ogórek kons. 100g ,	Kapuśniak z kisz. kapusty 300g (<i>GLU, SEL</i>), Makaron got. z serem białym 320g (<i>GLU, MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Paprykarz szczeciński 1szt (<i>GLU, SKR, RYB, SEL</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2757.67 kcal; Białko ogółem: 112.50 g; Tłuszcz: 91.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.24 g; Węglowodny przyswajalne: 355.81 g; suma cukrów prostych: 102.05 g; Sól: 9.99 g; Sód: 3927.01 mg; Błonnik pokarmowy: 31.13 g;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g , Pomidorki koktajlowe 4 szt. 100g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Makaron got. z serem białym 320g (<i>GLU, MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Pomidor 120g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2564.49 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 80.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.78 g; Węglowodny przyswajalne: 342.36 g; suma cukrów prostych: 103.98 g; Sól: 5.50 g; Sód: 2198.24 mg; Błonnik pokarmowy: 25.20 g;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 50g , Pomidorki koktajlowe 4 szt. 100g , Miód 1szt ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Makaron got. z serem białym 320g (<i>GLU, MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2615.74 kcal; Białko ogółem: 103.36 g; Tłuszcz: 78.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.32 g; Węglowodny przyswajalne: 362.13 g; suma cukrów prostych: 104.48 g; Sól: 5.61 g; Sód: 2240.49 mg; Błonnik pokarmowy: 25.20 g;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g , Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g , Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g , Pomidorki koktajlowe 4 szt. 100g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g , Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2297.11 kcal; Białko ogółem: 76.44 g; Tłuszcz: 67.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.58 g; Węglowodny przyswajalne: 326.24 g; suma cukrów prostych: 76.61 g; Sól: 7.03 g; Sód: 2807.74 mg; Błonnik pokarmowy: 37.63 g;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 1 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g , Pomidorki koktajlowe 4 szt. 100g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Pomidor 120g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 10g , Kiel. zielonogórska 2 pl. 20g ,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Zupa ml. z pl. ows.- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2749.36 kcal; Białko ogółem: 123.60 g; Tłuszcz: 95.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.80 g; Węglowodny przyswajalne: 332.46 g; suma cukrów prostych: 76.40 g; Sól: 8.64 g; Sód: 3452.24 mg; Błonnik pokarmowy: 39.86 g;

piątek 2026-01-02 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 50g , Pomidorki koktajlowe 4 szt. 100g , Miód 1szt ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Makaron got. z serem białym 320g (<i>GLU, MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por , Napój herbaciany 200g ,	Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2644.54 kcal; Białko ogółem: 103.52 g; Tłuszcz: 78.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.37 g; Węglowodny przyswajalne: 365.71 g; suma cukrów prostych: 105.32 g; Sól: 5.83 g; Sód: 2328.49 mg; Błonnik pokarmowy: 30.30 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-01-02		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 50g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 100g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Makaron got. z serem białym 640g (<i>GLU, MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3478.84 kcal; Białko ogółem: 155.23 g; Tłuszcz: 106.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.83 g; Węglowodny przyswajalne: 461.04 g; suma cukrów prostych: 132.86 g; Sól: 6.14 g; Sód: 2455.22 mg; Błonnik pokarmowy: 28.05 g;

piątek 2026-01-02		Jadłospis dla diety: Papkowata
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Papka mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet z kurczaka got. 1 por. 120g, Ziemniaki puree 250g (<i>MLE</i>), Włoszczyzna got. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Papka kolacja 500g, Herbata 200g, Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2413.80 kcal; Białko ogółem: 136.27 g; Tłuszcz: 84.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.19 g; Węglowodny przyswajalne: 264.87 g; suma cukrów prostych: 119.27 g; Sól: 4.37 g; Sód: 1745.61 mg; Błonnik pokarmowy: 28.13 g;

piątek 2026-01-02		Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza
Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Płynna odżywcza mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Mus owocowy 1szt,	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),
		Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.48 kcal; Białko ogółem: 130.71 g; Tłuszcz: 125.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 69.48 g; Węglowodny przyswajalne: 210.39 g; suma cukrów prostych: 60.97 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1243.69 mg; Błonnik pokarmowy: 18.95 g;

piątek 2026-01-02		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 100g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Makaron got. z serem białym 320g (<i>GLU, MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2614.09 kcal; Białko ogółem: 106.05 g; Tłuszcz: 80.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.82 g; Węglowodny przyswajalne: 353.38 g; suma cukrów prostych: 104.66 g; Sól: 5.59 g; Sód: 2233.44 mg; Błonnik pokarmowy: 26.94 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 2pl. 35g, Salata mix 35g,	Krupnik jaglany 300g (<i>SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Brokuły got. z buł.tartą 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser topiony - plastry 2szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Ogórek kons. 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2316.96 kcal; Białko ogółem: 106.21 g; Tłuszcz: 78.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.31 g; Węglowodny przyswajalne: 279.89 g; suma cukrów prostych: 50.57 g; Sól: 10.19 g; Sód: 4073.44 mg; Błonnik pokarmowy: 31.60 g;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 2pl. 35g, Salata mix 35g,	Krupnik jaglany 300g (<i>SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2279.27 kcal; Białko ogółem: 99.29 g; Tłuszcz: 63.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.26 g; Węglowodny przyswajalne: 312.37 g; suma cukrów prostych: 57.58 g; Sól: 8.56 g; Sód: 3422.41 mg; Błonnik pokarmowy: 27.22 g;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 2pl. 35g, Salata mix 35g, Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>),	Krupnik jaglany 300g (<i>SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2279.27 kcal; Białko ogółem: 99.29 g; Tłuszcz: 63.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.26 g; Węglowodny przyswajalne: 312.37 g; suma cukrów prostych: 57.58 g; Sól: 8.56 g; Sód: 3422.41 mg; Błonnik pokarmowy: 27.22 g;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g, Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Szynka konserw. 2pl. 50g, Salata mix 35g,	Krupnik jaglany 300g (<i>SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzyn. bezml. 80g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2051.93 kcal; Białko ogółem: 68.10 g; Tłuszcz: 54.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.50 g; Węglowodny przyswajalne: 305.36 g; suma cukrów prostych: 45.40 g; Sól: 7.17 g; Sód: 2866.24 mg; Błonnik pokarmowy: 33.89 g;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 1 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 2pl. 35g, Salata mix 35g,	Krupnik jaglany 300g (<i>SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Brokuły got. z buł.tartą 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g, Szynka konserw. 2pl. 20g,		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt, Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2622.61 kcal; Białko ogółem: 124.31 g; Tłuszcz: 82.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.80 g; Węglowodny przyswajalne: 325.55 g; suma cukrów prostych: 67.12 g; Sól: 11.71 g; Sód: 4680.06 mg; Błonnik pokarmowy: 39.80 g;

sobota 2026-01-03 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 2pl. 35g, Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Salata mix 35g,	Krupnik jaglany 300g (<i>SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2240.57 kcal; Białko ogółem: 99.99 g; Tłuszcz: 64.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.33 g; Węglowodny przyswajalne: 298.32 g; suma cukrów prostych: 66.70 g; Sól: 8.78 g; Sód: 3511.31 mg; Błonnik pokarmowy: 34.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-01-03		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 2pl. 50g, Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Sałata mix 35g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Krupnik jaglany 300g (<i>SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 180g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 50g, Pomidor 120g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2586.66 kcal; Białko ogółem: 128.45 g; Tłuszcz: 73.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.44 g; Węglowodny przyswajalne: 338.47 g; suma cukrów prostych: 74.82 g; Sól: 10.50 g; Sód: 4198.30 mg; Błonnik pokarmowy: 31.75 g;

sobota 2026-01-03		Jadłospis dla diety: Papkowata
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Papka mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Sałata mix 35g,	Krupnik jaglany 300g (<i>SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 180g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2448.55 kcal; Białko ogółem: 111.45 g; Tłuszcz: 78.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.69 g; Węglowodny przyswajalne: 312.63 g; suma cukrów prostych: 66.58 g; Sól: 6.42 g; Sód: 2564.83 mg; Błonnik pokarmowy: 25.88 g;

sobota 2026-01-03		Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza
Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Płynna odżywcza mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Mus owocowy 1szt,	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),
		Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.48 kcal; Białko ogółem: 130.71 g; Tłuszcz: 125.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 69.48 g; Węglowodny przyswajalne: 210.39 g; suma cukrów prostych: 60.97 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1243.69 mg; Błonnik pokarmowy: 18.95 g;

sobota 2026-01-03		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 2pl. 35g, Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Sałata mix 35g,	Krupnik jaglany 300g (<i>SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2328.87 kcal; Białko ogółem: 99.61 g; Tłuszcz: 63.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.29 g; Węglowodny przyswajalne: 323.39 g; suma cukrów prostych: 58.26 g; Sól: 8.65 g; Sód: 3457.61 mg; Błonnik pokarmowy: 28.96 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek Capresi 1szt (MLE), Schab na kartki 2 pl. 50g, Pomidor 120g	Zupa ryżowa 300g (SEL), Kotlet mielony wieprz. smaż. 1szt. 110g (GLU, JAJ), Ziemniaki got. 250g, Kalafor got. z bul. tartą 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser żółty 1 pl. 1szt (MLE), Galantyna drob. 2 pl. 40g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2234.84 kcal; Białko ogółem: 86.49 g; Tłuszcz: 89.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.94 g; Węglowodny przyswajalne: 254.48 g; suma cukrów prostych: 42.03 g; Sól: 6.21 g; Sód: 2476.01 mg; Błonnik pokarmowy: 31.24 g;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab na kartki 2 pl. 50g, Serek Tartare mini 1szt, Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynekowa firm. 2 pl. 35g, Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2143.99 kcal; Białko ogółem: 104.38 g; Tłuszcz: 69.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.14 g; Węglowodny przyswajalne: 273.24 g; suma cukrów prostych: 61.10 g; Sól: 9.65 g; Sód: 3852.52 mg; Błonnik pokarmowy: 29.50 g;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab na kartki 2 pl. 50g, Serek Tartare mini 1szt, Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynekowa firm. 2 pl. 35g, Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2143.99 kcal; Białko ogółem: 104.38 g; Tłuszcz: 69.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.14 g; Węglowodny przyswajalne: 273.24 g; suma cukrów prostych: 61.10 g; Sól: 9.65 g; Sód: 3852.52 mg; Błonnik pokarmowy: 29.50 g;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Margaryna 20g, Schab na kartki 2 pl. 50g, Pomidor 120g, Herbata 200g, Zupa warzywna 300g (SEL),	Zupa ryżowa 300g (SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynekowa firm. 2 pl. 35g, Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2066.24 kcal; Białko ogółem: 93.83 g; Tłuszcz: 63.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.52 g; Węglowodny przyswajalne: 275.97 g; suma cukrów prostych: 51.25 g; Sól: 9.57 g; Sód: 3820.94 mg; Błonnik pokarmowy: 34.16 g;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek Capresi 1szt (MLE), Schab na kartki 2 pl. 50g, Pomidor 120g	Zupa ryżowa 300g (SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 1 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser żółty 1 pl. 1szt (MLE), Galantyna drob. 2 pl. 40g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Chleb zwykły 2 kr. 40g (GLU), Margaryna 10g, Schab na kartki 2 pl. 20g, Mleko 200g (MLE),	Posiłek nocny: Zupa ml. z pl. ows.-kol 200g (GLU, MLE), Kiwi 1szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2402.88 kcal; Białko ogółem: 109.18 g; Tłuszcz: 82.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.25 g; Węglowodny przyswajalne: 286.03 g; suma cukrów prostych: 75.91 g; Sól: 7.21 g; Sód: 2875.18 mg; Błonnik pokarmowy: 39.07 g;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab na kartki 2 pl. 50g, Serek Tartare mini 1szt, Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynekowa firm. 2 pl. 35g, Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2172.79 kcal; Białko ogółem: 104.54 g; Tłuszcz: 70.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.19 g; Węglowodny przyswajalne: 276.82 g; suma cukrów prostych: 61.94 g; Sól: 9.87 g; Sód: 3940.52 mg; Błonnik pokarmowy: 34.60 g;

niedziela 2026-01-04 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab na kartki 2 pl. 60g, Serek Tartare mini 1szt, Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Zupa ryżowa 300g (SEL), Schab mielony z jarzynami 360g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2519.87 kcal; Białko ogółem: 137.01 g; Tłuszcz: 78.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 60.45 g; Węglowodny przyswajalny: 312.88 g; suma cukrów prostych: 75.74 g; Sól: 10.64 g; Sód: 4244.78 mg; Błonnik pokarmowy: 36.40 g;

niedziela 2026-01-04		Jadłospis dla diety: Papkowata
Papka mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE),	Zupa ryżowa 300g (SEL), Schab mielony z jarzynami 360g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Papka kolacja 500g, Pomidor 120g, Jabłko 1 szt. 1Por,
		Posiłek nocny: Zupa ml. z pł. ows.- kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2171.71 kcal; Białko ogółem: 114.37 g; Tłuszcz: 78.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.29 g; Węglowodny przyswajalny: 237.38 g; suma cukrów prostych: 102.43 g; Sól: 3.83 g; Sód: 1520.63 mg; Błonnik pokarmowy: 33.88 g;

niedziela 2026-01-04		Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza
Płynna odżywcza mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 120g, Mus owocowy 1szt,	Płynna odżywcza ze schabem got. 500g (GLU, MLE, SEL),	Płynna odżywcza ze schabem got. 500g (GLU, MLE, SEL),
		Posiłek nocny: Zupa ml. z pł. ows.- kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2317.96 kcal; Białko ogółem: 129.38 g; Tłuszcz: 102.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.88 g; Węglowodny przyswajalny: 210.61 g; suma cukrów prostych: 53.68 g; Sól: 2.34 g; Sód: 932.44 mg; Błonnik pokarmowy: 19.97 g;

niedziela 2026-01-04		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab na kartki 2 pl. 50g, Serek Tartare mini 1szt, Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2143.99 kcal; Białko ogółem: 104.38 g; Tłuszcz: 69.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.14 g; Węglowodny przyswajalny: 273.24 g; suma cukrów prostych: 61.10 g; Sól: 9.65 g; Sód: 3852.52 mg; Błonnik pokarmowy: 29.50 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Majonez 1szt (JAJ, GOR),	Barszcz czerwony z ziem. 300g (GLU, MLE, SEL), Risotto drobiowo - wołowe got. 300g (SEL), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Surówka z ogórka kisz. 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Ser biały 70g (MLE), Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2447.31 kcal; Białko ogółem: 94.14 g; Tłuszcz: 82.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.63 g; Węglowodny przyswajalne: 315.23 g; suma cukrów prostych: 94.16 g; Sól: 9.26 g; Sód: 3694.72 mg; Błonnik pokarmowy: 34.56 g;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (GLU, MLE, SEL), Risotto drobiowo - wołowe got. 300g (SEL), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser biały 70g (MLE), Dżem 1szt, Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.48 kcal; Białko ogółem: 92.16 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.84 g; Węglowodny przyswajalne: 318.36 g; suma cukrów prostych: 101.91 g; Sól: 6.72 g; Sód: 2674.66 mg; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa dęb. 2 pl. 50g, Pomidor 120g, Miód 1szt,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (GLU, MLE, SEL), Risotto drobiowo - wołowe got. 300g (SEL), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser biały 70g (MLE), Dżem 1szt, Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2383.30 kcal; Białko ogółem: 89.54 g; Tłuszcz: 68.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.77 g; Węglowodny przyswajalne: 338.22 g; suma cukrów prostych: 102.41 g; Sól: 6.95 g; Sód: 2767.48 mg; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (SEL), Herbata 200g, Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Margaryna 20g, Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Barszcz czerwony z ziem. bml. 300g (GLU, SEL), Risotto drobiowo - wołowe got. 300g (SEL), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Margaryna 20g, Dżem 1szt, Indyk z pasieki 2 pl. 55g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2285.46 kcal; Białko ogółem: 72.01 g; Tłuszcz: 68.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.91 g; Węglowodny przyswajalne: 329.32 g; suma cukrów prostych: 89.02 g; Sól: 7.04 g; Sód: 2809.63 mg; Błonnik pokarmowy: 32.95 g;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 80g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (GLU, MLE, SEL), Risotto drobiowo - wołowe got. 300g (SEL), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Ser biały 70g (MLE), Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 2 kr. 40g (GLU), Margaryna 5g, Szynkowa dęb. 2 pl. 20g,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 1szt, Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2620.46 kcal; Białko ogółem: 114.49 g; Tłuszcz: 85.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.78 g; Węglowodny przyswajalne: 327.55 g; suma cukrów prostych: 84.25 g; Sól: 9.85 g; Sód: 3925.08 mg; Błonnik pokarmowy: 40.25 g;

poniedziałek 2026-01-05 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa dęb. 2 pl. 50g, Pomidor 120g, Miód 1szt,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (GLU, MLE, SEL), Risotto drobiowo - wołowe got. 300g (SEL), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser biały 70g (MLE), Dżem 1szt, Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2412.10 kcal; Białko ogółem: 89.70 g; Tłuszcz: 69.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.83 g; Węglowodny przyswajalne: 341.80 g; suma cukrów prostych: 103.25 g; Sól: 7.17 g; Sód: 2855.48 mg; Błonnik pokarmowy: 31.98 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-01-05		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szynkowa dęb. 2 pl. 50g, Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Barszcz czerwony z ziem. 300g (GLU, MLE, SEL), Risotto drobiowo - wołowe got. 600g (SEL), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser biały 100g (MLE), Indyk z pasieki 2 pl. 55g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2974.07 kcal; Białko ogółem: 127.14 g; Tłuszcz: 88.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.02 g; Węglowodny przyswajalne: 402.82 g; suma cukrów prostych: 115.13 g; Sól: 8.46 g; Sód: 3372.49 mg; Błonnik pokarmowy: 33.31 g;

poniedziałek 2026-01-05		Jadłospis dla diety: Papkowata
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Papka mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 120g,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (GLU, MLE, SEL), Risotto drobiowo - wołowe got. 600g (SEL), Brokuły got. 150g, Napój herbaciany 200g,	Ser biały 70g (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2739.50 kcal; Białko ogółem: 119.79 g; Tłuszcz: 82.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.93 g; Węglowodny przyswajalne: 363.43 g; suma cukrów prostych: 119.83 g; Sól: 5.05 g; Sód: 2008.09 mg; Błonnik pokarmowy: 32.97 g;

poniedziałek 2026-01-05		Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza
Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Płynna odżywcza mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (MLE), Mus owocowy 1szt,	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (GLU, MLE, SEL),	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (GLU, MLE, SEL),
		Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 300g (GLU, JAJ, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.48 kcal; Białko ogółem: 130.71 g; Tłuszcz: 125.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 69.48 g; Węglowodny przyswajalne: 210.39 g; suma cukrów prostych: 60.97 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1243.69 mg; Błonnik pokarmowy: 18.95 g;

poniedziałek 2026-01-05		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (GLU, MLE, SEL), Risotto drobiowo - wołowe got. 300g (SEL), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser biały 70g (MLE), Dżem 1szt, Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2397.08 kcal; Białko ogółem: 92.48 g; Tłuszcz: 72.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.88 g; Węglowodny przyswajalne: 329.38 g; suma cukrów prostych: 102.59 g; Sól: 6.81 g; Sód: 2709.86 mg; Błonnik pokarmowy: 28.62 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser żółty 2 pl. 2szt (<i>MLE</i>), Szynka na kartki 45g , Pomidor 120g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kotlet schabowy panier.smaż. 1 szt. 120g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemiaki got. 250g , Kapusta kiszona got. 200g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Deliser 2szt (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Ogórek zielony 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2544.03 kcal; Białko ogółem: 102.89 g; Tłuszcz: 103.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.45 g; Węglowodny przyswajalne: 283.64 g; suma cukrów prostych: 53.84 g; Sól: 8.94 g; Sód: 3361.60 mg; Błonnik pokarmowy: 32.50 g;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka na kartki 45g , Pomidor 120g , Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemiaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Schab Benedykta 2 pl. 35g (<i>GOR</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.85 kcal; Białko ogółem: 123.25 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.47 g; Węglowodny przyswajalne: 284.05 g; suma cukrów prostych: 58.97 g; Sól: 6.34 g; Sód: 2528.06 mg; Błonnik pokarmowy: 26.74 g;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka na kartki 45g , Pomidor 120g , Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemiaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab Benedykta 2 pl. 35g (<i>GOR</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.85 kcal; Białko ogółem: 123.25 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.47 g; Węglowodny przyswajalne: 284.05 g; suma cukrów prostych: 58.97 g; Sól: 6.34 g; Sód: 2528.06 mg; Błonnik pokarmowy: 26.74 g;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g , Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g , Szynka na kartki 45g , Pomidor 120g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. bezml. 80g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemiaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g , Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Schab Benedykta 2 pl. 35g (<i>GOR</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2170.19 kcal; Białko ogółem: 93.15 g; Tłuszcz: 68.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.50 g; Węglowodny przyswajalne: 278.10 g; suma cukrów prostych: 51.19 g; Sól: 6.25 g; Sód: 2492.08 mg; Błonnik pokarmowy: 33.65 g;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser żółty 2 pl. 2szt (<i>MLE</i>), Szynka na kartki 45g , Pomidor 120g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemiaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Deliser 2szt (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Ogórek zielony 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Mleko 200g (<i>MLE</i>), Margaryna 5g , Szynka na kartki 20g ,		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por , Zupa ml. z pl. ows.-kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2752.47 kcal; Białko ogółem: 128.26 g; Tłuszcz: 104.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.40 g; Węglowodny przyswajalne: 305.27 g; suma cukrów prostych: 87.31 g; Sól: 8.52 g; Sód: 3395.86 mg; Błonnik pokarmowy: 38.01 g;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka na kartki 45g , Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemiaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Schab Benedykta 2 pl. 35g (<i>GOR</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.30 kcal; Białko ogółem: 118.92 g; Tłuszcz: 80.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.24 g; Węglowodny przyswajalne: 270.38 g; suma cukrów prostych: 63.46 g; Sól: 6.53 g; Sód: 2602.41 mg; Błonnik pokarmowy: 37.31 g;

wtorek 2026-01-06 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szyńka na kartki 70g , Pomidor 120g , Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 380g , Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g , Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 50g , Schab Benedykta 2 pl. 50g (<i>GOR</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2814.13 kcal; Białko ogółem: 163.91 g; Tłuszcz: 101.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.98 g; Węglowodny przyswajalne: 297.00 g; suma cukrów prostych: 70.96 g; Sól: 7.61 g; Sód: 3035.45 mg; Błonnik pokarmowy: 29.31 g;

wtorek 2026-01-06		Jadłospis dla diety: Papkowata
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Papka mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 380g , Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Papka kolacja 500g , Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2434.30 kcal; Białko ogółem: 125.33 g; Tłuszcz: 103.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.80 g; Węglowodny przyswajalne: 241.54 g; suma cukrów prostych: 92.71 g; Sól: 3.82 g; Sód: 1519.48 mg; Błonnik pokarmowy: 25.41 g;

wtorek 2026-01-06		Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza
Płynna odżywcza mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g , Mus owocowy 1szt ,	Płynna odżywcza z udem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	
		Posiłek nocny: Płynna odżywcza z udem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Zupa ml. z pł. ows.- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2745.04 kcal; Białko ogółem: 146.69 g; Tłuszcz: 141.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 66.50 g; Węglowodny przyswajalne: 210.61 g; suma cukrów prostych: 53.68 g; Sól: 2.99 g; Sód: 1190.64 mg; Błonnik pokarmowy: 19.97 g;

wtorek 2026-01-06		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szyńka na kartki 45g , Pomidor 120g , Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Schab Benedykta 2 pl. 35g (<i>GOR</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2474.45 kcal; Białko ogółem: 123.57 g; Tłuszcz: 83.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.50 g; Węglowodny przyswajalne: 295.07 g; suma cukrów prostych: 59.65 g; Sól: 6.43 g; Sód: 2563.26 mg; Błonnik pokarmowy: 28.48 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek do chleba 1szt (MLE), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Zupa ogórkowa z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Karkówka pieczona 1 por. 65g, Sos pieczen. 80g (GLU), Kasza jęczmienna got. 140g (GLU), Surówka z buraczka z cebulką 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Pastella 1szt (JAJ, RYB, SEL, GOR), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Ogórek kons. 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2880.66 kcal; Białko ogółem: 81.64 g; Tłuszcz: 139.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.58 g; Węglowodny przyswajalne: 297.56 g; suma cukrów prostych: 36.93 g; Sól: 11.20 g; Sód: 3727.14 mg; Błonnik pokarmowy: 24.10 g;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel. zielonogórska 2 pl. 50g, Dżem 1szt, Pomidor 120g,	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.63 kcal; Białko ogółem: 96.14 g; Tłuszcz: 71.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.93 g; Węglowodny przyswajalne: 309.26 g; suma cukrów prostych: 71.30 g; Sól: 6.84 g; Sód: 2732.80 mg; Błonnik pokarmowy: 26.45 g;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel. zielonogórska 2 pl. 50g, Dżem 1szt, Pomidor 120g,	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.63 kcal; Białko ogółem: 96.14 g; Tłuszcz: 71.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.93 g; Węglowodny przyswajalne: 309.26 g; suma cukrów prostych: 71.30 g; Sól: 6.84 g; Sód: 2732.80 mg; Błonnik pokarmowy: 26.45 g;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Margaryna 20g, Kiel. zielonogórska 2 pl. 50g, Pomidor 120g, Herbata 200g, Zupa warzywna 300g (SEL),	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2121.37 kcal; Białko ogółem: 75.82 g; Tłuszcz: 66.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.26 g; Węglowodny przyswajalne: 287.52 g; suma cukrów prostych: 62.09 g; Sól: 6.89 g; Sód: 2753.42 mg; Błonnik pokarmowy: 33.28 g;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek do chleba 1szt (MLE), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Surówka z buraczka z cebulką 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 1 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser biały 70g (MLE), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Chleb zwykły 2 kr. 40g (GLU), Margaryna 10g, Kiel. zielonogórska 2 pl. 20g, Mleko 200g (MLE),	Posiłek nocny: Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (GLU, MLE), Pomarańcza - pół 1Por,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2855.43 kcal; Białko ogółem: 115.92 g; Tłuszcz: 110.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.84 g; Węglowodny przyswajalne: 318.85 g; suma cukrów prostych: 79.78 g; Sól: 9.93 g; Sód: 3370.14 mg; Błonnik pokarmowy: 35.52 g;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel. zielonogórska 2 pl. 50g, Dżem 1szt, Pomidor 120g,	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.43 kcal; Białko ogółem: 96.30 g; Tłuszcz: 71.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.99 g; Węglowodny przyswajalne: 312.84 g; suma cukrów prostych: 72.14 g; Sól: 7.06 g; Sód: 2820.80 mg; Błonnik pokarmowy: 31.55 g;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel. zielonogórska 2 pl. 50g, Dżem 1szt, Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Gulasz drob. got. z konc. pom. 400g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser biały 70g (MLE), Szynekówka firm. 2 pl. 50g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2748.43 kcal; Białko ogółem: 123.34 g; Tłuszcz: 84.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.62 g; Węglowodny przyswajalne: 357.61 g; suma cukrów prostych: 87.21 g; Sól: 8.52 g; Sód: 3405.19 mg; Błonnik pokarmowy: 32.87 g;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Papkowata		
Papka mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE),	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Gulasz drob. got. z konc. pom. 400g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Papka kolacja 500g, Pomidor 120g, Jabłko 1 szt. 1Por,
		Posiłek nocny: Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2199.21 kcal; Białko ogółem: 108.10 g; Tłuszcz: 79.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.91 g; Węglowodny przyswajalne: 250.06 g; suma cukrów prostych: 98.87 g; Sól: 4.54 g; Sód: 1812.64 mg; Błonnik pokarmowy: 28.61 g;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Płynna odżywcza mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 120g, Mus owocowy 1szt,	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (GLU, MLE, SEL),	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (GLU, MLE, SEL),
		Posiłek nocny: Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2282.96 kcal; Białko ogółem: 120.61 g; Tłuszcz: 102.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.62 g; Węglowodny przyswajalne: 210.86 g; suma cukrów prostych: 53.63 g; Sól: 2.76 g; Sód: 1101.04 mg; Błonnik pokarmowy: 19.72 g;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel. zielonogórska 2 pl. 50g, Dżem 1szt, Pomidor 120g,	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynekówka firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.63 kcal; Białko ogółem: 96.14 g; Tłuszcz: 71.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.93 g; Węglowodny przyswajalne: 309.26 g; suma cukrów prostych: 71.30 g; Sól: 6.84 g; Sód: 2732.80 mg; Błonnik pokarmowy: 26.45 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serdelek 1szt, Keczup 1szt, Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Mandarynka 1szt,	Rosół z makaronem 300g (<i>GLU, SEL</i>), Udo pieczone 190g, ziemniaki got. 250g, Bukiet warzyw got. z buł. tartą 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Pasztet drob. 1szt (<i>GLU, SOJ</i>), Kiełb.szynk.wędzona 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2727.14 kcal; Białko ogółem: 105.52 g; Tłuszcz: 131.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.64 g; Węglowodny przyswajalne: 265.66 g; suma cukrów prostych: 58.06 g; Sól: 9.81 g; Sód: 3853.17 mg; Błonnik pokarmowy: 34.17 g;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 50g, Pomidor 120g, Miód 1szt, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Udo gotowane 190g, Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiełb.szynk.wędzona 2 pl. 50g, Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2373.85 kcal; Białko ogółem: 92.73 g; Tłuszcz: 78.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.35 g; Węglowodny przyswajalne: 311.10 g; suma cukrów prostych: 83.22 g; Sól: 7.20 g; Sód: 2869.88 mg; Błonnik pokarmowy: 30.98 g;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 50g, Pomidor 120g, Miód 1szt, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Udo gotowane 190g, Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Kiełb.szynk.wędzona 2 pl. 50g, Pomidor 120g, Herbata 200g, Dżem 1szt,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2373.85 kcal; Białko ogółem: 92.73 g; Tłuszcz: 78.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.35 g; Węglowodny przyswajalne: 311.10 g; suma cukrów prostych: 83.22 g; Sól: 7.20 g; Sód: 2869.88 mg; Błonnik pokarmowy: 30.98 g;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g, Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Kiel.krak.parzona 2 pl. 50g, Pomidor 120g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Udo gotowane 190g, Sos jarzyn. bezml. 80g (<i>GLU, SEL</i>), ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Kiełb.szynk.wędzona 2 pl. 50g, Pomidor 120g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2206.04 kcal; Białko ogółem: 76.72 g; Tłuszcz: 73.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.89 g; Węglowodny przyswajalne: 290.80 g; suma cukrów prostych: 65.10 g; Sól: 7.03 g; Sód: 2802.15 mg; Błonnik pokarmowy: 35.57 g;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 50g, Pomidor 120g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Udo gotowane 190g, Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ziemniaki got. 250g, Bukiet warzyw got. z buł. tartą 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiełb.szynk.wędzona 2 pl. 50g, Pomidor 120g, Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Mleko 200g (<i>MLE</i>), Margaryna 5g, Kiel.krak.parzona 2 pl. 20g,		Posiłek nocny: Kiwi 1szt, Zupa ml. z pl. ows.-kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2730.68 kcal; Białko ogółem: 117.86 g; Tłuszcz: 98.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.19 g; Węglowodny przyswajalne: 324.07 g; suma cukrów prostych: 84.86 g; Sól: 10.34 g; Sód: 4124.67 mg; Błonnik pokarmowy: 44.18 g;

czwartek 2026-01-08 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 50g, Miód 1szt, Pomidor 120g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Udo gotowane 190g, Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiełb.szynk.wędzona 2 pl. 50g, Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2381.85 kcal; Białko ogółem: 92.73 g; Tłuszcz: 79.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.42 g; Węglowodny przyswajalne: 307.24 g; suma cukrów prostych: 84.22 g; Sól: 7.55 g; Sód: 3010.68 mg; Błonnik pokarmowy: 39.44 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-01-08			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 50g, Pomidor 120g, Miód 1szt, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 1szt,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Udo gotowane 380g, Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g, Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb.szynk.wędzona 2 pl. 50g, Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Dżem 1szt, Herbata 200g,			
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2759.17 kcal; Białko ogółem: 124.09 g; Tłuszcz: 98.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.10 g; Węglowodny przyswajalne: 333.62 g; suma cukrów prostych: 91.47 g; Sól: 7.76 g; Sód: 3094.92 mg; Błonnik pokarmowy: 31.43 g;

czwartek 2026-01-08			Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Papka mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Udo gotowane 380g, Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna got. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Papka kolacja 500g, Pomidor 120g, Herbata 200g,			
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2284.13 kcal; Białko ogółem: 117.35 g; Tłuszcz: 98.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.15 g; Węglowodny przyswajalne: 220.90 g; suma cukrów prostych: 86.89 g; Sól: 3.62 g; Sód: 1438.16 mg; Błonnik pokarmowy: 26.99 g;

czwartek 2026-01-08			Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Płynna odżywcza mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Mus owocowy 1szt,	Płynna odżywcza z udem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),				
			Posiłek nocny: Płynna odżywcza z udem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Zupa ml. z pł. ows.- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2745.04 kcal; Białko ogółem: 146.69 g; Tłuszcz: 141.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 66.50 g; Węglowodny przyswajalne: 210.61 g; suma cukrów prostych: 53.68 g; Sól: 2.99 g; Sód: 1190.64 mg; Błonnik pokarmowy: 19.97 g;

czwartek 2026-01-08			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 50g, Pomidor 120g, Miód 1szt, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Udo gotowane 190g, Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb.szynk.wędzona 2 pl. 50g, Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g, Dżem 1szt,			
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2423.45 kcal; Białko ogółem: 93.05 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.39 g; Węglowodny przyswajalne: 322.12 g; suma cukrów prostych: 83.90 g; Sól: 7.29 g; Sód: 2905.08 mg; Błonnik pokarmowy: 32.72 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Filet rybny smaż. panier. 1 por. 120g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g, Surówka z białej kap. z por. 150g (<i>JAJ, GOR</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2563.77 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 90.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.37 g; Węglowodny przyswajalne: 318.79 g; suma cukrów prostych: 66.47 g; Sól: 7.13 g; Sód: 2369.05 mg; Błonnik pokarmowy: 32.00 g;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pierogi leniwe got. 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.19 kcal; Białko ogółem: 91.24 g; Tłuszcz: 72.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.09 g; Węglowodny przyswajalne: 324.91 g; suma cukrów prostych: 81.28 g; Sól: 4.98 g; Sód: 1990.59 mg; Błonnik pokarmowy: 27.20 g;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka na kartki 60g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pierogi leniwe got. 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2329.45 kcal; Białko ogółem: 89.07 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.10 g; Węglowodny przyswajalne: 324.79 g; suma cukrów prostych: 81.42 g; Sól: 5.15 g; Sód: 2059.98 mg; Błonnik pokarmowy: 27.20 g;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g, Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Filet rybny got. z warz. 1 por. 120g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Surówka z białej kap. z por. 150g (<i>JAJ, GOR</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Szynkowa dęb. 2 pl. 50g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2127.05 kcal; Białko ogółem: 76.99 g; Tłuszcz: 59.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.79 g; Węglowodny przyswajalne: 302.97 g; suma cukrów prostych: 55.18 g; Sól: 7.08 g; Sód: 2350.00 mg; Błonnik pokarmowy: 31.22 g;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 1 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Filet rybny got. z warz. 1 por. 120g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Surówka z białej kap. z por. 150g (<i>JAJ, GOR</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 10g, Szynka na kartki 20g,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2558.02 kcal; Białko ogółem: 122.55 g; Tłuszcz: 84.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.05 g; Węglowodny przyswajalne: 310.41 g; suma cukrów prostych: 56.51 g; Sól: 8.43 g; Sód: 2888.94 mg; Błonnik pokarmowy: 35.29 g;

piątek 2026-01-09 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka na kartki 60g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pierogi leniwe got. 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2358.25 kcal; Białko ogółem: 89.23 g; Tłuszcz: 69.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.15 g; Węglowodny przyswajalne: 328.37 g; suma cukrów prostych: 82.26 g; Sól: 5.38 g; Sód: 2147.98 mg; Błonnik pokarmowy: 32.30 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-01-09		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szynka na kartki 60g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g, Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Pierogi leniwe got. 600g (GLU, JAJ, MLE), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser biały 100g (MLE), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3132.25 kcal; Białko ogółem: 125.46 g; Tłuszcz: 97.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.48 g; Węglowodny przyswajalne: 424.86 g; suma cukrów prostych: 93.63 g; Sól: 5.56 g; Sód: 2223.01 mg; Błonnik pokarmowy: 31.25 g;

piątek 2026-01-09		
Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Papka mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 120g,	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Filet z kurczaka got. 1 por. 120g, Ziemniaki puree 250g (MLE), Włoszczyzna got. 300g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Papka kolacja 500g, Herbata 200g, Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (MLE),
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.59 kcal; Białko ogółem: 134.60 g; Tłuszcz: 80.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.69 g; Węglowodny przyswajalne: 267.07 g; suma cukrów prostych: 113.89 g; Sól: 3.61 g; Sód: 1439.64 mg; Błonnik pokarmowy: 29.13 g;

piątek 2026-01-09		
Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Płynna odżywcza mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 120g, Mus owocowy 1szt,	Płynna odżywcza z filetem z kurczaka got. 500g (GLU, MLE, SEL),	Płynna odżywcza z filetem z kurczaka got. 500g (GLU, MLE, SEL),
		Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 300g (GLU, JAJ, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2526.28 kcal; Białko ogółem: 148.35 g; Tłuszcz: 117.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 66.50 g; Węglowodny przyswajalne: 210.39 g; suma cukrów prostych: 60.97 g; Sól: 2.75 g; Sód: 1096.09 mg; Błonnik pokarmowy: 18.95 g;

piątek 2026-01-09		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szynka na kartki 45g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Pierogi leniwe got. 300g (GLU, JAJ, MLE), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.79 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz: 72.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.13 g; Węglowodny przyswajalne: 335.93 g; suma cukrów prostych: 81.96 g; Sól: 5.07 g; Sód: 2025.79 mg; Błonnik pokarmowy: 28.94 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek wiejski 1szt (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Salata mix 35g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (GLU, MLE, SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko got. 160g, Surówka z czerw. kapusty 150g (JAJ, GOR), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Paprykarz szczeciński 1szt (GLU, SKR, RYB, SEL), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2663.43 kcal; Białko ogółem: 115.09 g; Tłuszcz: 95.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.14 g; Węglowodny przyswajalne: 317.19 g; suma cukrów prostych: 52.98 g; Sól: 12.90 g; Sód: 4679.38 mg; Błonnik pokarmowy: 28.16 g;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek wiejski 1szt (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Salata mix 35g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (GLU, MLE, SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko got. 160g, Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Pomidor 120g, Ser biały 70g (MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2472.06 kcal; Białko ogółem: 118.31 g; Tłuszcz: 77.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.70 g; Węglowodny przyswajalne: 311.65 g; suma cukrów prostych: 67.98 g; Sól: 8.22 g; Sód: 3284.62 mg; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Salata mix 35g, Serek wiejski 1szt (MLE),	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (GLU, MLE, SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko got. 160g, Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Pomidor 120g, Ser biały 70g (MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2472.06 kcal; Białko ogółem: 118.31 g; Tłuszcz: 77.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.70 g; Węglowodny przyswajalne: 311.65 g; suma cukrów prostych: 67.98 g; Sól: 8.22 g; Sód: 3284.62 mg; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (SEL), Herbata 200g, Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Margaryna 20g, Kiel.krak.parzona 2 pl. 50g, Salata mix 35g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. bezml. 300g (GLU, SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Sos pomid. b.ml 80g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko got. 160g, Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Margaryna 20g, Indyk z pasieki 2 pl. 55g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2226.15 kcal; Białko ogółem: 74.98 g; Tłuszcz: 62.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.10 g; Węglowodny przyswajalne: 322.28 g; suma cukrów prostych: 45.58 g; Sól: 6.85 g; Sód: 2739.95 mg; Błonnik pokarmowy: 35.20 g;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 80g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek wiejski 1szt (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Salata mix 35g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (GLU, MLE, SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko got. 160g, Surówka z czerw. kapusty 150g (JAJ, GOR), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Ser biały 70g (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 2 kr. 40g (GLU), Margaryna 5g, Kiel.krak.parzona 2 pl. 20g,		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por, Zupa ml. z pl. ows.- kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2946.80 kcal; Białko ogółem: 136.20 g; Tłuszcz: 98.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.90 g; Węglowodny przyswajalne: 357.87 g; suma cukrów prostych: 75.86 g; Sól: 10.64 g; Sód: 3774.37 mg; Błonnik pokarmowy: 34.64 g;

sobota 2026-01-10 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Serek wiejski 1szt (MLE), Salata mix 35g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (GLU, MLE, SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko got. 160g, Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Pomidor 120g, Ser biały 70g (MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2500.86 kcal; Białko ogółem: 118.47 g; Tłuszcz: 77.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.75 g; Węglowodny przyswajalne: 315.23 g; suma cukrów prostych: 68.82 g; Sól: 8.44 g; Sód: 3372.62 mg; Błonnik pokarmowy: 33.61 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-01-10			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 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 50g , Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Sałata mix 35g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drob. got. 1 szt. 160g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomid. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ryż biały na sypko got. 160g , Włoszczyna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Indyk z pasieki 2 pl. 40g , Pomidor 120g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,			
			Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2831.43 kcal; Białko ogółem: 144.11 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.61 g; Węglowodny przyswajalne: 354.91 g; suma cukrów prostych: 76.94 g; Sól: 9.70 g; Sód: 3878.81 mg; Błonnik pokarmowy: 31.33 g;

sobota 2026-01-10			Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Papka mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Sałata mix 35g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drob. got. 1 szt. 160g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż biały na sypko got. 160g , Włoszczyna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Indyk z pasieki 2 pl. 40g , Pomidor 120g , Herbata 200g ,			
			Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2554.54 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 85.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.16 g; Węglowodny przyswajalne: 317.02 g; suma cukrów prostych: 81.96 g; Sól: 6.15 g; Sód: 2458.25 mg; Błonnik pokarmowy: 26.95 g;

sobota 2026-01-10			Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Płynna odżywcza mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Pomidor 120g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Mus owocowy 1szt ,	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),			
			Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.48 kcal; Białko ogółem: 130.71 g; Tłuszcz: 125.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 69.48 g; Węglowodny przyswajalne: 210.39 g; suma cukrów prostych: 60.97 g; Sól: 3.12 g; Sód: 1243.69 mg; Błonnik pokarmowy: 18.95 g;

sobota 2026-01-10			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Sałata mix 35g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomid. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ryż biały na sypko got. 160g , Włoszczyna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Indyk z pasieki 2 pl. 40g , Pomidor 120g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,			
			Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2521.66 kcal; Białko ogółem: 118.63 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.73 g; Węglowodny przyswajalne: 322.67 g; suma cukrów prostych: 68.66 g; Sól: 8.30 g; Sód: 3319.82 mg; Błonnik pokarmowy: 30.25 g;

Dietetyk

.....