

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-02-11 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>), Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Pomidor 120g ,	Zupa ogórkowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kotlet z piersi kur. panier. smaż. 1 por 120g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g , Fasolka szparag. 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>), Deliser 2szt (<i>MLE</i>), Szyunka konserw. 2pl. 35g , Rzodkiewka 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2598.34 kcal; Białko ogółem: 116.54 g; Tłuszcz: 102.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.89 g; Węglowodny przyswajalne: 286.79 g; suma cukrów prostych: 52.99 g; Sól: 9.89 g; Sód: 3885.95 mg; Błonnik pokarmowy: 32.91 g;

środa 2026-02-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g ,	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 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>), Szyunka konserw. 3 pl. 50g , Pomidor 120g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2233.39 kcal; Białko ogółem: 120.24 g; Tłuszcz: 68.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.00 g; Węglowodny przyswajalne: 269.63 g; suma cukrów prostych: 68.37 g; Sól: 8.66 g; Sód: 3460.69 mg; Błonnik pokarmowy: 28.59 g;

środa 2026-02-11 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 pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Pomidor 120g , Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>),	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki 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>), Szyunka konserw. 3 pl. 50g , Pomidor 120g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2233.39 kcal; Białko ogółem: 120.24 g; Tłuszcz: 68.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.00 g; Węglowodny przyswajalne: 269.63 g; suma cukrów prostych: 68.37 g; Sól: 8.66 g; Sód: 3460.69 mg; Błonnik pokarmowy: 28.59 g;

środa 2026-02-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g , Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g , Kiel.krak.parzona 3 pl. 50g , Pomidor 120g ,	Zupa bezmleczna 300g (<i>SEL</i>), Gulasz drob. got. z konc.pom. bml. 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g , Szyunka konserw. 3 pl. 50g , Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1790.50 kcal; Białko ogółem: 67.99 g; Tłuszcz: 49.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.95 g; Węglowodny przyswajalne: 249.79 g; suma cukrów prostych: 40.49 g; Sól: 6.86 g; Sód: 2742.20 mg; Błonnik pokarmowy: 35.00 g;

środa 2026-02-11 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 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Pomidor 120g ,	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Fasolka szparag. got. z buł. tartą 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Deliser 2szt (<i>MLE</i>), Szyunka konserw. 2pl. 35g , Rzodkiewka 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Mleko 200g (<i>MLE</i>), Margaryna 5g , Kiel.krak.parzona 1 pl. 15g ,		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Zupa ml. z pl. ows.- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2760.62 kcal; Białko ogółem: 129.07 g; Tłuszcz: 94.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.94 g; Węglowodny przyswajalne: 327.70 g; suma cukrów prostych: 82.13 g; Sól: 9.66 g; Sód: 3859.45 mg; Błonnik pokarmowy: 41.32 g;

środa 2026-02-11 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 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g ,	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szyunka konserw. 3 pl. 50g , Pomidor 120g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2290.99 kcal; Białko ogółem: 120.56 g; Tłuszcz: 69.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.11 g; Węglowodny przyswajalne: 276.79 g; suma cukrów prostych: 70.05 g; Sól: 9.10 g; Sód: 3636.69 mg; Błonnik pokarmowy: 38.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-02-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.krak.parzona 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Serek wiejski 1szt (MLE), Jogurt owocowy 1szt (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,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szyunka konserw. 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Ser biały 100g (MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2643.57 kcal; Białko ogółem: 152.80 g; Tłuszcz: 82.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.82 g; Węglowodny przyswajalne: 307.84 g; suma cukrów prostych: 84.39 g; Sól: 10.08 g; Sód: 4030.90 mg; Błonnik pokarmowy: 33.26 g;

środa 2026-02-11 Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Papka mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Gulasz drob. got. z konc. pom. 400g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna got. 300g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g, Filet z kurczaka got. 1 por. 60g,	Papka kolacja 500g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2334.84 kcal; Białko ogółem: 133.61 g; Tłuszcz: 83.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.96 g; Węglowodny przyswajalne: 246.93 g; suma cukrów prostych: 96.05 g; Sól: 5.08 g; Sód: 2027.68 mg; Błonnik pokarmowy: 33.01 g;

środa 2026-02-11 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),	
		Posiłek nocny: Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (GLU, MLE, SEL), Zupa ml. z pł. ows.-kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2290.96 kcal; Białko ogółem: 120.44 g; Tłuszcz: 103.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.79 g; Węglowodny przyswajalne: 210.61 g; suma cukrów prostych: 53.68 g; Sól: 2.76 g; Sód: 1101.04 mg; Błonnik pokarmowy: 19.97 g;

środa 2026-02-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Serek wiejski 1szt (MLE),	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szyunka konserw. 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Herbata 200g, Ser biały 70g (MLE),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2233.39 kcal; Białko ogółem: 120.24 g; Tłuszcz: 68.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.00 g; Węglowodny przyswajalne: 269.63 g; suma cukrów prostych: 68.37 g; Sól: 8.66 g; Sód: 3460.69 mg; Błonnik pokarmowy: 28.59 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-02-12 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), Ser żółty 1 pl. 1szt (MLE), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, GOR), Roszponka 35g ,	Rosół z makaronem 300g (GLU, SEL), Udo pieczone 190g , Ziemniaki got. 250g , 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), Pastella 1szt (JAJ, RYB, SEL, GOR), Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Ogórek zielony 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2715.21 kcal; Białko ogółem: 92.38 g; Tłuszcz: 138.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.69 g; Węglowodny przyswajalne: 257.55 g; suma cukrów prostych: 37.05 g; Sól: 8.79 g; Sód: 2965.09 mg; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;

czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 120g , Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Roszponka 35g ,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2260.05 kcal; Białko ogółem: 114.49 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.73 g; Węglowodny przyswajalne: 268.66 g; suma cukrów prostych: 41.08 g; Sól: 9.72 g; Sód: 3878.02 mg; Błonnik pokarmowy: 24.44 g;

czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 120g , Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Roszponka 35g ,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Pomidor 120g , Herbata 200g , Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2260.05 kcal; Białko ogółem: 114.49 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.73 g; Węglowodny przyswajalne: 268.66 g; suma cukrów prostych: 41.08 g; Sól: 9.72 g; Sód: 3878.02 mg; Błonnik pokarmowy: 24.44 g;

czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (SEL), Herbata 200g , Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g , Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 120g , Roszponka 35g ,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. bezmł. 80g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g , Szynkówka firm. 3 pl. 50g , Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2175.35 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz: 78.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.20 g; Węglowodny przyswajalne: 263.38 g; suma cukrów prostych: 28.55 g; Sól: 7.44 g; Sód: 2968.11 mg; Błonnik pokarmowy: 29.04 g;

czwartek 2026-02-12 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 1 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser żółty 1 pl. 1szt (MLE), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 120g , Roszponka 35g ,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Udo gotowane 190g , Ziemniaki got. 250g , Surówka z czerw. kapusty 150g (JAJ, GOR), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Ogórek zielony 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Mleko 200g (MLE), Margaryna 5g , Szynkowa luks. 1 pl. 15g (GLU, SOJ, GOR),		Posiłek nocny: Jogurt nat.z pł.ows.i nas.słonecznika 1 szt. 110g (GLU, MLE), Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2715.84 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 107.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.77 g; Węglowodny przyswajalne: 291.96 g; suma cukrów prostych: 51.85 g; Sól: 10.12 g; Sód: 3558.27 mg; Błonnik pokarmowy: 31.22 g;

czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g , Roszponka 35g ,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Pomidor 120g , Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2250.15 kcal; Białko ogółem: 115.35 g; Tłuszcz: 81.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.85 g; Węglowodny przyswajalne: 258.19 g; suma cukrów prostych: 51.04 g; Sól: 10.16 g; Sód: 4054.92 mg; Błonnik pokarmowy: 36.35 g;

czwartek 2026-02-12			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Serek homog. owoc. 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Roszponka 35g,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Udo gotowane 380g, Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</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>), Szynkówka firm. 3 pl. 50g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,			
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2633.17 kcal; Białko ogółem: 150.31 g; Tłuszcz: 104.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 64.96 g; Węglowodny przyswajalne: 273.95 g; suma cukrów prostych: 57.90 g; Sól: 11.09 g; Sód: 4425.08 mg; Błonnik pokarmowy: 26.60 g;

czwartek 2026-02-12			Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Papka mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Roszponka 35g,	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: Mus owocowy 1szt,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2267.33 kcal; Białko ogółem: 115.65 g; Tłuszcz: 98.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.14 g; Węglowodny przyswajalne: 217.91 g; suma cukrów prostych: 67.91 g; Sól: 3.61 g; Sód: 1434.83 mg; Błonnik pokarmowy: 25.19 g;

czwartek 2026-02-12			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 kaszą manna- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2737.04 kcal; Białko ogółem: 146.87 g; Tłuszcz: 140.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 66.33 g; Węglowodny przyswajalne: 210.86 g; suma cukrów prostych: 53.63 g; Sól: 2.99 g; Sód: 1190.64 mg; Błonnik pokarmowy: 19.72 g;

czwartek 2026-02-12			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Serek homog. owoc. 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Roszponka 35g,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Udo gotowane 190g, Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,			
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2260.05 kcal; Białko ogółem: 114.49 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.73 g; Węglowodny przyswajalne: 268.66 g; suma cukrów prostych: 41.08 g; Sól: 9.72 g; Sód: 3878.02 mg; Błonnik pokarmowy: 24.44 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-02-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 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>), Schab na kartki 2 pl. 35g , Rukola 35g , Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g ,	Zupa z soczewicy 300g (<i>GLU, SEL</i>), Naleśniki z serem 2 szt. 200g (<i>GLU, JAJ, 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]: 2735.87 kcal; Białko ogółem: 117.92 g; Tłuszcz: 89.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.04 g; Węglowodny przyswajalne: 346.49 g; suma cukrów prostych: 113.58 g; Sól: 8.92 g; Sód: 3361.33 mg; Błonnik pokarmowy: 34.28 g;

piątek 2026-02-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g , Rukola 35g , Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g ,	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>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Dżem 1szt , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2464.12 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 72.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.88 g; Węglowodny przyswajalne: 335.74 g; suma cukrów prostych: 107.86 g; Sól: 5.06 g; Sód: 2022.92 mg; Błonnik pokarmowy: 22.07 g;

piątek 2026-02-13 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 pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 3 pl. 50g , Rukola 35g , Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g ,	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>), Kiel.krak.parzona 3 pl. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2420.21 kcal; Białko ogółem: 103.07 g; Tłuszcz: 68.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.82 g; Węglowodny przyswajalne: 335.62 g; suma cukrów prostych: 107.86 g; Sól: 5.15 g; Sód: 2059.79 mg; Błonnik pokarmowy: 22.07 g;

piątek 2026-02-13 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g , Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g , Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g , Rukola 35g , Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. bezml. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Filet rybny got. z warz. 1 por. 120g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Surówka z kapusty pekińskiej 150g (<i>JAJ, GOR</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g , Kiel.krak.parzona 3 pl. 50g , Dżem 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2016.12 kcal; Białko ogółem: 75.07 g; Tłuszcz: 54.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.67 g; Węglowodny przyswajalne: 290.70 g; suma cukrów prostych: 64.72 g; Sól: 7.05 g; Sód: 2216.15 mg; Błonnik pokarmowy: 27.40 g;

piątek 2026-02-13 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 razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g , Rukola 35g , Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet rybny got. z warz. 1 por. 120g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Surówka z kapusty pekińskiej 150g (<i>JAJ, GOR</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 10g , Schab na kartki 1 pl. 15g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 1szt , Zupa ml. z pł. ows.-kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2485.81 kcal; Białko ogółem: 118.90 g; Tłuszcz: 79.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.24 g; Węglowodny przyswajalne: 305.10 g; suma cukrów prostych: 61.07 g; Sól: 11.63 g; Sód: 4047.81 mg; Błonnik pokarmowy: 36.44 g;

piątek 2026-02-13 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. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 3 pl. 50g , Rukola 35g , Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g ,	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>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2498.61 kcal; Białko ogółem: 103.55 g; Tłuszcz: 69.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.91 g; Węglowodny przyswajalne: 350.22 g; suma cukrów prostych: 109.38 g; Sól: 5.46 g; Sód: 2182.99 mg; Błonnik pokarmowy: 28.91 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-02-13			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab na kartki 3 pl. 50g , Rukola 35g , Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g , 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>), Kiel.krak.parzona 3 pl. 50g , Dżem 1szt , Herbata 200g ,			
			Posiłek nocny: Banan 1szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3378.74 kcal; Białko ogółem: 157.31 g; Tłuszcz: 98.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.51 g; Węglowodny przyswajalne: 454.41 g; suma cukrów prostych: 136.74 g; Sól: 5.95 g; Sód: 2379.59 mg; Błonnik pokarmowy: 24.92 g;

piątek 2026-02-13			Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 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 , Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>),			
			Posiłek nocny: Banan 1szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2307.67 kcal; Białko ogółem: 136.19 g; Tłuszcz: 80.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.66 g; Węglowodny przyswajalne: 247.19 g; suma cukrów prostych: 108.89 g; Sól: 3.99 g; Sód: 1592.65 mg; Błonnik pokarmowy: 27.90 g;

piątek 2026-02-13			Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Kawa zboż. z mlekiem 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 filetem z kurczaka got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Płynna odżywcza z filetem z kurczaka got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),			
			Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),		

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 2026-02-13			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g , Rukola 35g , Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g ,	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>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt , Herbata 200g ,			
			Posiłek nocny: Banan 1szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2464.12 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 72.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.88 g; Węglowodny przyswajalne: 335.74 g; suma cukrów prostych: 107.86 g; Sól: 5.06 g; Sód: 2022.92 mg; Błonnik pokarmowy: 22.07 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-02-14 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), Ser topiony trójkąt 2szt (MLE), Kielbasa tyrolska 2 pl. 38g, Sałata mix 35g	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko got. 160g, Surówka z kiszzonej kapusty 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Paszтет drob. 1szt (GLU, SOJ), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Ogórek kons. 100g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2521.71 kcal; Białko ogółem: 88.00 g; Tłuszcz: 91.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.53 g; Węglowodny przyswajalne: 323.69 g; suma cukrów prostych: 43.94 g; Sól: 10.30 g; Sód: 4117.20 mg; Błonnik pokarmowy: 29.03 g;

sobota 2026-02-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Serek homog. nat. 1szt (MLE), Sałata mix 35g,	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko got. 160g, Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Jogurt naturalny 1szt (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2495.03 kcal; Białko ogółem: 112.11 g; Tłuszcz: 84.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.50 g; Węglowodny przyswajalne: 312.82 g; suma cukrów prostych: 43.08 g; Sól: 7.19 g; Sód: 2874.38 mg; Błonnik pokarmowy: 23.76 g;

sobota 2026-02-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Sałata mix 35g, Serek homog. nat. 1szt (MLE),	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko got. 160g, Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Jogurt naturalny 1szt (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2495.03 kcal; Białko ogółem: 112.11 g; Tłuszcz: 84.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.50 g; Węglowodny przyswajalne: 312.82 g; suma cukrów prostych: 43.08 g; Sól: 7.19 g; Sód: 2874.38 mg; Błonnik pokarmowy: 23.76 g;

sobota 2026-02-14 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (SEL), Herbata 200g, Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynkówka firm. 3 pl. 50g, Sałata mix 35g,	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Sos pomid. b.ml 80g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko got. 160g, Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Jogurt roślinny Pure Joy 1szt (GLU), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Grejfrut - pół szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.54 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz: 79.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.36 g; Węglowodny przyswajalne: 307.35 g; suma cukrów prostych: 33.62 g; Sól: 8.81 g; Sód: 3523.85 mg; Błonnik pokarmowy: 30.06 g;

sobota 2026-02-14 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 2 kr. 80g (GLU), Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek homog. nat. 1szt (MLE), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Sałata mix 35g,	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Ryż biały na sypko got. 160g, Surówka z kiszzonej kapusty 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Grejfrut - pół szt. 1Por, Pomidor 120g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Margaryna 5g, Szynkówka firm. 1 pl. 15g,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt (MLE), Zupa ml. z kaszą manna-kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2833.55 kcal; Białko ogółem: 130.00 g; Tłuszcz: 99.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.79 g; Węglowodny przyswajalne: 339.66 g; suma cukrów prostych: 63.32 g; Sól: 9.45 g; Sód: 3777.36 mg; Błonnik pokarmowy: 36.75 g;

sobota 2026-02-14 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), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Serek homog. nat. 1szt (MLE), Sałata mix 35g,	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Ryż biały na sypko got. 160g, Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g, Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL),	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2573.43 kcal; Białko ogółem: 112.59 g; Tłuszcz: 84.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.59 g; Węglowodny przyswajalne: 327.42 g; suma cukrów prostych: 44.60 g; Sól: 7.50 g; Sód: 2997.58 mg; Błonnik pokarmowy: 30.60 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-02-14			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkówka firm. 3 pl. 50g, Serek homog. nat. 1szt (MLE), Sałata mix 35g, Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 160g (GLU, JAJ), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko got. 160g, Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 120g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g,	Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2842.18 kcal; Białko ogółem: 138.87 g; Tłuszcz: 96.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.66 g; Węglowodny przyswajalne: 345.46 g; suma cukrów prostych: 51.65 g; Sól: 9.10 g; Sód: 3636.42 mg; Błonnik pokarmowy: 24.84 g;

sobota 2026-02-14			Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Papka mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 120g,	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 160g (GLU, JAJ), Ryż biały na sypko got. 160g, Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Jogurt naturalny 1szt (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,	Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2690.87 kcal; Białko ogółem: 133.39 g; Tłuszcz: 92.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.63 g; Węglowodny przyswajalne: 324.54 g; suma cukrów prostych: 68.48 g; Sól: 6.74 g; Sód: 2694.31 mg; Błonnik pokarmowy: 23.21 g;

sobota 2026-02-14			Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Kawa zboż. z mlekiem 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;

sobota 2026-02-14			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 pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Serek homog. nat. 1szt (MLE), Sałata mix 35g,	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko got. 160g, Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Jogurt naturalny 1szt (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,	Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2495.03 kcal; Białko ogółem: 112.11 g; Tłuszcz: 84.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.50 g; Węglowodny przyswajalne: 312.82 g; suma cukrów prostych: 43.08 g; Sól: 7.19 g; Sód: 2874.38 mg; Błonnik pokarmowy: 23.76 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-02-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z młkiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek Capresi 1szt (MLE), Kielb.szynk.wędzona 3 pl. 50g, Salatką z kiel. krak. i ananasem 100g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR),	Zupa ryżowa 300g (SEL), Karkówka pieczona 1 por. 65g, Sos chrzanowy 80g (GLU), Ziemniaki got. 250g, Kalafior got. z buł. tartą 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser żółty-3 trój. 35g (MLE), Galantyna drob. 2 pl. 40g, Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2369.94 kcal; Białko ogółem: 85.47 g; Tłuszcz: 103.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.58 g; Węglowodny przyswajalne: 258.09 g; suma cukrów prostych: 42.83 g; Sól: 8.61 g; Sód: 3350.05 mg; Błonnik pokarmowy: 30.25 g;

niedziela 2026-02-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z młkiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Kielb.szynk.wędzona 3 pl. 50g, Serek Tartare mini 1szt, Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitka ze schabu got.na parze 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), Indyk z pasieki 3 pl. 55g, Miód 1szt, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2178.33 kcal; Białko ogółem: 82.56 g; Tłuszcz: 81.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.05 g; Węglowodny przyswajalne: 266.69 g; suma cukrów prostych: 57.69 g; Sól: 6.50 g; Sód: 2593.45 mg; Błonnik pokarmowy: 25.47 g;

niedziela 2026-02-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z młkiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Kielb.szynk.wędzona 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Serek Tartare mini 1szt,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitka ze schabu got.na parze 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), Miód 1szt, Indyk z pasieki 3 pl. 55g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2178.33 kcal; Białko ogółem: 82.56 g; Tłuszcz: 81.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.05 g; Węglowodny przyswajalne: 266.69 g; suma cukrów prostych: 57.69 g; Sól: 6.50 g; Sód: 2593.45 mg; Błonnik pokarmowy: 25.47 g;

niedziela 2026-02-15 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (SEL), Herbata 200g, Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Kielb.szynk.wędzona 4 pl. 60g, Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitka ze schabu got.na parze z warz. 1 szt. 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Indyk z pasieki 3 pl. 55g, Miód 1szt, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2119.01 kcal; Białko ogółem: 73.31 g; Tłuszcz: 76.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.92 g; Węglowodny przyswajalne: 269.55 g; suma cukrów prostych: 47.93 g; Sól: 6.69 g; Sód: 2668.91 mg; Błonnik pokarmowy: 30.14 g;

niedziela 2026-02-15 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z młkiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Kielb.szynk.wędzona 3 pl. 50g, Serek Tartare mini 1szt, Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitka ze schabu got.na parze z warz. 1 szt. 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Kalafior got. z buł. tartą 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser żółty-3 trój. 35g (MLE), Galantyna drob. 2 pl. 40g, Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Margaryna 5g, Kielb.szynk.wędzona 1 pl. 15g,	Posiłek nocny: Kefir naturalny 1szt (MLE), Zupa ml. z pl. ows.- kol 200g (GLU, MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2659.46 kcal; Białko ogółem: 113.82 g; Tłuszcz: 106.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.72 g; Węglowodny przyswajalne: 292.66 g; suma cukrów prostych: 60.21 g; Sól: 10.04 g; Sód: 4004.58 mg; Błonnik pokarmowy: 36.61 g;

niedziela 2026-02-15 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z młkiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Kielb.szynk.wędzona 3 pl. 50g, Serek Tartare mini 1szt, Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitka ze schabu got.na parze 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), Indyk z pasieki 3 pl. 55g, Miód 1szt, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2256.73 kcal; Białko ogółem: 83.04 g; Tłuszcz: 81.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.14 g; Węglowodny przyswajalne: 281.29 g; suma cukrów prostych: 59.21 g; Sól: 6.81 g; Sód: 2716.65 mg; Błonnik pokarmowy: 32.31 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-02-15		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Kielb.szynk.wędzona 4 pl. 60g , Serek Tartare mini 1szt , Pomidor 120g , Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitka ze schabu got.na parze z warz. 2 szt. 200g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Indyk z pasieki 4 pl. 65g , Miód 1szt , Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2517.76 kcal; Białko ogółem: 111.77 g; Tłuszcz: 96.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.23 g; Węglowodny przyswajalne: 289.41 g; suma cukrów prostych: 66.04 g; Sól: 7.23 g; Sód: 2883.49 mg; Błonnik pokarmowy: 25.92 g;

niedziela 2026-02-15		Jadłospis dla diety: Papkowata
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Papka mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 120g ,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitka ze schabu got.na parze z warz. 2 szt. 200g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Indyk z pasieki 3 pl. 55g , Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2458.70 kcal; Białko ogółem: 122.47 g; Tłuszcz: 97.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.27 g; Węglowodny przyswajalne: 262.85 g; suma cukrów prostych: 84.15 g; Sól: 4.84 g; Sód: 1926.05 mg; Błonnik pokarmowy: 24.98 g;

niedziela 2026-02-15		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 ze schabem got. 500g (GLU, MLE, SEL),	Płynna odżywcza ze schabem got. 500g (GLU, MLE, SEL),
		Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 300g (GLU, JAJ, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2560.48 kcal; Białko ogółem: 139.65 g; Tłuszcz: 125.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 70.58 g; Węglowodny przyswajalne: 210.39 g; suma cukrów prostych: 60.97 g; Sól: 2.70 g; Sód: 1075.09 mg; Błonnik pokarmowy: 18.95 g;

niedziela 2026-02-15		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Kielb.szynk.wędzona 3 pl. 50g , Serek Tartare mini 1szt , Pomidor 120g ,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitka ze schabu got.na parze 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), Miód 1szt , Indyk z pasieki 3 pl. 55g , Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2178.33 kcal; Białko ogółem: 82.56 g; Tłuszcz: 81.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.05 g; Węglowodny przyswajalne: 266.69 g; suma cukrów prostych: 57.69 g; Sól: 6.50 g; Sód: 2593.45 mg; Błonnik pokarmowy: 25.47 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 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, Pomidor 120g, Majonez 1szt (<i>JAJ, GOR</i>),	Barszcz ukraiński 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Gulasz wiep. - warz. dusz. (szyn.) 250g (<i>GLU, SEL</i>), Kasza jęczmienna got. 140g (<i>GLU</i>), Surówka z białej kap. - coleslaw 150g (<i>JAJ, GOR</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Śledzik na raz 1szt (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Serek fromage 1szt (<i>MLE</i>), Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3092.79 kcal; Białko ogółem: 110.30 g; Tłuszcz: 134.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.80 g; Węglowodny przyswajalne: 338.33 g; suma cukrów prostych: 91.28 g; Sól: 8.19 g; Sód: 2529.10 mg; Błonnik pokarmowy: 41.38 g;

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet z kurczaka got. 1 por. 60g, Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 2 pl. 40g (<i>SOJ</i>), Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2214.18 kcal; Białko ogółem: 104.83 g; Tłuszcz: 66.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.14 g; Węglowodny przyswajalne: 287.18 g; suma cukrów prostych: 87.95 g; Sól: 6.19 g; Sód: 2469.95 mg; Błonnik pokarmowy: 23.84 g;

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel. zielonogórska 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Miód 1szt,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet z kurczaka got. 1 por. 60g, Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 2 pl. 40g (<i>SOJ</i>), Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.38 kcal; Białko ogółem: 102.09 g; Tłuszcz: 64.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.58 g; Węglowodny przyswajalne: 306.93 g; suma cukrów prostych: 88.45 g; Sól: 6.26 g; Sód: 2499.47 mg; Błonnik pokarmowy: 23.84 g;

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g, Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. bezml. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Filet z kurczaka got. 1 por. 60g, Sos jarzyn. bezml. 80g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Filet kruchy 3 pl. 55g (<i>SOJ</i>), Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2101.27 kcal; Białko ogółem: 83.77 g; Tłuszcz: 56.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.56 g; Węglowodny przyswajalne: 298.59 g; suma cukrów prostych: 71.44 g; Sól: 6.43 g; Sód: 2566.00 mg; Błonnik pokarmowy: 28.56 g;

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet z kurczaka got. 1 por. 60g, Kasza jęczmienna got. 140g (<i>GLU</i>), Surówka z białej kap. - coleslaw 150g (<i>JAJ, GOR</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Rybka na raz po grecku 1szt (<i>GLU, SKR, JAJ, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Serek fromage 1szt (<i>MLE</i>), Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g, Kiel. zielonogórska 1 pl. 15g,		Posiłek nocny: Wafle ryż. wielozłaziste 2szt, Filet kruchy 1 pl. 20g (<i>SOJ</i>), Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2867.77 kcal; Białko ogółem: 130.29 g; Tłuszcz: 104.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.31 g; Węglowodny przyswajalne: 330.26 g; suma cukrów prostych: 51.84 g; Sól: 8.77 g; Sód: 2917.62 mg; Błonnik pokarmowy: 33.77 g;

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 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>), Kiel. zielonogórska 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Miód 1szt,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet z kurczaka got. 1 por. 60g, Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Salata lodowa winegret 100g, 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 biały 70g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 2 pl. 40g (<i>SOJ</i>), Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2339.78 kcal; Białko ogółem: 102.57 g; Tłuszcz: 64.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.66 g; Węglowodny przyswajalne: 321.53 g; suma cukrów prostych: 89.97 g; Sól: 6.57 g; Sód: 2622.67 mg; Błonnik pokarmowy: 30.68 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-02-16			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet z kurczaka got. 2 por. 120g, Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 3 pl. 55g (<i>SOJ</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Herbata 200g,			
			Posiłek nocny: Banan 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2551.66 kcal; Białko ogółem: 145.32 g; Tłuszcz: 75.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.40 g; Węglowodny przyswajalne: 310.95 g; suma cukrów prostych: 97.19 g; Sól: 7.11 g; Sód: 2837.60 mg; Błonnik pokarmowy: 24.29 g;

poniedziałek 2026-02-16			Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 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. 2 por. 120g, Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Papka kolacja 500g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,			
			Posiłek nocny: Banan 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2258.25 kcal; Białko ogółem: 131.02 g; Tłuszcz: 76.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.01 g; Węglowodny przyswajalne: 250.38 g; suma cukrów prostych: 109.03 g; Sól: 3.22 g; Sód: 1284.87 mg; Błonnik pokarmowy: 25.55 g;

poniedziałek 2026-02-16			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 filetem z kurczaka got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Płynna odżywcza z filetem z kurczaka got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),			
			Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2475.24 kcal; Białko ogółem: 144.95 g; Tłuszcz: 115.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 65.31 g; Węglowodny przyswajalne: 205.48 g; suma cukrów prostych: 56.07 g; Sól: 2.64 g; Sód: 1050.81 mg; Błonnik pokarmowy: 18.95 g;

poniedziałek 2026-02-16			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet z kurczaka got. 1 por. 60g, Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 2 pl. 40g (<i>SOJ</i>), Dżem 1szt, Herbata 200g,			
			Posiłek nocny: Banan 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2214.18 kcal; Białko ogółem: 104.83 g; Tłuszcz: 66.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.14 g; Węglowodny przyswajalne: 287.18 g; suma cukrów prostych: 87.95 g; Sól: 6.19 g; Sód: 2469.95 mg; Błonnik pokarmowy: 23.84 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 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>), Salceson 2 pl. 50g, Schab na kartki 2 pl. 35g, Sałata mix 35g, Mandarynka 1szt,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kotlet mielony wieprz. smaż. 1szt. 110g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g, Surówka z buraczką z cebulką 150g, 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 zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2440.56 kcal; Białko ogółem: 86.51 g; Tłuszcz: 94.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.32 g; Węglowodny przyswajalne: 284.02 g; suma cukrów prostych: 52.77 g; Sól: 8.96 g; Sód: 2975.31 mg; Błonnik pokarmowy: 28.24 g;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 1szt, Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Sałata mix 35g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g, Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Buraczki 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, Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2239.88 kcal; Białko ogółem: 107.79 g; Tłuszcz: 70.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.87 g; Węglowodny przyswajalne: 278.93 g; suma cukrów prostych: 81.86 g; Sól: 6.19 g; Sód: 2467.90 mg; Błonnik pokarmowy: 26.66 g;

wtorek 2026-02-17 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 pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Sałata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g, Ziemniaki got. 250g, Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Buraczki 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, Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2239.88 kcal; Białko ogółem: 107.79 g; Tłuszcz: 70.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.87 g; Węglowodny przyswajalne: 278.93 g; suma cukrów prostych: 81.86 g; Sól: 6.19 g; Sód: 2467.90 mg; Błonnik pokarmowy: 26.66 g;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g, Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Jabłko pieczone 1szt, Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Sałata mix 35g,	Zupa pomidorowa z ryżem bezml. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Udo gotowane 190g, Ziemniaki got. 250g, Sos jarzyn. bezml. 80g (<i>GLU, SEL</i>), Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2163.92 kcal; Białko ogółem: 95.39 g; Tłuszcz: 67.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.39 g; Węglowodny przyswajalne: 277.83 g; suma cukrów prostych: 62.64 g; Sól: 6.19 g; Sód: 2473.12 mg; Błonnik pokarmowy: 32.52 g;

wtorek 2026-02-17 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 razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 1szt, Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Sałata mix 35g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g, Ziemniaki got. 250g, Surówka z buraczką z cebulką 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g, Schab na kartki 1 pl. 15g,		Posiłek nocny: Skyr serek nat. 1szt (<i>MLE</i>), Zupa ml. z pl. ows.- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2678.25 kcal; Białko ogółem: 138.64 g; Tłuszcz: 81.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.57 g; Węglowodny przyswajalne: 317.18 g; suma cukrów prostych: 66.35 g; Sól: 9.01 g; Sód: 2903.65 mg; Błonnik pokarmowy: 33.44 g;

wtorek 2026-02-17 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 razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Sałata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g, Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Buraczki 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, Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2282.73 kcal; Białko ogółem: 107.39 g; Tłuszcz: 71.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.96 g; Węglowodny przyswajalne: 285.22 g; suma cukrów prostych: 77.73 g; Sól: 6.50 g; Sód: 2589.15 mg; Błonnik pokarmowy: 34.86 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-02-17			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 1szt, Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Sałata mix 35g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 380g, Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 3 pl. 50g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,			
			Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2604.50 kcal; Białko ogółem: 140.67 g; Tłuszcz: 90.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.82 g; Węglowodny przyswajalne: 293.35 g; suma cukrów prostych: 84.46 g; Sól: 7.09 g; Sód: 2824.34 mg; Błonnik pokarmowy: 28.48 g;

wtorek 2026-02-17			Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</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, Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,			
			Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2639.90 kcal; Białko ogółem: 134.91 g; Tłuszcz: 103.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.35 g; Węglowodny przyswajalne: 281.66 g; suma cukrów prostych: 96.42 g; Sól: 5.45 g; Sód: 2170.26 mg; Błonnik pokarmowy: 23.11 g;

wtorek 2026-02-17			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 udem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Płynna odżywcza z udem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),			
			Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2987.56 kcal; Białko ogółem: 156.97 g; Tłuszcz: 164.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 80.20 g; Węglowodny przyswajalne: 210.39 g; suma cukrów prostych: 60.97 g; Sól: 3.34 g; Sód: 1333.29 mg; Błonnik pokarmowy: 18.95 g;

wtorek 2026-02-17			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 1szt, Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Sałata mix 35g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g, Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Buraczki 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, Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,			
			Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2239.88 kcal; Białko ogółem: 107.79 g; Tłuszcz: 70.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.87 g; Węglowodny przyswajalne: 278.93 g; suma cukrów prostych: 81.86 g; Sól: 6.19 g; Sód: 2467.90 mg; Błonnik pokarmowy: 26.66 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-02-18 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>), Ser żółty 2 pl. 2szt (<i>MLE</i>), Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Barszcz czerwony z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Śledź 1 szt. w śmietanie z cebulką 300g (<i>RYB, MLE</i>), Ziemniaki got. 250g, 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>), Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2596.88 kcal; Białko ogółem: 114.55 g; Tłuszcz: 101.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.80 g; Węglowodny przyswajalne: 289.17 g; suma cukrów prostych: 78.55 g; Sól: 25.00 g; Sód: 9990.95 mg; Błonnik pokarmowy: 31.48 g;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Barszcz czerwony z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pierogi leniwe got. 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z march. i jabł. 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Miód 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2376.47 kcal; Białko ogółem: 92.80 g; Tłuszcz: 79.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.09 g; Węglowodny przyswajalne: 312.18 g; suma cukrów prostych: 49.46 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1429.51 mg; Błonnik pokarmowy: 19.78 g;

środa 2026-02-18 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 pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Dżem 2szt, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Barszcz czerwony z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pierogi leniwe got. 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z march. i jabł. 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Miód 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2392.07 kcal; Białko ogółem: 87.51 g; Tłuszcz: 75.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.79 g; Węglowodny przyswajalne: 330.42 g; suma cukrów prostych: 67.96 g; Sól: 4.44 g; Sód: 1368.68 mg; Błonnik pokarmowy: 20.18 g;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g, Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Dżem 2szt, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Barszcz czerwony z mak. bezml. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Filet rybny got. z warz. 1 por. 120g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Surówka z march. i jabł. 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Miód 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1970.39 kcal; Białko ogółem: 64.82 g; Tłuszcz: 47.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.01 g; Węglowodny przyswajalne: 305.47 g; suma cukrów prostych: 58.79 g; Sól: 6.24 g; Sód: 1892.95 mg; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;

środa 2026-02-18 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 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Barszcz czerwony z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet rybny got. z warz. 1 por. 120g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Surówka z march. i jabł. 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka 100g, Paprykarz szczeciński 1szt (<i>GLU, SKR, RYB, SEL</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 10g, Twarożek śniadaniowy (wiad.) 80g (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Kiwi 1szt, Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2879.38 kcal; Białko ogółem: 142.13 g; Tłuszcz: 98.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.46 g; Węglowodny przyswajalne: 341.46 g; suma cukrów prostych: 70.92 g; Sól: 8.78 g; Sód: 2902.62 mg; Błonnik pokarmowy: 36.45 g;

środa 2026-02-18 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>), Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Dżem 2szt, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Barszcz czerwony z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pierogi leniwe got. 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z march. i jabł. 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Miód 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2470.47 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 75.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.88 g; Węglowodny przyswajalne: 345.02 g; suma cukrów prostych: 69.48 g; Sól: 4.75 g; Sód: 1491.88 mg; Błonnik pokarmowy: 27.02 g;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Barszcz czerwony z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pierogi leniwe got. 600g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z march. i jabł. 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Miód 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3118.37 kcal; Białko ogółem: 123.76 g; Tłuszcz: 103.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.17 g; Węglowodny przyswajalne: 411.99 g; suma cukrów prostych: 61.67 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1531.21 mg; Błonnik pokarmowy: 23.83 g;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Papka mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g,	Barszcz czerwony z mak. 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, Pomidor 120g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2165.89 kcal; Białko ogółem: 129.06 g; Tłuszcz: 78.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.73 g; Węglowodny przyswajalne: 222.49 g; suma cukrów prostych: 89.00 g; Sól: 3.31 g; Sód: 1315.79 mg; Błonnik pokarmowy: 27.31 g;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Kawa zboż. z mlekiem 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 filetem z kurczaka got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Płynna odżywcza z filetem z kurczaka got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),
		Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),

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;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Barszcz czerwony z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pierogi leniwe got. 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z march. i jabł. 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Miód 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2376.47 kcal; Białko ogółem: 92.80 g; Tłuszcz: 79.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.09 g; Węglowodny przyswajalne: 312.18 g; suma cukrów prostych: 49.46 g; Sól: 4.59 g; Sód: 1429.51 mg; Błonnik pokarmowy: 19.78 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z młkiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek wiejski 1szt (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Sałatka z szynką i ogór. ziel. 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR),	Barszcz biały z ziem. 300g (GLU, MLE, SEL), Makaron got. z sosem po bolońsku 400g (GLU, SEL), Fasolka szparag. got. z buł. tartą 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Pasztet drob. 1szt (GLU, SOJ), Szynka konserw. 2pl. 35g, Ogórek kons. 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2958.32 kcal; Białko ogółem: 109.50 g; Tłuszcz: 121.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.75 g; Węglowodny przyswajalne: 340.47 g; suma cukrów prostych: 70.94 g; Sól: 12.52 g; Sód: 4531.20 mg; Błonnik pokarmowy: 30.62 g;

czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z młkiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Serek wiejski 1szt (MLE), Pomidor 120g,	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka konserw. 2pl. 35g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2196.49 kcal; Białko ogółem: 119.03 g; Tłuszcz: 68.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.69 g; Węglowodny przyswajalne: 264.38 g; suma cukrów prostych: 69.66 g; Sól: 8.53 g; Sód: 3405.57 mg; Błonnik pokarmowy: 24.83 g;

czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z młkiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Serek wiejski 1szt (MLE),	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka konserw. 2pl. 35g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2196.49 kcal; Białko ogółem: 119.03 g; Tłuszcz: 68.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.69 g; Węglowodny przyswajalne: 264.38 g; suma cukrów prostych: 69.66 g; Sól: 8.53 g; Sód: 3405.57 mg; Błonnik pokarmowy: 24.83 g;

czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (SEL), Herbata 200g, Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Kiel.krak.parzona 3 pl. 50g, Pomidor 120g,	Zupa bezmleczna 300g (SEL), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynka konserw. 2pl. 35g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1860.70 kcal; Białko ogółem: 79.87 g; Tłuszcz: 54.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.59 g; Węglowodny przyswajalne: 247.14 g; suma cukrów prostych: 44.02 g; Sól: 6.81 g; Sód: 2717.88 mg; Błonnik pokarmowy: 31.24 g;

czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z młkiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek wiejski 1szt (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Fasolka szparag. got. z buł. tartą 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Szynka konserw. 2pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Mleko 200g (MLE), Margaryna 5g, Kiel.krak.parzona 1 pl. 15g,		Posiłek nocny: Kefir naturalny 1szt (MLE), Zupa ml. z pl. ows.- kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2785.30 kcal; Białko ogółem: 148.98 g; Tłuszcz: 90.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.23 g; Węglowodny przyswajalne: 325.57 g; suma cukrów prostych: 81.89 g; Sól: 9.90 g; Sód: 3955.77 mg; Błonnik pokarmowy: 38.67 g;

czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z młkiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Serek wiejski 1szt (MLE), Pomidor 120g,	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka konserw. 2pl. 35g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2254.09 kcal; Białko ogółem: 119.35 g; Tłuszcz: 69.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.79 g; Węglowodny przyswajalne: 271.54 g; suma cukrów prostych: 71.34 g; Sól: 8.97 g; Sód: 3581.57 mg; Błonnik pokarmowy: 35.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-02-19			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),		Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Gulasz drob. got. z konc. pom. 400g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,		Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szyńka konserw. 2pl. 35g, Pomidor 120g, Schab Benedykta 3 pl. 55g (<i>GOR</i>), Herbata 200g,	
			Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2560.77 kcal; Białko ogółem: 145.98 g; Tłuszcz: 79.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.67 g; Węglowodny przyswajalne: 301.48 g; suma cukrów prostych: 84.72 g; Sól: 9.92 g; Sód: 3962.58 mg; Błonnik pokarmowy: 29.51 g;

czwartek 2026-02-19			Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Papka mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),		Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Gulasz drob. got. z konc. pom. 400g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 200g, Napój herbaciany 200g,		Papka kolacja 500g, Pomidor 120g, Herbata 200g,	
			Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2214.85 kcal; Białko ogółem: 106.45 g; Tłuszcz: 87.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.32 g; Węglowodny przyswajalne: 240.41 g; suma cukrów prostych: 99.30 g; Sól: 5.22 g; Sód: 2077.26 mg; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

czwartek 2026-02-19			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 indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),			
			Posiłek nocny: Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Zupa ml. z pł. ows.-kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2290.96 kcal; Białko ogółem: 120.44 g; Tłuszcz: 103.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.79 g; Węglowodny przyswajalne: 210.61 g; suma cukrów prostych: 53.68 g; Sól: 2.76 g; Sód: 1101.04 mg; Błonnik pokarmowy: 19.97 g;

czwartek 2026-02-19			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>),		Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Gulasz drob. got. z konc. pom. 200g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,		Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szyńka konserw. 2pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>),	
			Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2196.49 kcal; Białko ogółem: 119.03 g; Tłuszcz: 68.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.69 g; Węglowodny przyswajalne: 264.38 g; suma cukrów prostych: 69.66 g; Sól: 8.53 g; Sód: 3405.57 mg; Błonnik pokarmowy: 24.83 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-02-20 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>), Schab na kartki 2 pl. 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Zupa fasolowa 300g (<i>GLU, SEL</i>), Filet rybny smaż. panier. 1 por. 120g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g, Surówka z czerw. kapusty 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>), Deliser 2szt (<i>MLE</i>), Kieł.szyn.wyborna 2 pl. 35g (<i>SOJ, GOR</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2782.56 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 99.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.78 g; Węglowodny przyswajalne: 344.42 g; suma cukrów prostych: 69.00 g; Sól: 7.82 g; Sód: 2440.06 mg; Błonnik pokarmowy: 41.35 g;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Twarożek z ziemniakami got. 450g (<i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kieł.szyn.wyborna 2 pl. 35g (<i>SOJ, GOR</i>), Miód 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2246.13 kcal; Białko ogółem: 101.30 g; Tłuszcz: 68.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.47 g; Węglowodny przyswajalne: 295.10 g; suma cukrów prostych: 83.63 g; Sól: 5.22 g; Sód: 2085.21 mg; Błonnik pokarmowy: 23.40 g;

piątek 2026-02-20 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 pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 3 pl. 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Twarożek z ziemniakami got. 450g (<i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kieł.szyn.wyborna 2 pl. 35g (<i>SOJ, GOR</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Miód 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2202.23 kcal; Białko ogółem: 98.64 g; Tłuszcz: 64.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.42 g; Węglowodny przyswajalne: 294.98 g; suma cukrów prostych: 83.63 g; Sól: 5.31 g; Sód: 2122.09 mg; Błonnik pokarmowy: 23.40 g;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g, Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g, 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, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Kieł.szyn.wyborna 3 pl. 50g (<i>SOJ, GOR</i>), Miód 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2018.00 kcal; Białko ogółem: 73.98 g; Tłuszcz: 52.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.05 g; Węglowodny przyswajalne: 296.19 g; suma cukrów prostych: 60.66 g; Sól: 5.64 g; Sód: 2254.58 mg; Błonnik pokarmowy: 32.65 g;

piątek 2026-02-20 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 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g, 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 czerw. kapusty 150g (<i>JAJ, GOR</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Deliser 2szt (<i>MLE</i>), Kieł.szyn.wyborna 2 pl. 35g (<i>SOJ, GOR</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 10g, Schab na kartki 1 pl. 15g,		Posiłek nocny: Jogurt nat.z.pl.ows. i siem. Inianym 1 szt. 110g (<i>GLU, MLE</i>), Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2577.86 kcal; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz: 90.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.31 g; Węglowodny przyswajalne: 311.93 g; suma cukrów prostych: 54.47 g; Sól: 7.85 g; Sód: 2658.28 mg; Błonnik pokarmowy: 36.02 g;

piątek 2026-02-20 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>), Schab na kartki 3 pl. 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Twarożek z ziemniakami got. 450g (<i>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>), Kieł.szyn.wyborna 2 pl. 35g (<i>SOJ, GOR</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Miód 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2280.63 kcal; Białko ogółem: 99.12 g; Tłuszcz: 64.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.50 g; Węglowodny przyswajalne: 309.58 g; suma cukrów prostych: 85.15 g; Sól: 5.62 g; Sód: 2245.29 mg; Błonnik pokarmowy: 30.24 g;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Schab na kartki 3 pl. 50g , Rukola 35g , Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g , Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Twarożek z ziemniakami got. 900g (MLE), Jabłko 1 szt. 1Por , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser biały 100g (MLE), Kieł.szyn.wyborna 3 pl. 50g (SOJ, GOR), Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2903.48 kcal; Białko ogółem: 151.20 g; Tłuszcz: 89.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.78 g; Węglowodny przyswajalne: 360.01 g; suma cukrów prostych: 102.04 g; Sól: 6.74 g; Sód: 2694.68 mg; Błonnik pokarmowy: 26.77 g;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 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 , Kieł.szyn.wyborna 2 pl. 35g (SOJ, GOR), Ser biały 70g (MLE),
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2304.19 kcal; Białko ogółem: 133.52 g; Tłuszcz: 79.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.59 g; Węglowodny przyswajalne: 249.89 g; suma cukrów prostych: 103.89 g; Sól: 3.57 g; Sód: 1425.50 mg; Błonnik pokarmowy: 28.90 g;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Kawa zboż. z mlekiem 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 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Schab na kartki 2 pl. 35g , Rukola 35g , Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g ,	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Twarożek z ziemniakami got. 450g (MLE), Jabłko 1 szt. 1Por , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Kieł.szyn.wyborna 2 pl. 35g (SOJ, GOR), Ser biały 70g (MLE), Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2246.13 kcal; Białko ogółem: 101.30 g; Tłuszcz: 68.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.47 g; Węglowodny przyswajalne: 295.10 g; suma cukrów prostych: 83.63 g; Sól: 5.22 g; Sód: 2085.21 mg; Błonnik pokarmowy: 23.40 g;

Dietetyk

.....